

UNIVERSIDAD SAN CARLOS DE GUATEMALA
FACULTAD DE CIENCIAS MÉDICAS
FASE I, UNIDAD DIDÁCTICA INVESTIGACIÓN

**HÁBITOS DE ESTUDIO QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO
ACADÉMICO**

GRUPO 4

LUIS FELIPE JIMÉNEZ LÓPEZ 201210214

JOSELYN MARISOL AGUILAR SILVA 201210242

SANDRA EUNICE ARANGO ACEITUNO 201210385

JACKELINE MARITZA ROBLES SIERRA 201210009

CHRISTOPHER RAÚL MUÑOZ BARRIOS 201210328

JAVIER ARMANDO REBOLLEDA BULASK 201110230

ANDREA MARIA FERNANDA DREYFUS CARRERA 201219780

GLORIA LETICIA PÉREZ GONZÁLEZ 201119207

GUATEMALA, 24 DE SEPTIEMBRE DE 2012

RESUMEN

La siguiente monografía presenta los hábitos de estudio que influyen en el rendimiento de los estudiantes de primer año en la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad de San Carlos de Guatemala, así como otros factores que pueden incidir en este. Para lo anterior se hizo una recopilación bibliográfica. Los hábitos de estudio inciden directamente en el rendimiento académico de forma positiva. Es muy importante que los (as) estudiantes universitarios conozcan cuales son los hábitos de estudio que pueden adoptar para poder formar su propio método de estudio adecuado a sus capacidades y habilidades para poder mejorar su rendimiento académico. Existen otros factores que son determinantes en el rendimiento académico que se describen a continuación.

PALABRAS CLAVE: Hábitos de estudio, rendimiento académico y factores.

ÍNDICE

RESUMEN	II
1. ¿QUÉ SON LOS HÁBITOS DE ESTUDIO?.....	8
2. BUENOS HÁBITOS DE ESTUDIO APLICABLES PARA LA EFICIENCIA ACADÉMICA.....	5
2.1. PLANIFICACIÓN:.....	5
2.2. LUGAR Y AMBIENTE DE ESTUDIO.....	10
2.3. MÉTODO.....	11
• 2.3.1.....	LECTURA: 11
2.3.2.OTRAS TÉCNICAS DE ESTUDIO	13
• SUBRAYADO:	13
• Esquemas:.....	14
• Cuadro Comparativo:.....	14
• Mapa Conceptual.....	14
• Resumen:	15
• Memorización:.....	16
• Tomar Nota:.....	17
2.4. TÉCNICAS AUXILIARES.....	17
2.5. ATENCIÓN	¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.0
3. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO¡ERROR! MARCADO	
3.1. FACTORES EDUCATIVOS.....	295
4.1. FACTORES PSICOLÓGICOS	3¡ERROR! MARCADOR NO DEFINIDO.
4.2. FACTORES ECONÓMICOS	34
4.3. FACTORES SOCIALES.....	35
CONCLUSIONES	37
RECOMENDACIONES.....	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39
APÉNDICES.....	46
PENSUM DE BACHILLERES EN CIENCIAS Y LETRAS.....	46
PENSUM DE FORMACIÓN DOCENTE A NIVEL PRIMARIO	47
FICHAS BIBLIOGRÁFICAS.....	49
ANEXOS.....	64
ANEXO 1	64
ANEXO 2.....	64
ANEXO 3.....	65

INTRODUCCIÓN

Se ha observado, que en la Facultad de Ciencias Medicas de la Universidad San Carlos de Guatemala existe un gran índice de repitencia en los estudiantes de primer año (Ver anexo 2); de igual forma es notoria la deficiencia que tienen los estudiantes en los hábitos de estudio, por lo que la presente monografía trata sobre los factores que influyen en el rendimiento académico de los estudiantes, siendo este el objetivo primordial. Los hábitos de estudio son herramientas básicas que los estudiantes deberían utilizar para obtener un rendimiento académico satisfactorio, siendo esencial que el estudiante escoja los hábitos de estudio que le sean útiles según sus necesidades, un hábito primordial es la planificación diaria tomando en cuenta no solo el área académica si no también una alimentación adecuada y horarios de descanso. Existen técnicas auxiliares que el estudiante puede utilizar para su desarrollo, las cuales se desarrollaran a continuación; de igual forma es importante el seguimiento de las técnicas de estudio ya que solamente con la práctica podrá llegar a formarse el hábito de estudio.

El bajo rendimiento de un estudiante no depende solamente del ámbito personal, sino también influye la situación económica en la que se encuentre, así mismo los antecedentes en su formación académica son de gran influencia ya que si el estudiante no ha sido instruido con los conocimientos básicos y la automatización de hábitos de estudio es muy probable que no logre obtener éxito en sus desarrollo académico.

1. ¿Qué son los hábitos de estudio?

Según la Real Academia Española un hábito se refiere a un modo especial de proceder o conducirse adquirido por repetición de actos iguales o semejantes, u originado por tendencias instintivas. Esto quiere decir que un hábito corresponde a cualquier acto repetitivo que se aprenda conscientemente. Es entonces, lo que se aprende y aplica por medio de la repetición decidida. (1, 2, 3)

Los hábitos se adquieren para ser aplicados, mediante el ejercicio de la libertad de cada persona, con un fin o propósito fijo. Un hábito no se aplicará, a menos que la persona decida hacerlo y convertir una simple tarea, en una rutina, una acción constante. Es una capacidad observable solo en el ser humano. (2,3)

Desde el punto de vista de la psicología, los hábitos son actos repetitivos aprendidos por la experiencia y realizados automáticamente. De acuerdo a esta definición, también son hábitos los gestos, fumar, comer o beber en exceso. Son incluidos como hábitos porque se analiza desde el punto de vista de lo que influya en el aprendizaje o como problema que altera el estado de bienestar de las personas. (3, 4)

Para definir los hábitos de estudio se debe de tomar en cuenta que aprender se refiere a al proceso que se realiza en pro de situar adecuadamente los contenidos, interpretarlos, asimilarlos y retenerlos para poder ser expresados. (5)

Entonces, los hábitos de estudio, son aquellos que facilitan y mejoran la habilidad de aprendizaje de los estudiantes y predicen el éxito académico que se puede alcanzar, incluso algunas veces progresa más un estudiante con buenos hábitos de estudio que un estudiante "inteligente". La

Universidad de Almería en España se refiere a ellos como pasos clave para extraer el mayor provecho a las horas de estudio por medio de la perfección de estos. Es una habilidad adquirida para su ejecución mediante el constante ejercicio de las actividades que sean necesarias. (6,7)

Es indispensable contar con ciertas técnicas de estudio empleadas como hábitos para sistematizar y adquirir la información. Sin estos es imposible alcanzar la relación necesaria entre el estudiante y lo que se pretende estudiar. Esto quiere decir que la deficiencia de los hábitos de estudio provoca que el aprendizaje se vea entorpecido y no alcance la excelencia, sino que se convierta en un simple intento por captar ideas. (7)

Existe un proceso de autoconocimiento en el cual el estudiante utiliza las estrategias que se adapten a sus necesidades. Es importante conocer la estrategia de aprendizaje que se le facilita más, en cuanto a su manera de adquirir la información, para que sea posible la aplicación adecuada de los hábitos según el estilo de aprendizaje que se posea. Existen cuatro estilos de aprendizaje que transitan entre la inteligencia y la personalidad del individuo. El primero es el activo que se basa en la experiencia directa, como animador, improvisador y descubridor. Luego está el estilo reflexivo que es aprendizaje basado en la observación y recogida de datos. El estilo teórico está basado en la conceptualización abstracta y formación de conclusiones, es muy lógico, objetivo y crítico. Y por último el estilo pragmático que aprende por medio de la experiencia activa y búsqueda de lo práctico para ser un experimentador. (9)

Los hábitos de estudio pueden acarrear ventajas y desventajas en cuanto a su aplicación. Si bien es certero decir que facilitan la memorización, ayudan al estudio, aumentan las probabilidades de aprobar, también tienen desventajas, como que requiere más tiempo, más trabajo en casa y mucho más interés por parte del estudiante. Pero estas desventajas pueden verse

disminuidas cuando en los establecimientos educativos existen estrategias para fomentarlos disminuyendo así, las posibilidades en el bajo rendimiento académico. Por otro lado, el establecer patrones de estudio provocará que el estudiante cree esquemas de aprendizaje reduciendo la tasa de stress manejado, logrando el manejo de la memoria a largo plazo durante este proceso y no solamente la utilizando la memoria a corto plazo, que a pesar de que muchas veces puede ser útil para aprobar un examen no garantiza el aprendizaje. (10, 11)

2. Buenos hábitos de estudio aplicables para la eficiencia académica

2.1. PLANIFICACIÓN:

Es una estrategia, se refiere a la forma de organizar una actividad facilitada por un plan equilibrado que conduce a un mejor estudio, siguiendo un orden lógico. Planificar obliga un trabajo diario, creando un hábito para rendir mejor en todas las áreas del aprendizaje. Organizando y utilizando de una manera funcional el tiempo, los trabajos se realizaran en el tiempo estipulado sin realizarlos a ultima hora y así se alcanzara el propósito deseado. (6)

Establecer el tiempo para rendir en todas las asignaturas, facilita lograr la meta propuesta al inicio, estudiar activamente utilizando los esquemas, la lectura, la memoria, el subrayar, resúmenes, etc. en la elaboración de los trabajos.

Se debe seguir la misma línea, el mismo horario de estudio para que sea fácil llegar a crear un hábito. Al igual que existe el tiempo de estudio, debe existir tiempo planificado para el descanso, no es recomendable trabajar de corrido. (12)

El planificar permite alcanzar metas, organizar, apreciar el trabajo, desarrollar de forma eficaz nuestro aprendizaje. Para llevar a cabo una planificación útil y eficaz, las actividades deben realizarse de manera creativa, variada y flexible adaptando al horario obligaciones que surgen no necesariamente educativas, para evitar aburrir al estudiante. (13)

Las ventajas de la planificación son:

- El estudiante debe llevar a cabo el plan que se ha propuesto para realizar su trabajo.
- Mejora la concentración y crea un hábito mientras el estudiante establece un trabajo diario.
- Al ajustar el tiempo; el estudiante maneja de una mejor manera las circunstancias externas y las diferentes formas de aprendizaje.
- Disminuye la fatiga y el estudio se vuelve más agradable y eficaz, evitando la acumulación de trabajo.

La planificación debe ser personal debido a que cada persona posee diferente forma de de aprendizaje, debe de hacerse conforme se ajuste a sus necesidades.

No todas las personas aprenden igual, ni en la misma cantidad de tiempo. Por otro lado, las actividades de cada persona tampoco son iguales, y estas, aunque no estén en el ámbito académico deben de ser incluidas en la planificación.

Es importante que la planificación sea útil, lo cual se dificultara si esta es demasiado atractiva pero poco práctica, por eso debe de estar adaptada a las posibilidades e impedimentos de cada quien, también al tiempo del cual se disponga, a las habilidades y metas, etc. Debe de captarse su organización fácilmente. Una correcta planificación debe ser flexible a la hora de que ocurran circunstancias imprevistas, pero no se refiere a que el estudiante no cumpla con el programa de estudio. El objetivo es que el plan pueda ser modificable si ocurre algo impredecible.

La planificación hecha por el estudiante no siempre es correcta debido a que no se ajusta con sus necesidades, pero puede cambiarse para lograr que sea útil y que funcione como orientación en todo momento, para llegar al método más eficiente para cada uno.

Debe escribirse para que el alumno pueda aclarar sus ideas y tener presente el compromiso que realizara y el tiempo con el que cuenta para cada materia y el descanso que debe hacer entre cada materia, para evitar la tensión, el aburrimiento y llegar a analizar, comprender de mejor manera. Teniendo el plan escrito es mucho más fácil que se fije en la mente y que sea aplicado. Escribir un horario tomando en cuenta horas de sueño y de comida.(6) (10)

La planificación en los hábitos de estudio es trascendental. Ya que las actividades que se distribuyen durante el día no consisten solamente en estudiar, se llegan a realizar otras actividades como lectura, recreación, realizar ejercicios, descansar, etc. Lo que lleva a una gran dificultad para el estudiante realizar una adecuada organización de todas sus actividades. Todo radica en cómo el estudiante maneja el tiempo, para dedicar especialmente atención a los estudios que a las demás actividades. Al tener un plan adecuado, el estudiante no sentirá mayor fatiga al ver cómo llegan acumularse trabajos por inconvenientes y no poder adelantar tareas y no obtener la concentración que desea al momento de estudiar.

El no planificar es uno de los errores que comenten los estudiantes al instante de querer estudiar, porque, no lleva un orden, no se concentra y quiere efectuar varias cosas a la vez, dejando incompleto un trabajo por otro. Se incrementa la ansiedad en el aprendizaje, y se estudian los cursos con un tiempo corto llevando a un rendimiento insuficiente. Se necesita de un mayor esfuerzo e interés por parte del alumno en estos casos, ya que la elaboración de una buena planificación, permite, que el alumno logre realizar

sus tareas a tiempo e incluso tendrá tiempo que se podrá emplear en actividades distintas al estudio, eliminando la angustia de no saber cómo ejecutar bien un trabajo y evitar estudiar un día antes del examen como muchos estudiantes lo hacen. (8)

Planificar conlleva a realizar un horario que siempre se cumpla, disponer el tiempo dependerá de cuanto exige la materia. Al principio solo será una planificación eventual hasta que el alumno la practique y se ajuste a sus necesidades diariamente. (13)

¿Porque debe existir un horario? Porque disminuye la fatiga mental, evita usar de forma incorrecta el tiempo, y ajusta el ritmo de nuestra vida.

La distracción es una causa que hace fracasar el horario planteado, como distracciones se encuentran el ruido, los amigos, la familia y los pensamientos que no están relacionados a lo que se estudia. (8)

Cuando no se tiene un horario fijo de estudio, se estudia un día antes del examen siendo este el periodo menos indicado para el estudio. Este periodo de tiempo es valioso cuando se repasa los resúmenes que se han estudiado anteriormente. (8)

Para no incrementar la tensión, es necesario dejar listo el material que se va a utilizar, primero es bueno empezar con las materias de mayor dificultad para el alumno y luego trabajar con las de menor dificultad o con las que el estudiante considere que le son mas faciles. Al finalizar puede hacerse un repaso de lo estudiado anteriormente para acabar con algo que sea sencillo, el repasar ayuda a retener las ideas principales de lo que se ha estudiado. Es una buena idea repasar antes de irse a descansar, porque refuerza lo estudiado durante el día. Pero si no se realizan los repasos, se olvida la mayor parte de la información que se ha estudiado, haciendo inútil la

planificación y obligando a empezar de nuevo. También los repasos deben ser planificados semanalmente. (12)

Se recomienda que para una planificación eficaz, se establezcan primero los objetivos a largo plazo que se quieren alcanzar, por ejemplo, el aprobar todas las materias, pues la planificación girará en torno a lo que se quiera alcanzar. Después pensar en lo que se hará cada semana, según las diferentes áreas de estudio, para alcanzar esta meta. Luego, el domingo antes del inicio de semana, preparar un horario dejando espacios de tiempo en blanco en caso de que surjan imprevistos. (8)

Los periodos de estudio recomendables deben de durar de 45 a 90 minutos pues de lo contrario se provocará una fatiga mental (7).

Lo más importante de la planificación es el respeto que se debe de tener hacia ella. No existe tal planificación si no se cumple lo estipulado. Si se logra realizar todas las actividades propuestas, probablemente rinda frutos a mediano y a corto plazo. Es parte de convertirlo en un hábito, el respeto por la planificación y la constancia con la que se realice. (14)

2.2. Lugar y Ambiente de estudio

El lugar de estudio debe de ser cómodo y lo más alejado posible de cualquier clase de distracción, de manera en la que sea posible concentrarse del todo. Es esencial evitar las distracciones de todo tipo. Uno de los principales distractores el ruido, se debe de tomar en cuenta en el momento de la elección del lugar, esto incluye la televisión, el radio, o cualquier otro dispositivo de reproducción de música.

La iluminación también es importante, debe de buscarse un ambiente lo suficientemente iluminado, pero que no exceda en esta. Los ambientes

oscuros proporcionan fatiga. Si la iluminación es artificial, es un buen consejo utilizar una luz que ilumine toda la habitación y una que centralice la luz en la mesa. (6)(7)(15)

Además tomar en cuenta la temperatura del lugar, no debe de haber ni frío ni calor, una temperatura ideal sería entre 18 y 22 grados Celsius, ventilando la habitación por intervalos cortos debido a la necesidad de oxígeno del cerebro. (6) (8)

La posición debe de ser preferiblemente en una mesa amplia y una silla cómoda, no en un sofá o en la cama, pues interfiere con la concentración. En la mesa se deben de colocar todos los materiales que se utilizaran. El utilizar el mismo lugar siempre evitará focalizar la atención en objetos curiosos. (6) (8)

Por otro lado, deben de eliminarse en su mayoría los objetos personales, posters, fotografías a la vista. Aunque pueden permanecer en la habitación, sin que interrumpan la concentración. (8)

2.3 Métodos y estrategias

El método de estudio es la sucesión de pasos establecidos que se repiten constantemente con un mismo orden y propósito formando así la base primordial de los hábitos de estudio.

Consiste en encontrar técnicas adecuadas, tales como la lectura, el subrayado, los esquemas, cuadros comparativos, mapas conceptuales, resúmenes, tomar nota y la memorización; con el fin de utilizar el método más viable para cada persona y poder así absorber el conocimiento, equilibrando el tiempo a invertir según la complejidad del tema. (7)

2.3.1 LECTURA:

La lectura es el método más importante para la vida de los estudiantes, puesto que, la forma más común de obtener información y por ende conocimiento es por medio escrito. (7)

En el momento en el que un lector comprende lo que lee, se familiariza por completo con el tema a estudiar, por lo que se le facilita acercarse al autor y ofrecer nuevas perspectivas u opiniones sobre los temas que abarque su lectura. Incluso cuando el lector lee por placer propio se da el proceso de aprendizaje (16)(17).

Ya que el aprendizaje se manifiesta de diferentes formas en cada individuo se pueden ejemplificar algunos de los tipos de lectura que se dan cotidianamente:

- Lectura exploratoria:

Normalmente conocida como lectura rápida, la cual consiste en realizar un vistazo rápido del texto a leer con el objetivo primordial de obtener las ideas principales y secundarias del texto. La lectura exploratoria necesita leer superficialmente el texto relacionando las ideas más importantes para ser sintetizadas en una, por lo que es importante observar los índices de contenido, texto, imágenes, resúmenes, etc. para tener una visión general del tema. (7)

- Lectura comprensiva:

Este tipo de lectura es lenta, profunda, reflexiva y exhaustiva; se debe de leer el texto completo por párrafos llevando un ritmo establecido por el lector y la habilidad que este posea. Este tipo de lectura requiere el buscar cada significado de los términos desconocidos en el diccionario, no debe dejarse

pasar de párrafo sin entender por completo el concepto; como añadidura es importante tomar notas al margen para que estas puedan ser leídas posteriormente. Las notas al margen ejercitan el pensamiento del lector eliminando la simple memorización activando la comprensión y el nivel de análisis. (10).

Una lectura comprensiva no es útil sin la evaluación del texto, sin que se respondan preguntas surgidas antes y después de iniciar la lectura, ya que esto logrará, un cambio en la conducta o ampliación del aprendizaje que se tenía ya al respecto, comparando así, las ideas del autor con las elaboradas durante la lectura y con las de los conocimientos previos. (7)

La lectura comprensiva y la lectura exploratoria deben de realizarse conjuntamente, pues la efectividad se alcanza a medida que se mejoran las dos técnicas, formando un método propio. (17)

2.3.2 OTRAS TECNICAS DE ESTUDIO

- **SUBRAYADO:**

Es la utilización de líneas y símbolos con el fin de resaltar alguna idea, el subrayado como tal ayuda a destacar lo relevante de la información de un texto constituyendo una síntesis o esquematización del texto. Se realiza en las palabras claves de las ideas principales y secundarias, incluyendo detalles de suma importancia. No se debe subrayar sin antes haber leído el párrafo completo y haberlo comprendido. Si es sumamente necesario el subrayar líneas completas es mejor utilizar corchetes o paréntesis. (6,18)

Si el subrayado se realizó adecuadamente, cuando se lea se encontrará un resumen del texto con las ideas principales, conceptos y datos importantes a memorizar. (14)

El subrayado ofrece distintas ventajas durante su realización, entre estas se encuentra motivar el proceso de lectura, centrar la atención en ideas principales, facilitar el estudio y la comprensión, colaborar indirectamente con la adquisición de vocabulario, ayuda a enfocar y clasificar según la importancia de las ideas y la retención de la información. Agiliza la realización de esquemas y resúmenes. (6,19)

Subrayar es colocar una línea por debajo de las palabras importantes, tomando en cuenta que deben de tener un sentido por sí mismas; utilizar asteriscos para las ideas principales y utilizar distintos colores o bien distintos tipos de líneas facilita en gran medida la comprensión del texto. (7,18)

- **Esquemas:**

Son estructuras gráficas que representan las ideas principales de una manera jerárquica en bloques y apartados, permitiendo tener una visión global del tema, agilizando la memoria. Para la elaboración de los esquemas es necesario el subrayado ya que facilita la realización del esquema. (6)

No se puede realizar un esquema si no se ha comprendido en su totalidad el tema.

Como requisito el esquema contiene frases cortas, palabras significativas y un orden según la jerarquización de las ideas principales. (18)

Otra manera de realizar los esquemas es en forma numérica, en donde se enlistan de acuerdo a su importancia, ya sea con números romanos y luego arábigos, guiones y puntos. También se pueden realizarse llaves, mas no se recomienda para textos demasiado extensos puesto que se dificulta la memorización. (10)

- **Cuadro Comparativo:**

Organiza la información según criterios establecidos previamente. Su fin principal es diferenciar los temas que se están tratando. Para realizarlo se forman dos o más rectángulos unidos, dependiendo de cuantos conceptos se desarrollarán, en las primeras filas se colocan los temas a comparar y en las filas inferiores aquellos aspectos que son diferentes. Los aspectos que posean en común se colocan en una columna o fila al centro. (8)

- **Mapa Conceptual:**

El mapa conceptual presenta un método de memorización más lento pero mucho más efectivo pues integra los conceptos de una estructura organizada, caracterizada por la jerarquía. Este tipo de gráfica incluye líneas, cuadros y palabras claves unidos por proposiciones, como enlaces. (7)

Los conceptos con el mismo nivel de jerarquía se colocan a la misma altura, gráficamente, cada uno de los conceptos subordinados deben de ser más específicos que los del nivel superior. Debe de indicarse las relaciones pertenecientes a dos categorías también unidas por líneas. (19)

- **Resumen:**

Técnica de síntesis en la cual se comprime todo el contenido de un texto. Es objetivo es expresar en pocas palabras las ideas más importantes del texto.. Esto quiere decir que es redactar lo que se subrayó previamente, unificándolo en párrafos. Como un criterio general, no debe de ser más largo que un cuarto del texto que se debe resumir. No se trata de transcribir pequeños trozos del texto sino de adaptarlo a las propias palabras de cada persona, asegurándose de no cambiar la idea del autor. (6) (18)

El resumen es personal, pues es la conceptualización de lo entendido. Por su gran importancia para el estudio posterior archivarlo ordenadamente

puede proporcionar un buen método para estudiar mucho tiempo después de realizado. No puede ser una simple enumeración de ideas sino una exposición escrita de lo leído. (6)(19)

Las ventajas del empleo de el resumen son motiva durante el proceso, ordena ideas, favorece la síntesis y el análisis, facilita repaso economizando tiempo. Además, obliga a hacer un esfuerzo personal, a mejorar la comprensión y a distinguir lo principal de lo complementario. (6)(19)

- **Memorización:**

Consiste en incorporar la información estudiada en nuestro cerebro para que pueda ser utilizada si es necesario. Es mucho más fácil memorizar después de aplicar alguno o varios de los métodos previamente expuestos, ya que la actividad cerebral ya está involucrada con la información que se quiere adquirir. (14)

En la memoria se almacenan con más facilidad los sucesos o la información que es sorprendente, lo necesario, las historias contadas en palabras clave y la música. Así que la adaptación de cualquiera de estos a lo que se necesita memorizar provocará una mejor fijación de la información. (8) (18)

Es útil para la memoria la asociación de los conceptos nuevos con otros previamente almacenados y familiares como personas, números, sucesos importantes, etc. Categorizar ayudará a que se almacene mejor la información almacenando cada concepto según ciertas características comunes con otros conceptos. (6) (7) (18)

Como técnicas generales, es mejor la memorización si se emplea más de un sentido para captar la información. Algunas otras generalidades son utilizar pistas o claves significativas, relacionar con lo ya conocido, recordar lo extraño. (7)

Existen reglas llamadas memotécnicas utilizadas para favorecer la memorización. Entre estas se encuentran los acrósticos, que son palabras sin sentido con las iniciales de los conceptos que se requiere memorizar. Otra es el método de localizaciones o lugares que pretende asociar los elementos que se desea memorizar con distintas imágenes de un camino muy bien conocido. Otro ejemplo es el método del encadenamiento narrativo el cual consiste en inventar una historia con los elementos a memorizar. Trocear la información también es una buena técnica, pues el cerebro almacena más mediante segmentos cortos. Exagerar contiene ese elemento sorpresa que puede ayudar a memorizar los conceptos. Otra técnica puede ser rimar y es mejor si se le añade música. (6) (7)

- **Tomar Nota:**

Tomar nota es una técnica que facilita a la concentración durante el desarrollo de las explicaciones mientras se recibe una cátedra. También ayudan a desarrollar habilidades de síntesis pues se escriben únicamente los aspectos más importantes y las posibles dudas y aclaraciones, con esto se incrementa la habilidad de estructurar rápidamente y de escuchar.

Para hacerlo eficazmente se debe de empezar por escribir título y fecha de apuntes. Se debe de ir jerarquizando mientras se escucha identificando lo más importante. Incluir también las preguntas que surgen durante el desarrollo. Es primordial que se entienda el contenido y la grafía de lo que se escribe. Por último revisar y anotar detalles olvidados. (15)

2.4. Técnicas Auxiliares

El control de la ansiedad antes de enfrentarse a una prueba académica es uno de los hábitos que todos los estudiantes deben poseer. Para controlar la ansiedad durante los exámenes se recomienda no estudiar a destiempo.

Además el proceso de estudio debe de haber concluido al menos 24 horas antes del examen. También es indispensable que se le dedique tiempo a descansar o realizar actividades que relaje al estudiante. Otro aspecto a tomar en cuenta es intentar pasar el día lo más relajado posible.

Evitar todo tipo de emociones fuertes o violentas, ya que estas emociones tienden a hacer que sea más fácil olvidar lo que se ha aprendido. Preparar todo lo necesario para el examen de manera que a última hora estas preocupaciones no sean distractores.

Existen diversas técnicas para para bajar el nivel general de ansiedad, a continuación se proponen algunas:

El ejercicio adecuado nos ayuda a una tonificación muscular, evitando tanto la rigidez como el exceso de activación del sistema nervioso, propiciando un sano cansancio que favorece el sueño y calma el exceso de preocupaciones.

Si nuestro estado físico es deficiente (tenemos síntomas como mareos, vértigos, náuseas) y no podemos tolerar un ejercicio intenso, se puede optar por repartirlo en fragmentos pequeños a lo largo de día y partir de un ritmo muy suave hasta ganar un bienestar suficiente para abordar esfuerzos de mayor esfuerzo.

Es preferible practicar un deporte que se disfrute, ya este proporcionará mayor satisfacción que la gimnasia fría y pesada.

El sobreesfuerzo es un factor estresante que trae como resultado global una ansiedad excesiva. Muchas personas se han acostumbrado a una mala alimentación y unos horarios de sueño demasiado ajustados o irregulares, lo que al principio parecerá no tener consecuencias negativas.

Es por eso que es importante regular el sueño, de forma que sea suficiente y que el cuerpo encuentre un alivio en poderse adaptar a una rutina sistemática, y así disminuir la tensión.

Una alimentación balanceada favorece el control de muchos síntomas gástricos que se favorecen en estado de ansiedad como las diarreas, estreñimiento, gases, molestias estomacales, gastritis, etc. Muchas personas detectan su grado de angustia por las sensaciones que les produce en el estómago, otras por las sensaciones de mareo por la mañana.

Un grado elevado de ansiedad influye que conciliar el sueño sea más dificultoso porque aparecen en la mente pensamientos que favorecen al insomnio. El resultado es que el tiempo de sueño se ve disminuido porque el estado corporal es demasiado frágil como para soportar estas condiciones.

Sería aconsejable que mientras no se pueda recuperar la capacidad de dormir rápido se elija un momento distinto para reflexionar y planificar el día. Por eso se aconseja relajarse con pensamientos agradables o leyendo algún artículo.

Ante una situación de estrés se impone una cierta rebaja de nuestras aspiraciones. No es posible forzar la marcha para que se hagan más cosas en el mismo periodo de tiempo, y hay que seleccionar con criterios de relevancia, intentando delegar o aplazar el resto.

Desacelerar significativamente todos los movimientos forzando una "velocidad de paseo", para que sea posible satisfacer con perfección y pulimento lo que se tiene planeado.

Para controlar los pensamientos, es necesario ejercitarse en ello. El mejor modo de optimizar el rendimiento es despreocuparse por el resultado del examen y centrarse en la tarea que estamos realizando.

Una opción es aprender tener pensamientos alternativos, por ejemplo, respecto al trabajo que ya se ha realizando o concentrándose en algún pensamiento que nos resulte muy agradable. Lo importante es sustituir el pensamiento que provoca malestar por otro que no genere tensión.

Una estrategia para la relajación es la respiración profunda. Tiene el propósito de propiciar autocontrol, tranquilizarse ante una situación estresante. Para la práctica hay que buscar un ambiente tranquilo, silencioso, evitando molestias de calor, frío, interrupciones, etc. (20)

2.5. Atención

Para psicología, la atención es una cualidad de la percepción que funciona como una especie de filtro de los estímulos ambientales, evaluando cuales son los más relevantes y dotándolos de prioridad para un procesamiento más profundo.

La atención es un hábito de estudio que se relaciona, con la disposición que el estudiante adopta para ver, para actuar o para oír y con la capacidad de concentración espontanea o voluntaria en un objeto interno o externo que la mente percibe porque motiva o interesa. (21)

Existen características que logran definir satisfactoriamente la atención, entre ellas destacan: **la concentración, la distribución, la estabilidad, y el oscilamiento.**

La concentración es el enfoque de información relevante en períodos de tiempo prolongados. La concentración se manifiesta por la resistencia a desviar la atención a otros objetos o estímulos secundarios.

Se logra definir que en un estudiante la concentración y la atención son inversamente proporcionales, es decir, que entre menos objetos haya que atender, mayor será la posibilidad de concentrarse.

La distribución de la atención Consiste en que el estudiante logre mantener su atención en varios objetos o situaciones diferentes al mismo tiempo. Entonces, la distribución de la atención se refiere a la cantidad de cosas que se pueden hacer simultáneamente.

La estabilidad está dada por la capacidad que se tiene de mantener la atención por un período de tiempo largo sobre actividades u objetos dados, descubriendo en estos nuevos aspectos relaciones; la estabilidad dependerá también del grado de complejidad de lo que se realiza, el nivel de comprensión, la actitud y la fuerza de interés del estudiante.

Principalmente el oscilamiento de la atención, son períodos involuntarios de tiempo en los que se pierde la atención y que pueden ser causados por el cansancio u otros factores. Es un trastorno que interfiere la capacidad que tiene el ser humano para mantener la atención y concentrarse en una tarea específica.

Este trastorno no permite al estudiante fijar la atención en los detalles de lo que se le presenta; se puede llegar a no seguir instrucciones correctamente, a tener dificultad para organizar su tiempo, a evitar tareas que requieren esfuerzos mentales, a ser olvidadizo y cada vez será mucho más fácil distraerse.

Existen distintas clasificaciones de la atención de acuerdo a la situación que se presente y su forma de trabajo entre ellas: la selectiva, dividida, sostenida, voluntaria e involuntaria.

- **Atención selectiva:**

Es la habilidad para procesar y dar respuesta a los aspectos esenciales de una situación y pasar por alto lo irrelevante. La atención selectiva permite que no haya sobrecarga de información y que sea menor la complejidad de la información entrante. Esta selección voluntaria la mayoría de veces, porque son en sí los estudiantes los que deciden qué información es necesaria de acuerdo a sus objetivos y prioridades.

- **Atención dividida:**

Es una actividad mediante se le da respuesta simultánea a las múltiples demandas del ambiente, es decir, es la necesidad de realizar más de una tarea a la vez.

- **Atención sostenida:**

Viene a ser la atención que se da cuando el estudiante debe mantenerse consciente de los requerimientos de una tarea y poder ocuparse de ella por un tiempo. Este tipo de atención consiste en concentrarse en un conjunto de estímulos y mantenerse en ese estado por un tiempo prolongado, manteniendo la mente despierta, curiosa, neutra y tranquila durante el proceso.

- **Atención involuntaria:**

Sucede cuando se dirige la atención hacia algún estímulo sin tener voluntad de ello; generalmente ésta responde a algunas impresiones intensas o interesantes para el estudiante, tales como, ruidos, colores, imágenes, etc. La atención involuntaria tiende a ser pasiva y emocional, pues el estudiante

puede llegar a no esforzarse ni a orientar su actividad hacia la situación u objeto, ni tampoco está relacionada con sus necesidades e intereses.

- **Atención voluntaria:**

Es la capacidad de concentrarse en un estímulo de manera voluntaria aunque no resulte interesante; se caracteriza por mantenerse siempre activa y consciente de su funcionamiento. Se desarrolla en la niñez con la adquisición del lenguaje y las exigencias escolares. Se apoya que el origen social de la atención voluntaria, es a través de las interrelaciones del niño con los adultos, quienes en un inicio guían su atención. (22)

3. Factores que influyen en el rendimiento académico

El rendimiento académico tanto en los primeros años de estudio hasta los estudios universitarios es el producto de la influencia de múltiples factores, los cuales se ponen de manifiesto desde el comienzo de la vida escolar. (ver anexo 1) (34)

Todo centro educativo tiene como objetivo el éxito académico de sus estudiantes, y las deficiencias en este ambiente se pueden manifestar en el rendimiento académico bajo y deserción por parte del estudiante. Así mismo estos casos son observables en la carrera de Ciencias Médicas (ver anexo 2). Para alcanzar el éxito estudiantil se requiere algunos atributos personales como: integridad, responsabilidad, madurez, entre otros. (28)

Existen diversos factores que influyen en que los estudiantes no culminen su año escolar, carrera Universitaria. A nivel universitario algunos estudiantes presentan dificultad de análisis y crítica en temas de discusión, limitaciones en conocimientos de ciencias básicas, fallas en la resolución de problemas, deficiente comprensión de lectura, malos hábitos de estudio, deficiente capacidad de síntesis, entre otros.

A continuación se presentan los principales factores que afectan al estudiante como lo son factores psicológicos, económicos, sociales y educativos.

3.1. Factores Educativos

Educación es un proceso y como tal lleva implícita la idea del avance, del progreso. La educación de los individuos implica el final conseguido, nos

referimos a la acción social sobre los individuos capacitándolos para comprender su realidad y transformarla de manera consciente, equilibrada y eficiente que les permita actuar como personas responsables socialmente.

Por ello la educación es el resultado del proceso que necesita de una preparación para transformar una realidad desde los conocimientos, habilidades, valores y capacidades que se adquieran en cada etapa y a lo largo de la vida. A partir de esto se dice que los factores educativos comprenden la relación que existe entre los contenidos y los métodos con los que se educan a las nuevas generaciones y su entorno natural, físico, económico y social. (23)

Dentro de los aspectos que involucran a una educación de calidad podemos enumerar un sin número de factores con diferentes aspectos que se refieren a la misma problemática. (24)

Sin embargo se resaltarán los que tienen predominancia como influyentes sobre la calidad de los hábitos de estudio y su incidencia en el bajo rendimiento académico. Como mencionado previamente, los hábitos de estudio son estrategias que trascienden en que el aprendizaje sea constructivo. Debido a que el estudio necesita de técnicas para que llegue a ser eficaz, y obtener así un buen rendimiento académico. (25)

Los hábitos de estudio ayudan en el proceso enseñanza aprendizaje, creándose estrategias para vencer los obstáculos que se presentan, permitiendo a cada alumno desarrollarse en las diferentes actividades y obtener experiencia para resolver problemas que afecten la calidad del estudiante, evitando el deterioro educativo, como características individuales para el logro del aprendizaje. (Ruiz Mendieta)

En el aprendizaje de los estudiantes es de suma importancia que se posean habilidades de comprensión de lectura adecuada, que se dominen técnicas de estudio y que los alumnos desarrollen el razonamiento para resolver problemas. Por esto, es importante la educación que se haya recibido, tomando en cuenta no solo lo aprendido sino la forma en que haya sido enseñado y que tan bien se hayan arraigado buenos hábitos de estudio para que el estudiante pueda hacer uso del auto-aprendizaje, que es fundamental en todos los niveles escolares, específicamente en la universidad. (26)

Los primeros años de estudios universitarios son de gran dificultad para todos los alumnos. Investigaciones realizadas en países desarrollados en los estudiantes con éxito en el rendimiento académico señalan que el sexo, el rendimiento escolar previo a la universidad es sumamente importante. (27)

Algunas causas más específicas de rendimiento bajo son las dificultades de los estudiantes en cuanto a la capacidad del autoaprendizaje y el aprendizaje insuficiente de conocimientos básicos elementales para el estudio de las ciencias, además del frecuente aprendizaje memorístico, que no permite el desarrollo de capacidades de reflexión crítica, de análisis, de síntesis ni selección de ideas fundamentales. (28)

Los alumnos universitarios con rendimiento académico bajo que no lleguen a resolver sus problemas, serán los que van a presentar en mayor grado desmotivación, ausentismo, repetición y deserción de la universidad; esto último conlleva a pérdida de plazas vacantes de estudios universitarios obtenidas con mucho sacrificio por parte del alumno. Diversos estudios refieren además que los alumnos con rendimiento académico bajo tienen como consecuencia malas calificaciones. (29)

- **Educación Formal**

Los hábitos de estudio son adquiridos en su mayoría en el tipo de educación denominada “formal”, ya que es en la escuela donde éstos se enseñan como métodos de estudio.

Para definir con exactitud este tema, debemos saber el significado de ambos términos, en el cual decimos que educación es toda aquella acción organizada y sostenida diseñada para producir aprendizaje. Existen dos tipos de aprendizaje, aquel aprendizaje que se obtiene por experiencia, que se adquiere del medio y se va formando mientras la persona crece y nota los cambios de su alrededor, se adapta a estos adquiriendo conocimientos para superar las adversidades o desarrollar su intelecto. Este es el aprendizaje informal. (30)

La educación formal es la actividad ordenada, sistematizada y pensada cuyo propósito principal es la instrucción y la enseñanza de los participantes del proceso. En esta línea, la escuela sería la comunidad educativa específica, el órgano de la educación sistematizada, el lugar donde esa educación se cumple y ordena. (30)

Los hábitos de estudio tienen como base la educación formal. Si este proceso no se realiza efectivamente, las dificultades en etapas más avanzadas se incrementarán y se puede encontrar frustración por no saber cómo conducirse en su propio proceso de aprendizaje y acarrear otros procesos psicológicos que orienten al estudiante a abandonar la carrera por mal rendimiento académico. (15)

El inicio de la formación de estos hábitos como mencionado antes debe darse desde la temprana edad, pues es mucho más sencillo el proceso de la automatización de los mismos. Los primeros en inculcarlos son los padres de familia, ya que se aseguran de la aplicación de los primeros pasos que

guiaran al estudiante a la excelencia en la práctica de los mismos. Conforme el niño avanza en la etapa escolar, los maestros van adquiriendo un papel más importante en el desarrollo de los mismos. En preescolar los hábitos son formados, en primaria conducidos supervisados tanto por los padres como por los maestros. Hasta llegar a una etapa en donde los estudiantes pueden aplicarlos por su cuenta. Es por esto que se deben de enseñar métodos técnicas y estrategias que conduzcan a que el estudiante adecue estos a su forma de aprender (15)

Como esta dicho antes, se necesita de una persona capacitada para impartir este tipo de conocimiento y de un sistema calificado para que se de este tipo de educación. Precisamente es por esto que es aquí de donde provienen los hábitos de estudio; pues se necesita de personas que fomenten buenas técnicas y métodos mediante sistemas organizados, dando una guía específica para alcanzar una buena aplicación de estos. (30)

Existen diversas formas que los maestros utilizan para aplicar la educación formal. Éstas diferencias se deben a la distinta preparación del catedrático, el tipo de establecimiento educativo, la población estudiantil y sobre todo la cultura en la que se desenvuelven todos los factores anteriores, explicaremos como esas distintas formas de enseñar pueden influir en los distintos hábitos de estudio inculcados a los alumnos.³¹

La metodología se define como el proceso, camino o trayecto para alcanzar un conocimiento de un orden determinado de objetos. Y los procedimientos utilizados por la metodología son llamados: métodos, con los cuales el maestro o tutor imparte los conocimientos a los estudiantes.³¹

Las metodologías educativas existentes dentro de la educación formal, tienen su base fundamental en las diferentes enfoques del aprendizaje dentro de los que cabe resaltar el constructivismo que enseña al alumno

herramientas útiles en la resolución de problemas, y el conectivismo que es la más aplicada actualmente, pues relaciona el aprendizaje del ser humano en el contacto con el internet y las redes sociales.³¹

Existe una gran variedad de metodologías educativas que influirán en la manera en el rendimiento académico del estudiante, tales como:

- Clases magistrales: Es la metodología más común, pues es impartida desde los primeros años escolares. Consiste principalmente en la teoría que el profesor nos pueda proporcionar o algún material de apoyo que pueda utilizar como por ejemplo videos o presentaciones.³¹
- Clases prácticas. No puede separarse completamente de las clases magistrales ya que en gran parte lleva características de las clases magistrales ya que también utiliza la teoría como una herramienta clave pero la utiliza de una manera aplicada.³¹
- Clases de Laboratorio: Se utilizan varias habilidades prácticas de los alumnos para poder comprobar o rechazar teorías mediante distintos materiales.³¹
- Tutorías: Ésta metodología se utiliza escasamente pero es muy positiva ya que responde de una manera muy eficaz a las necesidades particulares del estudiante al ser el mismo quien plantea sus dudas al profesor o tutor.³¹
- Evaluación: Ésta metodología es utilizada siempre acompañada de otras metodologías comunes como las clases magistrales y consiste principalmente en comprobar con pruebas principalmente escritas la supuesta adquisición que el alumno ha logrado del conocimiento.³¹

- Trabajos individuales y en grupo: los estudiantes realizan tareas como complemento a la formación recibida en las clases y los presenta al profesor con el fin de obtener una nota.³¹

Las metodologías de estudio, son un factor primordial en los problemas de aprendizaje en la mayoría de estudiantes repitentes ya que si el catedrático no posee la capacidad para influir sus conocimientos en el estudiante, este no estará preparado para superar las evaluaciones correspondientes además de no tener claro lo que debió haber aprendido. Al surgir esta problemática la metodología es fallida, ya que no se busca que el estudiante repruebe la materia si no que el estudiante aprenda nuevos conocimientos con claridad para poder aplicarlos sin mayor dificultad y con ello lograr lo deseado, el desarrollo estudiantil. Es imposible pensar que el estudiante podrá adquirir hábitos de estudio eficientes si la metodología educativa utilizada por el profesor no es la correcta, ya que éstos tienen una relación directamente proporcional.³¹

En Guatemala existe una diversidad de carreras que puede elegir el estudiante para orientar su vocación a una profesión tales como bachilleratos, peritos, secretariados, magisterios y técnicos que son las cinco ramas de las que se dividen las 233 especialidades existentes. Algunas de estas carreras como Perito Contador, Secretariado Oficinista, Magisterio, están orientados de por si a que el estudiante luego de graduarse pueda ejercer con el título obtenido sin necesidad de tener que asistir a una Universidad. Pero a pesar de esto, en este tiempo es necesario que el alumno no se quede estancado si no que luche por adquirir los conocimientos necesarios para desempeñar mejor su labor obteniendo un título universitario. Muchas veces los estudiantes que deciden ingresar a la Universidad eligen carreras que no corresponden a los conocimientos adquiridos en el nivel Medio. Prueba de ello son los estudiantes que ingresan a la Universidad San Carlos de Guatemala a estudiar en la

Facultad de Ciencias Médicas que llevan una base distinta a los conocimientos que exige tal carrera.³²

La carrera de nivel medio ideal para los alumnos que desean ingresar a la carrera de medicina en la universidad es el bachillerato en ciencias y letras ya que ésta presenta en su pensum cursos que sirven como una base sólida para evitar el Fracaso del Estudiante en la Universidad.³²

En el pensum de un estudiante Bachillerato en Ciencias y Letras (ver Tabla No. 1, Apéndice 1) podemos ver que este está orientado a las aéreas científicas como la Física, Química, Biología, Estadística que tales cursos son base en el primer año de la carrera de Ciencias Medicas. Además los cursos de Lengua y Literatura, Matemáticas son base a calificar para ingresar a la Universidad de San Carlos de Guatemala.³²

Pero por otro lado, los estudiantes egresados de un nivel Diversificado diferente a un científico y literario, no obtienen los conocimientos suficientes para poder desarrollar con facilidad la Carrera de Medicina por lo cual son propensos al fracaso estudiantil en medicina pero no significa que no puedan lograr nivelarse, sino que tendrán más dificultad. (Ver Tabla No.2, Apéndice 1) Poseen un conocimiento mínimo de las áreas científicas necesarias en Medicina, solo obtienen la base al estudiar un Magisterio ya que se empeñan más en la enseñanza, en los idiomas y las practicas docentes.³³

Factores psicológicos

La situación de un buen o deficiente rendimiento académico acarrea una serie de problemas y tensiones emocionales que afectan en el desarrollo personal, incluso, pueden llevar a una deficiente integración social del estudiante y esto provocar un rendimiento académico deficiente.²⁸

Se ha descrito el éxito y el fracaso escolar recurriendo a las diferencias individuales en inteligencia o bien en aptitudes intelectuales. Sin embargo, no son únicamente estas aptitudes las que deben de tomarse en cuenta pues estas pueden estar influenciadas por otros factores entre estos, los factores psicológicos.³⁵

Un factor psicológico que actúa en el individuo y hace posible una buena adquisición del aprendizaje es la motivación que fomenta el deseo de superación y de alcanzar las metas. Esto provoca que el individuo esté deseoso de aprender, inquieto y curioso.³⁴

Además, entre estos se encuentran las emociones. Estas motivan nuestras acciones y afectos cuando interactuamos con otras personas y con nuestro ambiente y proveen de sentido a nuestras experiencias de vida. Al guiar nuestros pensamientos y acciones, las emociones poseen una función reguladora que nos ayuda a adquirir los patrones de la conducta adaptativa y a mejorar nuestro aprendizaje. Esto se refiere a que mucho de lo que aprendemos o no viene determinado por las emociones que se hayan experimentado mediante los procesos vividos. Por lo tanto, las emociones y el estado de ánimo que estas conllevan pueden influir en las experiencias con el aprendizaje y dependiendo de este se logrará un nivel satisfactorio o no académico. Es tal su influencia, que muchas veces a pesar de dominar el contenido que debe de ser aprendido, por la situación emocional en la que se encuentra el individuo, este es incapaz de³⁵

Existen muchas diferencias en cómo las personas expresan sus emociones e interactúan con otros individuos. Muchas son predominantemente felices y curiosas, sanguíneas. Otras pueden ser a menudo retraídas, tristes y depresivas, melancólicas. Más aún, otras pueden aparecer enojadas, destructivas y desorganizadas, coléricas. Este tipo de actitudes, determinará la manera en la que el individuo se relacione con ella misma y con los demás y en su desempeño en todas las distintas áreas de su vida.³⁴

Cuando una persona es predominantemente retraída, evita el contacto con otros individuos y no muestra interés por aprender la mayor parte del tiempo, lo que puede afectar su desarrollo y su capacidad de adaptación y por lo tanto en los trabajos que son grupales pueden tener dificultad, ya que se hace más difícil expresarse con los demás, y de esta manera pueden bajar en sus calificaciones y perjudicarse gravemente y no solo a ellos mismo si no que también pueden llegar a afectar al grupo.³⁴

La mayor parte de las deserciones ocurre especialmente en los estudiantes que tienen una edad entre 17 a 20 años. Esta situación suele promover el incremento en las tasas de ausentismo, fracaso académico y deserción. Hay numerosas razones por las cuales los jóvenes abandonan los estudios o tienen un bajo rendimiento académico.³⁴

Y entre los factores psicológicos se encuentran la falta de interés, la motivación positiva y negativa, las dificultades intelectuales, los problemas de personalidad, influencias y relaciones parentales, antecedentes familiares.³⁵

Usualmente, los problemas se acumulan a lo largo de los años hasta que ocurre la deserción. La circunstancia o hecho real que da lugar a la deserción e puede ser irrelevante, pero muchas veces los factores psicológicos afectan al estudiante desde un simple un malentendido una acción disciplinaria, entre otras. En muchos casos una serie de sucesos previos conduce a la deserción final como desajuste social o aislamiento, relaciones familiares tensas, problemas con los licenciados repetición de grado o malas calificaciones. Son varios los factores que se relacionan con la deserción temprana.³⁵

Factores económicos

Por lo general, y en relación con el primer tipo de información, las zonas o "causas" del abandono universitario o bien la repitencia pueden clasificarse en: razones económicas, que incluye tanto las faltas de recurso del hogar para enfrentar los gastos que demanda la asistencia, a la universidad como el abandono que se produce para trabajar o para buscar empleo; problemas relacionados con la oferta o por la falta de establecimientos; problemas familiares, que comprenden las razones más frecuentemente mencionadas por las mujeres y las: la realización de quehaceres en el hogar, el embargo y la maternidad; aquellas asociadas a la falta de interés, incluida la carencia de importancia, que dan los padres.²⁸

Se ha establecido que los alumnos que provienen de hogares con ingresos económicos altos llegan a desempeñarse mejor que los que pertenecen a hogares con ingresos bajos. Los estudiantes que tienen un estatus socioeconómico muy adverso tienen condiciones de estudio inadecuadas en el hogar, se encuentran sometidos a privaciones de todo tipo y requieren por lo tanto de un medio ambiente más adecuado de estudio, como las bibliotecas de las universidades. Lareau señala que los padres de familia que tienen recursos bajos no solo presentan niveles educativos bajos, sino que además carecen de los medios necesarios básicos, por ejemplo, materiales de apoyo o tiempo (debido a que sus trabajos son menos flexibles) para involucrarse en actividades con su hijos o hijas. Asimismo, es importante el papel que cumplen los docentes dentro de la formación médica, ya que, conociendo los factores que inciden en el rendimiento bajo, pueden tomar medidas correctivas que permitan a los alumnos superar algunas de sus deficiencias traídas desde la escuela y a obtener mejor rendimiento académico, evitando así el fracaso del alumnado. La educación moderna reconoce al alumno como el principal protagonista del proceso de enseñanza-aprendizaje, a diferencia del modelo educacional tradicional,

quienes además carecieron de apoyo y comprensión en la búsqueda de mejores resultados en su rendimiento académico.³⁶

Factores sociales

Se puede decir que la educación es el proceso de socialización de los individuos de una comunidad. Aunque también es llamada educación "al resultado de este proceso, que se materializa en la serie de habilidades, conocimientos, actitudes y valores adquiridos". Ya que en ella se puede ver el proceso formativo que genera y desarrolla el estudiante y la forma en que se enfrentará a su entorno.

Es preciso hacer un especial énfasis en diferenciar la educación y la enseñanza, reconociendo a esta última como la facilitadora de conocimientos y el desarrollo de habilidades mentales o físicas que son necesarias para incorporarse a la sociedad. Pero como se ha observado, la educación afecta y es afectada por su entorno social, ya que éste dictará los patrones bajo los cuales se dará la relación licenciado- alumno o bien Doctor- alumno. Para comprenderlo mejor, diremos que la sociedad es "el conjunto de personas que comparten fines, preocupaciones y costumbres que interactúan entre sí constituyendo una comunidad". La sociedad nos dictará la forma de ser, de vivir, dicta valores y patrones de vida.³⁶

Son varios los factores que inciden negativamente en la calidad educativa de Guatemala y la repitencia es uno de ellos. Es necesario explorar a fondo los aspectos que impiden a los estudiantes alcanzar las metas educativas propuestas para terminar la carrera universitaria satisfactoriamente.²⁸

En ese sentido se dice que el fracaso estudiantil tiene gran parte de sus orígenes en el sistema de evaluación imperante. El mal uso de la evaluación se pone de manifiesto en la falta de motivación intrínseca que poseen la

gran mayoría de los alumnos hacia las tareas de la universidad, pero muchas veces tiene que ver con el medio que rodea al estudiante, muchas veces una mala amistad puede hacer que el estudiante se venga abajo, porque los malos hábitos y de estudio se pegan y nuestra sociedad está llena de diferentes tipos de personas y tener presente que en la universidad eso se encontrara.

Existen muchas causas por la que el alumno no se siente motivado, algunos ejemplos: problemas familiares, falta de interés, el aprendizaje no se adecua a sus necesidades, la repitencia, etcétera.³⁴

CONCLUSIONES

- Los hábitos de estudio son acciones repetitivas que le facilitan al estudiante la asimilación del conocimiento por lo que pueden influir en su rendimiento académico.
- Gran parte de la deficiencia en los hábitos de estudio que poseen los estudiantes, tienen sus raíces en los primeros niveles de la educación, ya que es la educación formal en sus primeras etapas la principal institución encargada de formar los mismos y de lograr la automatización de parte de cada estudiante.
- El lugar de estudio influye de manera significativa en el aprendizaje, por lo que si se encuentran presentes factores como el ruido, la televisión, la radio y además no existe una postura adecuada en el estudiante afectarán directamente el rendimiento del mismo.
- La lectura como medio de aprendizaje más utilizado, es fundamental que forme parte de los hábitos en la vida del estudiante.
- Es imprescindible que el estudiante universitario cuales son los hábitos de estudio que pueden llegar a tener para poder formar su propio método de estudio en base a sus capacidades y habilidades.
- Paralelo a la aplicación de hábitos de estudio es importante que el estudiante utilice técnicas auxiliares; como por ejemplo tomar un tiempo de descanso, controlar la ansiedad o realizar ejercicio y rendir mejor en el estudio.

RECOMENDACIONES

- Formar los hábitos de estudio necesarios para el buen rendimiento en la vida del estudiante, además que estos permanezcan en el ámbito profesional y personal.
- Disponer de un método adecuado a sus capacidades que mejore la organización personal para la realización de las actividades académicas.
- Llevar a cabo un plan eficaz para completar las tareas a realizar, en el cual se tenga en cuenta un lugar de estudio adecuado, en donde se pueda tener una mayor concentración y de lugar a un adecuado proceso del análisis de cada actividad.
- Desarrollar las actividades de planificación con responsabilidad y un adecuado aprovechamiento del tiempo para poder llegar a su culminación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Diccionario de la Real Academia Española. España; 2005
2. Aspe Armella V, Lopez de Llergo AT. Hacia un desarrollo humano: valores, actitudes y hábitos. [en línea]. México: Limusa; 2003 [accesado 16 Jul 2012]. Disponible en: http://books.google.com.gt/books?id=WKagcrHK7zsC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
3. García y Espinosa AM, Olayo Sánchez AG. Estudio comparativo de hábitos de consumo de bebidas energéticas en estudiantes de cuatro universidades de la Ciudad de Puebla y Cholula. [Tesis Licenciatura en Administración de Hoteles y Restaurantes] [en línea]. México: Universidad de las Américas Puebla; 2008. [accesado 13 jul 2012]. Disponible en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lhr/garcia_y_am/
4. (Microsoft Encarta,2008)
5. Universidad Miguel Hernández de Elche. Hábitos de estudio. [en línea]. España; 2005 [accesado 14 jul 2012]. Disponible en: <http://habitosdeestudio.umh.es/>
6. Ministerio de educación y ciencia, Universidad de Almería. Programa auto aplicado para el control de la ansiedad ante los exámenes. [en línea]. España. [accesado 7 jul 2012]. Disponible en: <http://www.udl.es/serveis/seu/ansietat/pdfs/capitulo04.pdf>
7. Departamento de Apoyos Educativos, Virrectoría de Formación y Cultura. Hábitos de estudio: estrategias para el manejo de la información

escolar. [en línea] México: UPAEP; 2008. [accesado 19 Jul 2012]. Disponible en: <http://www.slideshare.net/UpaepOnline/habitos-de-estudio-2045290>

8. Gómez Gómez M. Técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje. [en línea]. España; 2011. [accesado 15 Jul 2012]. Disponible en: <http://www.edu.xunta.es/centros/iesfelixmuriel/system/files/metodo+estudio.pdf>

9. Camarero Suárez F, del Buey F M, Herrero Diez J. Estilos y estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios. [En línea]. Oviedo: Universidad de Oviedo; 2000 [accesado 8 jul 2012]. Disponible en: <http://156.35.33.98/reunido/index.php/PST/article/viewFile/7769/7633>

10. Departamento de orientación colegio sagrado corazón de Jesús. Técnicas de estudio: educación obligatoria. [en línea]. Guatemala; 2009 [accesado 6 Jul 2012] Disponible en: <http://www.slideshare.net/juancaorientador/1-tnicas-de-estudio>

11. Lerma Moreno V M, Garrido N P, Hernández Vela H. Habilidades y métodos de estudio: competencia vigente. [en línea]. Durango: Universidad Juárez del estado de Durango; 2004-2012. [accesado 6 jul 2012] Disponible en: <http://www.fca.uach.mx/Documentos/Revista/Volumenes/Volumen7/Ponencia%20138-UJED.pdf>

12. Gustavo T. Como estudiar con Eficiencia [en línea]. La Habana http://bill.cl/libros/autoayuda/Como_Estudiar_con_Eficiencia.pdf

13. Ministerio de Educación, Cultura y Deportes. Planificación y evaluación del aprendizaje [en línea]. Nicaragua.

http://www.nicaraguaeduca.edu.ni/uploads/plan_eval.pdf

14. Fernández Otoya L F. Orientaciones para el estudio: medicina – USAT. [en línea]. Chiclayo, Perú; 2009 [accesado 6 jul 2012]. Disponible en: <http://www.slideshare.net/leamotoya/orientaciones-para-el-estudio>

15. Morales Calderón, JD. La incidencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico. [tesis Licenciatura en Psicología]. Guatemala: Universidad Rafael Landívar, Facultad de Humanidades; 2005.

16. Aravena Gaete M. La lectura: una fortaleza para el aprendizaje. [en línea]. Chile; año probable [2003?]. [accesado 15 Jul 2012] Disponible en: <http://www.edumar.cl/documentos/lectura.pdf>

17. Calzada Gil IJ, Corrales Pérez F, Mojarro Prieto S, Piularch Conde S. La lectura comprensiva. [en línea]. Sevilla: Centro de Profesorado de Sevilla; 2005 [accesado 10 jun 2012]. Disponible en: http://www.juntadeandalucia.es/averroes/~cepc3/competencias/lengua/primaria/06427GT103_LA_LLECTURA_COMPRENSIVA.pdf

18. Navarro Morcillo L F. El método de estudio: una forma de mejorar el tiempo y mejorar tus resultados. [en línea]. España; 2010 [accesado 6 jul 2012]. Disponible en: <http://www.slideshare.net/fernandonavarromorcillo/el-mtodo-2-l-semer>

19. Sebastián A, Ballesteros B, Sánchez García MF. Técnicas de Estudio. [en línea]. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia; [accesado 25 jul 2012] Disponible en: http://portal.uned.es/pls/portal/docs/PAGE/UNED_MAIN/OFERTA/NUEVOS%20ESTUDIANTES/PLAN_ACOGIDA_ESTUDIANTES/GUIAS%20PARA%20EL%20ENTRENAMIENTO%20DE%20COMPETEN/PLAN_ACOGIDA_GUIAS_APOYO_TECNICAS_ESTUDIO_COIE.PDF
20. Universidad Miguel Hernández de Elche [en línea]. Av del Ferrocarril 03202 Elche, España; 2005 [accesado 14 Jul 2012] [3 p.] Disponible en: <http://habitosdeestudio.umh.es/>
21. Arbieto Torres K. La Atención. [en línea]. Madrid; 2005 [accesado 15 Jul 2012] [2 p.] Disponible en: <http://www.psicopedagogia.com/atencion>
22. Universidad de Alicante. Sensación, percepción y atención. [en línea]. España; 2007 [accesado 15 Jul 2012] [43 p.] Disponible en: http://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4298/2/TEMA%202_SENSACION,PERCEPCION,ATENCI%C3%93N.pdf
23. Díaz Domínguez T. La educación como factor de desarrollo social [en línea]. Cuba: Universidad de Pinar del Río. Disponible en: http://www.sapiens.com/castellano/articulos.nsf/Educadores/La_educaci%C3%B3n_como_factor_de_desarrollo_social/A54D17E6C670F4BA41256BA7004AF275!opendocument
24. Noriega García JL . Calidad educativa [en línea]. México: Universidad autónoma de Tamaulipas; 2003. Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos24/calidad-educativa/calidad-educativa.shtml>

25. Gómez Molina M. Algunos factores que influyen en el éxito académico de los estudiantes universitarios [en línea]. Barcelona: Universidad autónoma de Barcelona; 2003. Disponible en: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/4700/mgm1de1.pdf;jsessionid=0CE890A322F47AD76E57FDDC6CB5D066.tdx2?sequence=1>
26. Ruiz Mendieta ME. Factores que influyen en el rendimiento escolar de los adolescentes [en línea]; 2002. Disponible en: <http://biblioteca.ajusco.upn.mx/pdf/19186.pdf>
27. Llanes Castillo A. DESERCIÓN EN ALUMNOS DE PRIMER AÑO DE LICENCIATURA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA. Mexico. Revista electronica Medicina, salud y sociedad. 2011
28. Jara Facundo D; Factores importantes que influyen en el redimiendo académico [en línea] Lima, Perú: Departamento de Patología, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Mayor de San Marcos; Sep. 2008. [accesado 30 jul 2012] Disponible en : http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832008000300009
29. Reyes Olivans C. Factores socioculturales, políticos y económicos que intervienen en la educación. [en línea] Coahuila: Universidad Autónoma del Noreste Campus Piedras Negras; 2005. [accesado 12 jun 2012] Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos27/factores-socioculturales/factores-socioculturales.shtml>
30. Blandón E. "importancia de la ecuación formal en el desarrollo y el mejoramiento del asentamiento las torres". P. 6 [tesis de licenciatura en administración educativa]. [en línea]. Guatemala: UNIVERSIDAD

FRANCISCO MARROQUIN. 2002. [accesado 14 julio de 2012]. Disponible en: <http://www.tesis.ufm.edu.gt/pdf/3566.pdf>

31. Fidalgo A. "Metodologías Educativas". [en línea]. Madrid 2007. [accesado 14 julio de 2012]. Disponible en: <http://innovacioneducativa.wordpress.com/2007/10/08/metodologias-educativas/>

32. MINISTERIO DE EDUCACIÓN. "CURRICULUM NACIONAL BASE". [en línea]. Guatemala 2012. [Accesado 10 julio de 2012]. Disponible en: <http://www.mineduc.gob.gt/DIGECUR/>

33. Rivas E. "perfil socio-económico, psicológico y laboral DE ingreso estudiantes facultad de ciencias médicas USAC". p. 13 y 16. Estudio descriptivo en 375 estudiantes que iniciaron la carrera de médico y Cirujano en 1993, Guatemala. [tesis de Medico y Cirujano] Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Médicas; 1994.

34. Calderón Díaz J H. Estudio sobre la repitencia y deserción en la educación superior de Guatemala. [en línea]. Guatemala: Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe Unesco; 2005 [accesado 5 jul 2012] Disponible en: <http://www.docstoc.com/docs/49768280/ESTUDIO-SOBRE-LA-REPITENCIA-Y-DESERCION-EN-LA-EDUCACION>

35. Jadue G. Factores psicológicos que afectan el rendimiento y la deserción en los estudiantes [en línea] Valdivia; Instituto de Filosofía y Estudios Educativos, Facultad de Filosofía y Humanidades, Universidad Austral de Chile, Casilla 567, Estudios Pedagógicos; 2002. [accesado 14 jun

2012]

Disponible

en:

http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052002000100012

36. Medrano CL. Factores socioeconómicos que influyen en la repitencia [en línea] México; 2006. [accesado 14 jun 2012] . Disponible en:
<http://www.monografias.com/trabajos67/factores-socioeconomicos-repitencia/factores-socioeconomicos-repitencia2.shtml>

APÉNDICES

APÉNDICE 1:

Tabla No. 1. Pensum de Bachilleres en Ciencias y Letras

Pensum de Bachiller en Ciencias y Letras
Lengua y Literatura
Matemáticas
Expresión Artística
Educación Física
Biología
Química
Física
Ciencias Sociales y Formación Ciudadana
Ciencias Naturales
Estadística Descriptiva
Comunicación y Lenguaje L3 (Inglés)

APÉNDICE 2:

Tabla No. 2 Pensum de Formación Docente a nivel Primario

Pensum de Formación de Docentes a Nivel Primario
Administración del Aula
Atención a Estudiantes con Necesidades Educativas Especiales
Biología
Ciencias Naturales y su Aprendizaje
Ciencias Sociales y Formación Ciudadana y su Aprendizaje
Comunicación y Lenguaje y su Aprendizaje I
Cosmogonía de las culturas (ética y valores)
Cosmogonía Maya
Cursos Libres Optativos
Desarrollo Sostenible, Productividad y su Aprendizaje
Educación en Valores y para la Paz
Educación Física y su Aprendizaje
Elaboración de Proyectos de la Escuela y la Comunidad
Estadística
Estrategia de Enseñanza y Aprendizaje
Expresión Artística y su Aprendizaje
Filosofía
Física
Historia de la Educación en Guatemala

Historia del Arte Guatemalteco
Historia Lingüística Nacional
Idioma Español
Introducción al Diseño Curricular y su Práctica
Introducción a la Pedagogía
Introducción a la Ética
Idioma Extranjero y su Aprendizaje
Idioma Indígena y su Aprendizaje
Interculturalidad y Pedagogía de la Diversidad
Investigación Educativa
Modalidades del sistema Educativo
Medio Social Y Natural y su Aprendizaje
Matemática y su Aprendizaje
Literatura infantil bilingüe
Matemática Maya y su Aprendizaje
Literatura infantil
Lengua y Literatura
Legislación Educativa
Modalidades Educativas del nivel primario en Guatemala
Tecnología de la Información y Comunicación Aplicada a la Educación
Seminario Investigación Acción
Química
Psicología
Práctica Docente
Planificación y Evaluación del Aprendizaje

APÉNDICE 3:

FICHAS BIBLIOGRÁFICAS

1. HÁBITOS Y ACTITUDES

Aspe Armella V, Lopez de Llergo AT. Hacia un desarrollo humano: valores, actitudes y hábitos. [En línea]. México: Limusa; 2003 [accesado 16 Jul 2012]. Disponible

en: http://books.google.com.gt/books?id=WKagcrHK7zsC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false

Los hábitos son actos repetitivos que se repiten y se hacen conscientemente. Es una habilidad única de los seres humanos, pues solo nosotros tenemos la capacidad de tomar esta decisión. Se trata de convertir cada acción en una rutina.

2. HÁBITOS

García y Espinosa AM, Olayo Sánchez AG. Estudio comparativo de hábitos de consumo de bebidas energéticas en estudiantes de cuatro universidades de la Ciudad de Puebla y Cholula. [Tesis Licenciatura en Administración de Hoteles y Restaurantes] [En línea]. México: Universidad de las Américas Puebla; 2008. [Accesado 13 jul 2012]. Disponible

en: http://catarina.udlap.mx/u_dl_a/tales/documentos/lhr/garcia_y_am/

Los hábitos son actos repetitivos aprendidos por la experiencia y realizados automáticamente. De acuerdo a esta definición, también son hábitos los gestos, fumar, comer o beber en exceso. Son incluidos como hábitos porque se analiza desde el punto de vista de lo que influya en el aprendizaje o como problema que altera el estado de bienestar de las personas.

3. TÉCNICAS AUXILIARES

Universidad Miguel Hernández de Elche, hábitos de estudio [en línea]. Av del Ferrocarril 03202 Elche, España [accesado 14 Jul 2012] Disponible en: <http://habitosdeestudio.umh.es/>

Los hábitos de estudio son costumbres y normas que se aprenden para poder lograr un mejor desempeño académico pero puede haber distintos métodos auxiliares dentro de los hábitos como la relajación antes de un examen, el control de los pensamientos, el control de la ansiedad, preparación para antes de una presentación con todos estos el estudiante puede lograr un mejor nivel académico.

4. MÉTODO, CONTROL DE LA ANSIEDAD

Ministerio de educación y ciencia, Departamento de psicología educativa y de la educación. Programa auto aplicado para el control de la ansiedad ante los exámenes. [En línea]. España: Universidad de Almería; 2011. [Accesado 7 jul 2012]. Disponible en: <http://www.udl.es/serveis/seu/ansietat/pdfs/capitulo04.pdf>

El subrayado son las líneas y símbolos que sirven para resaltar la idea principal o secundaria del texto, si se necesita subrayar líneas enteras mejor se utilizan corchetes o paréntesis, ayuda a agilizar la información para hacer esquemas y resúmenes; los esquemas se hacen en forma jerárquica representando las gráficas; en los resúmenes se hace una síntesis de las ideas importantes para redactar lo subrayado, deben ser guardados o archivados antes de cualquier acción; para memorizar es necesario transportar la información de corto a largo plazo y para esto se utilizan las reglas llamadas mnemotécnicas.

5. MÉTODO, ESTRATEGIAS PARA EL MANEJO DE INFORMACIÓN

Departamento de apoyos educativos, Virrectoría de formación y cultura. Hábitos de estudio: estrategias para el manejo de la información escolar. [en línea] México: UPAEP; 2008. [Accesado 19 jul 2012]. Disponible en: <http://www.slideshare.net/UpaepOnline/habitos-de-estudio-2045290>

El método de estudio es la repetición de una serie de pasos definidos utilizando técnicas adecuadas para absorber el conocimiento dependiendo de la complejidad del tema y el tiempo; la lectura para los estudiantes es fundamental debido a esto existen distintos tipos de lectura, tales como, la lectura exploratoria la cual es llamada lectura rápida, es esta se ve superficialmente el texto y títulos; mientras que para la comprensiva es necesario haber realizado una lectura rápida anteriormente; subrayar es un método que se utiliza para marcar las palabras clave y poder categorizarlas para facilitar el aprendizaje, en la memorización se utilizan las reglas mnemotécnicas.

6. MÉTODO, TÉCNICAS DE ESTUDIO

Gómez Gómez M. Técnicas de estudio y estrategias de aprendizaje. [en línea]. España: IES; 2011. [Accesado 15 jul 2012]. Disponible en: <http://www.edu.xunta.es/centros/iesfelixmuriel/system/files/metodo+estudio.pdf>

La principal función del cuadro comparativo es diferenciar los temas que se estén estudiando formando un cuadro con dos o más divisiones, en las columnas de los extremos se colocan los aspectos a evaluar y en el centro los aspectos en los que tienen similitud; en la memorización los acontecimientos como información sorprendente, necesaria, historias contadas con palabras clave y la música, son almacenados con mayor facilidad.

7. MÉTODO, ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE APRENDIZAJE

Camarero Suárez F, del Buey F M, Herrero Diez J. Estilos y estrategias de aprendizaje en estudiantes universitarios. [en línea]. Oviedo: Universidad de Oviedo; 2000 [accesado 8 jul 2012]. Disponible en: <http://156.35.33.98/reunido/index.php/PST/article/viewFile/7769/7633>

El método de estudio es una serie de pasos repetidos para obtener un beneficio de ellos utilizando las técnicas adecuadas para obtener conocimiento y que el tiempo invertido sea menor que al invertir el tiempo; en la memorización el mapa de conceptual es un método más lento que el resto pero a su vez es mucho más efectivo, se encuentra estructurados, incluye palabras claves, cuadros y líneas; la memorización consiste en el uso de un método de estudio para obtener información y poder transformarla de memoria a corto plazo a memoria de largo plazo.

8. MÉTODO, EDUCACIÓN OBLIGATORIA TÉCNICAS DE ESTUDIO

Departamento de orientación Colegio Sagrado Corazón de Jesús. Técnicas de estudio: educación obligatoria. [en línea]. Guatemala: Colegio Sagrado Corazón de Jesús; 2009 [accesado 6 Jul 2012] Disponible en: <http://www.slideshare.net/juancaorientador/1-tcnicas-de-estudio>

La lectura comprensiva es un tipo de lectura lenta, profunda, reflexiva y exhaustiva, en la cual en cada párrafo se deben buscar en el diccionario el significado de las palabras que no se conozcan y tomar notas al margen; cuando se realizan esquemas otra forma de realizarlos es de forma numérica, se clasifican por jerarquía empezando los números romanos y arábigos.

9. MÉTODO, HABILIDADES Y MÉTODOS DE ESTUDIO

Lema Moreno V M, Garrido N P, Hernández Vela H. Habilidades y métodos de estudio: competencia vigente. [En línea]. Durango: Universidad Juárez del estado de Durango; 2004-2012. [Accesado 6 jul 2012] Disponible en: <http://www.fca.uach.mx/Documentos/Revista/Volumenes/Volumen7/Ponencia%20138-UJED.pdf>

El tomar nota es un método fundamental, el cual facilita la concentración mientras se recibe una cátedra jerarquizando y haciendo una síntesis de lo más importante; este método incrementa rápidamente la habilidad de estructura y escuchar rápidamente, se empieza por escribir título y fecha de apunte para poder llevar un orden claro, es importante agregar a las notas las preguntas que surjan durante el desarrollo.

10. MÉTODO, ESTUDIAR CON EFICIENCIA

Torroella Gonzáles G. Como estudiar con Eficiencia [en línea]. La Habana: editorial de ciencias sociales La Habana; 1984 [accesado 15 jul 2012]. Disponible en: http://bill.cl/libros/autoayuda/Como_Estudiar_con_Eficiencia.pdf

La lectura exploratoria normalmente es conocida como lectura rápida, la cual se realiza dando un vistazo rápido al texto a leer, tomando en cuenta las ideas principales y secundarias como los índices de contenido, texto, imágenes, resúmenes y poder tener así una visión general y superficial del tema.

11. MÉTODO, APRENDIZAJE

Dirección de educación preescolar. Planificación y evaluación del aprendizaje. [en línea]. Nicaragua: Ministerio de educación, cultura y deportes; 2010. [Accesado 16 jul 2012]. Disponible en: http://www.nicaraguaeduca.edu.ni/uploads/plan_eval.pdf

La lectura comprensiva es de carácter lento, reflexivo y exhaustivo; debiendo leerse el texto completo por párrafos ya que es necesario buscar el significado de los términos desconocidos en el diccionario, es importante tomar notas al margen para poder ser leídas posteriormente.

12. MÉTODO, ORIENTACIONES

Fernández Otoy L F. Orientaciones para el estudio: medicina – USAT. [en línea]. Chiclayo [Perú]: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2009 [accesado 6 jul 2012]. Disponible en: <http://www.slideshare.net/leamotoya/orientaciones-para-el-estudio>

El subrayado y el resumen están relacionados directamente ya que si se hizo un uso adecuado del subrayado, al leerlo se tendrá un resumen con las ideas principales, conceptos y datos a memorizar; por lo que la memorización consiste en pasar la información de la memoria a corto plazo hacia la memoria de largo plazo obteniendo un aprendizaje permanente.

13. MÉTODO, TÉCNICAS E INCIDENCIA

Morales Calderón J D. La incidencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico. [Tesis Licenciatura en Psicología]. Guatemala: Universidad Rafael Landivar, Facultad de Humanidades; 2005. [Accesado 16 jul 2012].

El cuadro comparativo se encarga de clasificar la información para diferencias dos temas específicos encerrándolos en un cuadro con subdivisiones exponiendo a los extremos las diferencias y al centro los aspectos que tengan en común.

14. MÉTODO, LA LECTURA

Aravena Gaete M. La lectura: una fortaleza para el aprendizaje. [En línea]. Chile; 2007. [Accesado 15 Jul 2012] Disponible en: <http://www.edumar.cl/documentos/lectura.pdf>

La lectura es indispensable ya que si el lector comprende el texto y llega a familiarizarse con este, su experiencia le permitirá acercarse al autor y ofrecer nuevas perspectivas u opiniones sobre los temas que involucre el texto.

15. MÉTODO, TIPOS DE LECTURA

Calzada Gil IJ, Corrales Pérez F, Mojarro Prieto S, Piularch Conde S. La lectura comprensiva. [en línea]. Sevilla: Centro de Profesorado de Sevilla; 2005 [accesado 10 jun 2012]. Disponible en: http://www.juntadeandalucia.es/averroes/~cepc3/competencias/lengua/primaria/06427GT103_LA_LECTURA_COMPRENSIVA.pdf

La lectura es de carácter primordial en el aprendizaje puesto que el aprendizaje se da incluso cuando el lector lee solamente por placer propio; debido a esto la lectura comprensiva y la exploratoria están directamente relacionadas y se necesitan mutuamente para obtener un mayor nivel de beneficio.

16. MÉTODO, MEJORANDO RESULTADOS

Navarro Morcillo L F. El método de estudio: una forma de mejorar el tiempo y mejorar tus resultados. [En línea]. España: Educación secundaria obligatoria; 2010 [accesado 6 jul 2012]. Disponible en: <http://www.slideshare.net/fernandonavarromorcillo/el-mtodo-2-l-semer>

El subrayado se basan en líneas y símbolos situándose debajo de las palabras importantes que deben contar con un significado por si mismas y utilizar asteriscos para diferencias las ideas principales de las secundarias, otra opción es el utilizar distintos colores asignándole un rango a cada color específico, es necesario recordar que no se debe subrayar un texto sin antes haberlo comprendido ya que si se realiza correctamente tendrá la función de un resumen con las ideas, conceptos y palabras clave realmente importantes; debido a esta razón si no se ha comprendió un tema no es posible realizar un esquema ni resumen, ya que este trata sobre comprimir todo el contenido de un texto en pocas palabras expresando las ideas más importantes menores que un cuarto del texto a resumir.

17. MÉTODO, TÉCNICAS DE ESTUDIO

Sebastián A, Ballesteros B, Sánchez García MF. Técnicas de Estudio. [En línea]. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia; 2006 [accesado 25 jul 2012]. Disponible en: http://portal.uned.es/pls/portal/docs/page/uned_main/oferta/nuevos%20estudiantes/plan_acogida_estudiantes/guias%20para%20el%20entrenamiento%20de%20competen/plan_acogida_guias_apoyo_tecnicas_estudio_coie.pdf

El subrayado presenta muchas ventajas en el momento de su realización tanto para el aprendizaje como en las habilidades, entre estas se encuentran la motivación a la lectura, centrar la atención en ideas principales, facilitar la comprensión, agilizar la realización de esquemas y resúmenes; en el mapa conceptual debe mencionarse que en la jerarquización de los conceptos debe remarcar cada concepto subordinado en un nivel de altura diferente; al igual que en el subrayado el resumen posee ventajas tales como la motivación durante el proceso, la ordenación de ideas, la síntesis, análisis y repaso economizando el tiempo invertido.

18. TÉCNICAS AUXILIARES

Universidad Miguel Hernández de Elche, hábitos de estudio [en línea]. Av del Ferrocarril 03202 Elche, España [accesado 14 Jul 2012] Disponible en: <http://habitosdeestudio.umh.es/>

Los hábitos de estudio son costumbres y normas que se aprenden para poder lograr un mejor desempeño académico pero puede haber distintos métodos auxiliares dentro de los hábitos como la relajación antes de un examen, el control de los pensamientos, el control de la ansiedad, preparación para antes de una presentación con todos estos el estudiante puede lograr un mejor nivel académico.

19. LA ATENCIÓN

Arbieto Torres K. La Atención. [en línea]. Madrid; 2005 [accesado 15 jul 2012]
Disponible en: <http://www.psicopedagogia.com/atencion>

La atención es la inhibición de la información irrelevante y la focalización de la información relevante, con mantenimiento de ésta por periodos prolongados. La Concentración de la atención se manifiesta por su intensidad y por la resistencia a desviar la atención a otros objetos o estímulos secundarios, la cual se identifica con el esfuerzo que deba poner la persona más que por el estado de vigilia.

20. SENSACION, PERCEPCION Y ATENCION

Licenciatura de humanidades, Universidad de Alicante. Sensación, percepción y atención. [en línea]. España; 2007 [accesado 15 Jul 2012] [43 p.] Disponible en:

http://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/4298/2/TEMA%202_SENSACION,PERCEPCION,ATENCION.pdf

Es el proceso por el que la mente toma posesión, de forma vivida y clara, de uno de los diversos objetos o trenes de pensamiento que aparecen simultáneamente. Focalización y concentración de la conciencia son su esencia. Implica la retirada del pensamiento de varias cosas para tratar efectivamente otras.

21. FACTORES EDUCATIVOS

Díaz Domínguez T. La educación como factor de desarrollo social [en línea]. Cuba: Universidad de Pinar del Río. Disponible en:

http://www.sappiens.com/castellano/articulos.nsf/Educadores/La_educacion_como_factor_de_desarrollo_social/A54D17E6C670F4BA41256BA7004AF275!opendocument

Los factores educativos se refieren al método que utilizan en el entorno que se encuentran, físico, económico y social. La educación requiere la preparación para transformar los conocimientos, habilidades, etc.

22. CALIDAD EDUCATIVA

Noriega García JL. Calidad educativa [en línea]. México: Universidad autónoma de Tamaulipas; 2003. Disponible en:

<http://www.monografias.com/trabajos24/calidad-educativa/calidad-educativa.shtml>

Dentro de los aspectos que involucran a una educación de calidad podemos enumerar un sin número de factores que involucran a diferentes aspectos que se refieren a la misma problemática.

23.. FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMEINTO ACADEMICO.

Gómez Molina M. Algunos factores que influyen en el éxito académico de los estudiantes universitarios [en línea]. Barcelona: Universidad autónoma de Barcelona; 2003. Disponible en:

<http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/4700/mgm1de1.pdf;jsessionid=0CE890A322F47AD76E57FDDC6CB5D066.tdx2?sequence=1>

Las técnicas de estudio que se utilizan en los hábitos de estudio llegan a ser eficaz cuando se obtienen buenas notas y se mantiene la información a largo lazo.

24. FACTOR EDUCATIVO.

Ruiz Mendieta ME. Factores que influyen en el rendimiento escolar de los adolescentes [en línea]; 2002. Disponible en:

<http://biblioteca.ajusco.upn.mx/pdf/19186.pdf>

Los hábitos de estudio son estrategias que ayudan al estudiante en el aprendizaje, los hábitos de estudio adecuados, mejoran el rendimiento académico, obteniendo la capacidad para realizar tareas, actividades, desarrollando el aprendizaje del estudiante.

25. DESERCIÓN EN ALUMNOS DE PRIMER AÑO DE LICENCIATURA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA

Llanes Castillo A. DESERCIÓN EN ALUMNOS DE PRIMER AÑO DE LICENCIATURA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA. Mexico. Revista electronica Medicina, salud y sociedad. 2011

El mayor porcentaje de los estudiantes que abandonan la licenciatura durante el primer año corresponde al sexo femenino.

El abandono de los estudios obedece a diversas causas. Entre los factores más frecuentes se encuentran: la reprobación de materias (fracaso escolar) tanto en el caso de las bajas voluntarias, como en las bajas por estatuto. Pareciera que estos alumnos hubiesen agotado sus posibilidades académicas para poder continuar con sus estudios

26. FACTORES INFLUYENTES EN EL RENDIMIENTO ACADÉMICO DE ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DE MEDICINA

Jara Facundo D. Factores importantes que influyen en el rendimiento académico [en línea] Lima, Perú: Departamento de Patología, Facultad de Medicina, Universidad Nacional Mayor de San Marcos; 2008.[accesado 30 jul 2012]

Disponible en:

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1025-55832008000300009

El rendimiento académico dentro de la universidad es el producto de la influencia de múltiples factores, los cuales se ponen de manifiesto desde los primeros años de estudio. Hay diversos factores que influyen al estudiante pero los que se presentan con mayor grado son los factores psicológicos, económicos, sociales y educativos.

27. FACTORES QUE INFLUYEN EN LOS HÁBITOS DE ESTUDIO

Reyes Olivans C. Factores socioculturales, políticos y económicos que intervienen en la educación. [En línea] Coahuila: Universidad Autónoma del Noreste Campus Piedras Negras; 2005. [Accesado 12 jun 2012] Disponible en:<http://www.monografias.com/trabajos27/factores-socioculturales/factores-socioculturales.shtml>

Hace falta más que buena voluntad para crear un plan de estudios que satisfaga las necesidades de los estudiantes. La mayor parte de las deserciones ocurre durante los años universitarios especialmente después de la edad de 18 años, . Hay numerosas razones por las cuales los jóvenes abandonan los estudios o tienen un bajo rendimiento académico, muchas veces se ven implicados los factores sociales.

28. METODOLOGÍAS EDUCATIVAS

Fidalgo A. "Metodologías Educativas". [En línea]. Madrid 2007. [Accesado 14 julio de 2012]. Disponible en:
<http://innovacioneducativa.wordpress.com/2007/10/08/metodologias-educativas/>

Éste documento describe las diferentes metodologías educativas útiles en los distintos niveles escolares (primaria, básicos, diversificado y universidad) tales como: las clases magistrales, clases prácticas, clases de laboratorio, etc. Ésta información fue utilizada en la parte de la monografía donde se describen específicamente varias de las metodologías educativas existentes dentro del tema de la educación formal.

29. PENSUM DE ESTUDIOS

MINEDUC. "pensum de estudios". [En línea]. Guatemala 2012. [Accesado 14 julio de 2012]. Disponible en:

http://www.mineduc.gob.gt/DIGECUR/?p=CNB.asp&t=Curriculo_Nacional_Base_CNB

Ésta página incluye los pensum de estudios de diferentes carreras de nivel diversificado en Guatemala como los distintos tipos de bachillerato, los peritos, etc. Estos pensum fueron utilizados en la monografía tanto en la parte del marco teórico de parte de la educación forma específicamente pensum de las carreras de nivel medio como en los apéndices ya que se realizaron unas tablas de comparación de los pensum de nivel medio con el pensum de primer año de la carrera de medicina

30. PERFIL DE INGRESO DE ESTUDIANTES DE MEDICINA

Rivas E. "Perfil socio-económico, psicológico y laboral de ingreso estudiantes facultad de ciencias médicas USAC". p. 13 y 16. Estudio descriptivo en 375 estudiantes que iniciaron la carrera de médico y Cirujano en 1993, Guatemala. [tesis de Medico y Cirujano] *Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala, Facultad de Ciencias Médicas; 1994.*

Ésta sección de la tesis muestra cuales son las carreras de nivel medio ideales para el estudio posterior de la carrera de medicina en la universidad las cuales proporcionan una mejor base académica siendo éstas principalmente los distintos bachilleratos especialmente el bachillerato en ciencias y letras.

La información proporcionada en ésta tesis fue de mucha utilidad para poder definir ¿cuáles son las carreras de nivel medio propicias para obtener un buen rendimiento académico en el primer año de medicina en la USAC, por lo que se incluye en el análisis de las diferentes carreras y sus pensum

31. ESTUDIOS SOBRE REPITENCIA

Calderón Díaz J H. Estudio sobre la repitencia y deserción en la educación superior de Guatemala. [En línea]. Guatemala: Instituto Internacional para la Educación Superior en América Latina y el Caribe Unesco; 2005 [accesado 5 jul 2012] Disponible en: <http://www.docstoc.com/docs/49768280/ESTUDIO-SOBRE-LA-REPITENCIA-Y-DESERCION-EN-LA-EDUCACION>

Deficiente preparación con la cual ingresan los estudiantes a la Universidad, especialmente en conocimientos básicos, carencia de una formación para el aprendizaje y la reflexión autónoma, que es fundamental para que el estudiante pueda lograr competencias de desempeño en su vida profesional. Falta de actualización docente, no existe una relación directa entre los procesos de investigación para ser parte de la docencia. Existe una descontextualización y todavía se utilizan herramientas y metodologías obsoletas en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

32. FACTORES DE PSICOLÓGICOS QUE PREDISPONEN EL BAJO RENDIMIENTO ACADÉMICO

Deserción en los estudiantes [en línea] Valdivia; Instituto de Filosofía y Estudios Educativos, Facultad de Filosofía y Humanidades, Universidad Austral de Chile, Casilla 567, Estudios Pedagógicos; 2002. [Accesado 14 jun 2012] Disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052002000100012

El rendimiento de los estudiantes también dependen de los factores psicológicos que influyen en el ya que utilizándolos de una manera adecuada actúan en el individuo y hacen posible una buena adquisición del aprendizaje.

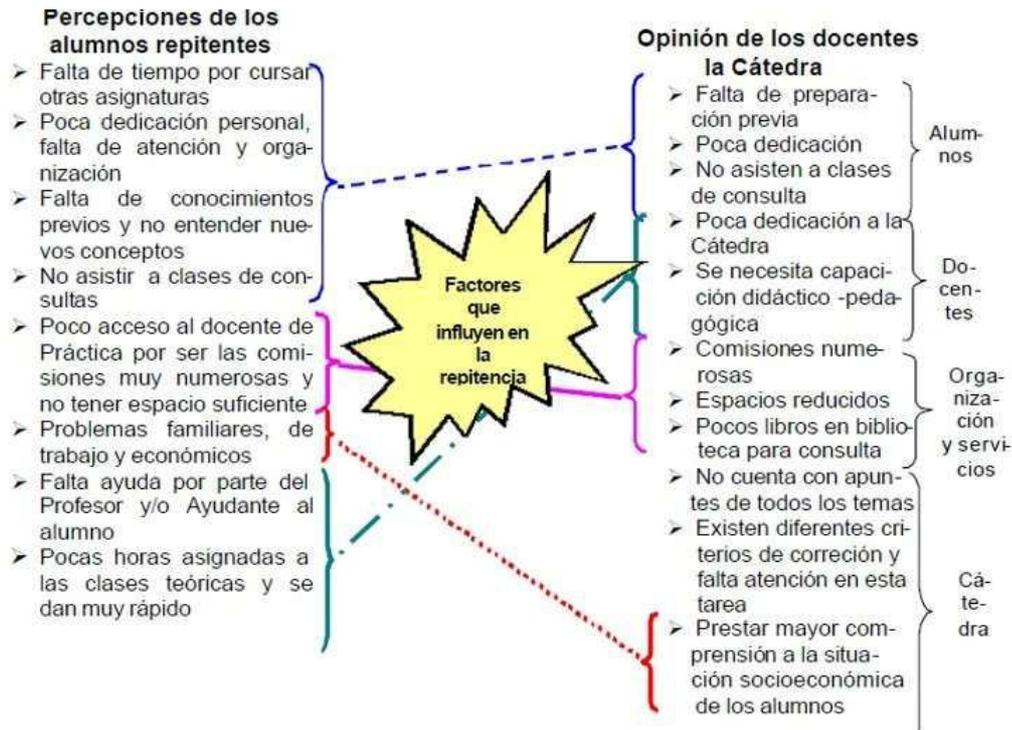
33. FACTORES SOCIOECONÓMICOS EN LA REPITENCIA

Medrano CL. Factores socioeconómicos que influyen en la repitencia [en línea] México; 2006. [Accesado 14 jun 2012] . Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos67/factores-socioeconomicos-repitencia/factores-socioeconomicos-repitencia2.shtml>

sin duda alguna uno de los factores que mas intervienen en el fracaso estudiantil son los factores económicos que incluye tanto las faltas de recurso del hogar para enfrentar los gastos que demanda la asistencia, a la universidad como el abandono que se produce para trabajar o para buscar empleo debido a que la carrera de medicina necesita el tiempo y dedicación completo del estudiante

ANEXOS

ANEXO 1¹:



¹ Sisniega A L. Factores que influyen en la repitencia. [en línea] Chile; 2010. [accesado 5 jun 2012]. Disponible en: <http://www.educarchile.cl/Portal.Base/Web/VerContenido.aspx?ID=75486>

ANEXO 2²:

Tabla No. 3. Porcentaje de repitencia en la universidad san Carlos de Guatemala facultad de Ciencias Medicas

PRIMER INGRESO	1 REPITENCIA	2 REPITENCIA	3 REPITENCIA
734	522	168	66

² oficina de registro y control académico de Centro Universitario Metropolitano en Universidad de San Carlos de Guatemala. Estadísticas de los estudiantes de primer año de la Facultad de Ciencias Médicas del año 2012.

ANEXO 3³:

Hábitos de estudio

Los hábitos de estudio son el mejor y más potente predictor del éxito académico, mucho más que el nivel de inteligencia o de memoria. Lo que determina nuestro buen desempeño académico es el tiempo que dedicamos y el ritmo que le imprimimos a nuestro trabajo.

Durante la educación secundaria, por lo general vamos incorporando unos hábitos de estudio de manera no sistemática, ya que no suelen enseñarse directamente. Al iniciar la universidad no solo tenemos más contenido y niveles de exigencia, sino que tenemos menos control externo, porque vivimos solos, porque nuestro entorno inmediato nos supervisa menos, y porque el estilo pedagógico es diferente (menos exámenes y controles periódicos).

Así, comenzar la universidad exige a la mayoría de la gente mejorar sus estrategias de organización del tiempo, su habilidad para tomar notas, sus técnicas de búsqueda y selección de información, su atención y concentración prolongadas. Conocer y entrenarse en hábitos de estudio que potencien y faciliten nuestra habilidad para aprender, son pasos clave para sacar el máximo provecho y conseguir el mejor rendimiento en nuestros años de formación académica.

Aquí te proponemos algunas estrategias básicas que, con algo de esfuerzo, pueden ayudarte a aprovechar tu tiempo de estudio. Si consideras que necesitas mejorar tus hábitos académicos, deberías intentar ponerlas en práctica.

Potencia tu memoria al máximo

· Para estudiar, es importante que estés concentrado: a mayor concentración, mayor capacidad de memoria. Por eso es importante que antes de comenzar atiendas a tus necesidades básicas de sueño, alimentación y/o relajación para poder concentrarte al máximo.

· Puedes utilizar un sistema de tarjetas o fichas para las ideas o términos que te resulten difíciles de comprender y/o retener. Te permitirá consultarlas o repasarlas de manera ágil y cómoda.

· **Emplea estrategias** para recordar las ideas clave. Genera ejemplos, haz resúmenes y fichas, subraya textos o apunta tus notas al margen. Puedes crear acrónimos, es decir construir palabras o frases que te ayuden a recordar una serie de conceptos. Por ejemplo, «La BBC NO Funciona» es una posible frase compuesta con las iniciales de cada uno de los 8 elementos de la primera línea de la tabla periódica: Litio-Berilio-Boro-Carbono-Nitrógeno-Oxígeno-Fluor-Neon.

· Dibuja diagramas de los conceptos. Debes ser capaz de explicar verbalmente el concepto y reproducir el diagrama. Apoyate en imágenes visuales.

· Estudia hasta que seas capaz de definir y explicar el tema con tus propias palabras, sin ayuda de fichas ni esquemas; es decir no solo debes poder reconocer información (Ej. escoger una alternativa correcta) sino «producir» un tema (Ej. elaborar una respuesta a una pregunta).

Planifica tu tiempo de manera realista

Las técnicas para organizar y aprovechar el tiempo pueden ayudarte a tener más control en tu vida y conseguir tiempo de estudio más eficaz, y por tanto disponer de más tiempo libre.

· Estructura tu horario académico como si fueran 40 horas semanales de trabajo, después de todo estudiar es tu actividad principal. Si un día no cumples las horas previstas, recuerda que tendrás que recuperaras al día siguiente.

· Utiliza un calendario para registrar todas las actividades de horario regular y las fechas asignadas para exámenes y trabajos. Incluye tiempo para dormir, hacer ejercicios físicos y actividades sociales. Es difícil aprender estando aturridos o agotados.

· Determina el mejor lugar y momento del día para estudiar. Lo ideal es estudiar sin distracciones (televisión, ruidos, olores, etc.), en un lugar ordenado, bien aireado y con buena luz, y disponiendo de un asiento cómodo.

· Revisa cada día tus apuntes de clase, te ayudara a afianzar contenidos y a comprender mejor los nuevos temas. Si un día pierdes los apuntes, consíguelos cuanto antes para no perder el hilo.

· Divide los trabajos muy extensos o complicados en sub-tareas o etapas más pequeñas y manejables; te permitirá ir avanzando, sin agobiarte con tanto volumen de trabajo.

· Premiate por completar las tareas. Es decir, reconoce lo que has logrado aunque aun no hayas terminado el proyecto entero; te ayudará a tener mejor disposición ante lo que aun te queda por hacer.

Lee activamente

· Antes de leer, revisa el material de ese capítulo: lee las introducciones y resúmenes, ten presente los objetivos y contenidos señalados en el programa de la asignatura. Esto te ayudará a tener presente las ideas centrales y más relevantes con las que ir relacionando el resto de la información.

· Lee comprensivamente, no avances si no lo estás entendiendo. Memorizar sin comprender puede confundirte, y los contenidos se olvidan rápidamente.

· Toma notas a medida que lees. Intenta hacer un esquema del material organizando las ideas principales y todos los detalles que las justifican. Organizar las ideas de una manera que tenga sentido para ti, te facilitara recordar los detalles.

· En tus propias palabras, escribe un breve resumen de las ideas centrales o haz un diagrama que ilustre las relaciones entre las ideas principales. Si consigues organizar y expresar los contenidos con tus propias palabras, estás realmente aprendiendo, y será difícil que olvides esos contenidos.

© UGR 2001

Las 11 mejores estrategias para un buen rendimiento académico

1. Haz una lectura completa del material asignado antes de ir a clase; subraya y resume el contenido.
2. Cuando leas, haz una lista de preguntas sobre ese material y luego respóndelas. Anota tus dudas y consúltalas.
3. Busca las palabras y conceptos que desconozcas y escribe las definiciones en tus apuntes.
4. Asiste a todas las clases; presta atención y toma apuntes.
5. En clase, pregunta cuando no entiendas.
6. Trabaja con un tutor.
7. Enterate/familiarízate con los recursos disponibles en la biblioteca y en Internet que puedan ser útiles.
8. Acércate a los profesores y pídeles lecturas complementarias y material con ejercicios.
9. Forma grupos de estudio y haceros preguntas entre vosotros.
10. Acude a tutoría para comentar temas respecto a tu rendimiento con el profesor.
11. Participa de los programas y talleres sobre hábitos de estudio y organización del tiempo ofrecidos por el GPP.

Si deseas obtener más información sobre este u otros temas, la oferta de talleres o de cómo recibir atención individual, acércate al GPP.

Otros tripticos disponibles:

Abuso sexual	Qué te ofrece el GPP
Ansiedad a hablar en público	Relaciones con compañeros de piso
Ansiedad ante los exámenes	Relaciones con la familia
Depresión	Relaciones de pareja
Estrés	Shock cultural
Exámenes tipo test	Trastornos de la alimentación
Organización del tiempo	Uso y abuso de sustancias



Hábitos de estudio



Hospital Real s/n
958 24 85 01 - 958 24 63 88
www.ugr.es/~ve/gpp.html
gpp@ugr.es

³ Gabinete Psicopedagógico GPP, UGR. Hábitos de estudio. [en línea]. Guatemala: Universidad de Granada; 2011. [accesado 8 jun 2012]. Disponible en: <http://www.ugr.es/~ve/pdf/estudio.pdf>