

**INTERVENCIÓN EDUCATIVA SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES  
UNIVERSITARIOS, DE POZA RICA, VERACRUZ, MÉXICO**

**PUBLICACIÓN ANTICIPADA**

El Comité Editorial de la revista *Espiral, Revista de Docencia e Investigación* aprueba la publicación anticipada del presente manuscrito dado que ha culminado el proceso editorial de forma satisfactoria. No obstante, advierte a los lectores que esta versión en PDF es provisional y puede ser modificada al realizar la corrección de estilo y la diagramación del documento.

**ACCEPTED FOR PUBLICATION**

The Editorial Board of *Espiral, Revista de Docencia e Investigación* approves the early publication of this manuscript since the editorial process has been satisfactorily completed. However, it warns readers that this PDF version is provisional and may be modified by proof-reading and document layout processes.

**DOI:** <https://doi.org/10.15332/erdi.v12i1.2886>

## **Intervención educativa sobre hábitos de estudio en estudiantes universitarios de Poza Rica, Veracruz, México <sup>1</sup>**

*Educational intervention on study habits in university students in Poza Rica, Veracruz, Mexico*

### **Claudia Hernández-Landaverde**

Licenciada en Enfermería y Obstetricia, Magíster en Enfermería, Magíster en Administración en Sistemas de Salud, Universidad Veracruzana, Poza Rica de Hidalgo, México.

Correo electrónico: [claudihernandez@uv.mx](mailto:claudihernandez@uv.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9010-9488>

### **Fabiola Cruz-Núñez**

Licenciada en Enfermería y Obstetricia, Magíster en Enfermería, Magíster en Desarrollo Educativo, Doctora en Educación, Universidad Veracruzana, Poza Rica de Hidalgo, México.

Correo electrónico: [facruz@uv.mx](mailto:facruz@uv.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0498-7645>

Perfil de Google académico: <https://scholar.google.es/citations?user=oHmLwGMAAAAJ&hl=es>

### **Blanca Judith Lavoignet-Acosta**

Licenciada en Enfermería, Magíster en Enfermería con Énfasis en Administración de Servicios de Enfermería, Doctora en Ciencias de la Salud en el Trabajo, Universidad Veracruzana, Poza Rica de Hidalgo, México.

Correo electrónico: [blavoignet@uv.mx](mailto:blavoignet@uv.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9501-5392>

### **Guadalupe Santes-Saavedra**

Licenciada en Enfermería, Magíster en Ciencias de Enfermería, Doctora en Educación. Docente, Universidad Veracruzana, Poza Rica de Hidalgo, México.

Correo electrónico: [gsantes@uv.mx](mailto:gsantes@uv.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5237-0570>

### **Dora Luz Rodríguez-Cruz**

Licenciada en Enfermería y Obstetricia, Magíster en Administración en Sistemas de Salud, Universidad Veracruzana, Poza Rica de Hidalgo, México.

Correo electrónico: [dorodriguez@uv.mx](mailto:dorodriguez@uv.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8479-9742>

### **Cynthia Lara-González**

Licenciada en Enfermería, Magíster en Salud Pública. Docente, Universidad Veracruzana, Poza Rica de Hidalgo, México.

Correo electrónico: [cylara@uv.mx](mailto:cylara@uv.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7480-9740>

*Artículo recibido: 10 de marzo 2022*

*Artículo aprobado: 5 de abril de 2022*

---

<sup>1</sup> Apoyos: investigación realizada con apoyo de la Facultad de Enfermería de la Universidad Veracruzana, Poza Rica de Hidalgo, México.

### **Cómo citar este artículo:**

Hernández-Landaverde, C., Cruz-Núñez, F., Lavoignet-Acosta, B. J., Santes-Saavedra, G., Rodríguez-Cruz, D. L. y Lara-González, C. (2022). Intervención educativa sobre hábitos de estudio en estudiantes universitarios, de Poza Rica, Veracruz, México. *Espiral, Revista de Docencia e Investigación*, 12(1). <https://doi.org/10.15332/erdi.v12i1.2886>

### **Resumen**

El objetivo de la investigación que se expone en este artículo fue conocer el efecto de los hábitos de estudio en estudiantes universitarios de enfermería de Poza Rica, Ver., México, después de una intervención educativa. Metodología. El estudio fue cuantitativo, preexperimental, prospectivo y longitudinal; con una muestra de 10 estudiantes en el período enero – noviembre 2019, el tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia. Se utilizó el programa SPSS versión 21.0, para estadística descriptiva e inferencial. La investigación se basó en la Ley General de Salud en su artículo 100. Resultados. Los resultados indican una media (239.40) de hábitos de estudio del post-test, significativamente mayor que la del pre- test (174.20); la SD del pos-test (7.9) y del pre -test (21.23). El valor de t de acuerdo con los grados de libertad es de  $t(9) = 1.77$ . La significancia del  $p < .000$ . Con un intervalo de confianza del 95% la diferencia media entre las dos clasificaciones es de 52.66 a 77.73. Por lo anterior expresado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna ya que el p-valor es  $< 0.05$ . Es evidente la detección de deficientes hábitos de estudio en el pre- test, con asombrosos resultados contrarios a lo que se detectó en el post con buenos hábitos de estudio, posterior a la intervención. Conclusiones, para la institución educativa se aconseja realizar investigaciones al ingreso de estudiantes a la facultad para detectar oportunamente los hábitos de estudio y con ello implementar intervenciones durante la vida universitaria de los estudiantes.

*Palabras clave:* intervención, estudio, universitarios, enfermería, hábitos

### **Abstract**

The objective of the research was to know the effect of study habits in nursing university students from Poza Rica, Ver., Mexico, after an educational intervention. Methodology. The study was quantitative, pre-experimental, prospective, and longitudinal; With a sample of 10 students in the period January - November 2019, the type of sampling was non-probabilistic for convenience. The SPSS version 21.0 program was used for descriptive and inferential statistics. The research was based on the General Health Law in its article 100. Results. The results indicate a mean (239.40) of post-test study habits, significantly higher than that of the pre-test (174.20); the SD of the post-test (7.9) and the pre-test (21.23). The value of t according to the degrees of freedom is  $t(9) = 1.77$ . The significance of  $p < .000$ . With a 95% confidence interval, the mean difference between the two classifications is 52.66 to 77.73. Due to the above, the null hypothesis is rejected, and the alternative hypothesis is accepted since the p-value is  $< 0.05$ . The detection of poor study habits in the pre-test is evident, with surprising results contrary to what was detected in the post with good study habits, after the intervention. Conclusions, for the educational institution it is advisable to carry out research when students enter the faculty to detect study habits in a timely manner and thereby implement interventions during the students' university life.

*Keywords:* Intervention, Study, University students, Habits, Nursing

## Introducción

En el plan de estudios de la Licenciatura en Enfermería (Universidad Veracruzana, 2013), se establece como uno de los objetivos en la formación de los futuros enfermeros (as), proporcionar al estudiante en formación, las materias que permitan el desarrollo de los saberes teóricos, heurísticos y axiológicos que sustentan el saber hacer de la profesión de enfermería, en los diferentes ámbitos donde interviene: comunitario, asistencial, familiar, en la solución de los problemas de salud que afectan a la persona sana o enferma en las diferentes etapas de su vida. Por tanto, se requiere desarrollar en los estudiantes una disciplina intelectual que facilite el autoaprendizaje en cualquier momento de su vida, radicando ahí la importancia de conocer y detectar oportunamente los hábitos que emplea el estudiante para desarrollar sus tareas de aprendizaje.

Un hábito es cualquier acto adquirido por la experiencia y realizado regular y automáticamente. También se dice que es una práctica o costumbre que se realiza con frecuencia. Los antiguos filósofos decían que el hábito es una “segunda naturaleza”; eso significa que la naturaleza del hombre se enriquece o empobrece, se perfecciona o se denigra con el hábito (Quizhpe et al., 2017).

La importancia de los hábitos en el estudiante radica en que son absolutamente necesarios para desarrollar habilidades de estudio eficaces que se traducen en un aprendizaje con mayor rapidez y profundidad. Se trata de saber dónde y cómo obtener la información importante y la capacidad de hacer uso inteligente de la misma (Bajwa et al., 2011). De tal manera que el estudiante utilice su capacidad de análisis y síntesis del cúmulo de conocimientos que se le proporcionan en las diferentes materias que conforman el plan de estudios.

Según Covey (2003) hay hábitos malos y buenos, algunos de los hábitos malos son, dejar todo para después o echarle la culpa a los demás. En la literatura consultada dice que las personas que tienen estos hábitos lo hacen todo el tiempo. Los hábitos buenos son la puntualidad, la responsabilidad, el orden, la limpieza entre otros.

Los buenos hábitos serán la clave del éxito en todas las áreas de la vida del ser humano. Hoy los pueden aplicar como estudiante, pero el día de mañana también les servirá como trabajador, profesionista, empresario o padre de familia. Si se desea tener éxito, se podrá lograr llenándose de buenos hábitos que encaminen hacia ese objetivo (Castro, et ál.,2009).

La organización personal (cómo, cuándo y dónde estudiar) permite una buena calidad de aprendizaje, el cual solo se logrará mediante la comprensión de los conocimientos. Para ello es necesario que tenga habilidades de estudio, es decir utilice buenos métodos y técnicas de estudio. Por lo tanto un aprendizaje de calidad propicia en el alumnado, por ende profesionales de calidad y competitividad (Vildoso Villegas, 2003).

El estudiante y el profesional de enfermería deben fundamentar sus responsabilidades con la capacitación y actualización de las competencias educativas y disciplinares (conocimiento, habilidades y actitudes) y poder realizar el cuidado con la mayor seguridad, calidad y bienestar en los diferentes campos de la enfermería, docencia, práctica e investigación. (Universidad Veracruzana, 2013). Al ser enfermería una profesión teórico- práctica es importante que el estudiante posea buenos hábitos de estudio para que logre desarrollar esas competencias que requiere todo profesional del área de la salud.

Para la realización de la intervención educativa de los hábitos de estudio en estudiantes de licenciatura en enfermería, se estableció la siguiente pregunta de intervención: ¿Cuál es el efecto en los hábitos de estudio en estudiantes de enfermería de Poza Rica, Ver., México, después de la intervención educativa, durante el período enero – noviembre 2019?

Para apoyar teóricamente esta intervención se decidió utilizar la teoría de enfermería de Imogene M. King, teoría intermedia de la consecución de objetivos que desarrolla a través del método por sistemas, decide elaborar esta teoría en respuesta a la naturaleza de la enfermería, por tanto, King destaca que los sistemas han sido empleados para comprender y responder a los

cambios y la complejidad de las organizaciones de los sistemas sanitarios (Marriner y Raile, 2011).

Los principales supuestos que se establecen en la teoría de King son Enfermería, Persona, Salud y Entorno. King define a la persona como ser social, consciente, racional, perceptivo, que ejerce control, intencional, orientado a la acción y tiempo, participa en las decisiones que influyen sobre su vida y salud, sobre el servicio a la comunidad y derecho a aceptar o rechazar los cuidados sanitarios.

Una vez que se le aplicó el cuestionario de hábitos de estudio, el estudiantado reconoce si tiene deficientes hábitos de estudio por lo que llega a un acuerdo con el intervencionista, se fijan objetivos para ser intervenido, se establecen acuerdos, se le transmiten conocimientos y se valora el logro de los objetivos, o sea que debe mejorar sus hábitos de estudio.

Otro sustento teórico en el que fundamentó la presente intervención fue el humanismo, el cual vino a sustituir la visión del mundo con una reflexión filosófica abundante como un ser humano verdadero e integral. El humanismo incorpora del existencialismo las siguientes nociones: el ser humano es electivo, por ende, capaz de elegir su propio destino; el ser humano es libre para establecer sus propias metas de vida y el ser humano es responsable de sus propias elecciones (Rogers, 2014).

## **Metodología**

El tipo de enfoque de la investigación fue cuantitativa, descriptivo, preexperimental, prospectivo y longitudinal. Descriptivo porque se analizó si los y las estudiantes contaban con hábitos de estudio antes de la intervención y si estos incrementaban o disminuían después de la intervención, así como también se realizó el análisis estadístico a través de frecuencias, porcentajes y media. Preexperimental porque se comprueban los efectos de la intervención de hábitos de estudio, en este caso el investigador tuvo un papel activo, se utilizó el diseño de pre-test y pos-test en el mismo grupo de intervención para ver como los universitarios incrementaron los hábitos de estudio. Prospectiva porque mediante la observación se registró la información en una bitácora conforme se fueron realizando las sesiones de la intervención de hábitos de estudio. Longitudinal porque la intervención se realizó de enero a noviembre de 2019 mediante 10 sesiones dosificadas de una hora.

La población de estudio fueron estudiantes del segundo semestre de la Licenciatura en Enfermería, 51 estudiantes. La muestra fue de 10 estudiantes que resultaron con hábitos de estudio deficientes. Se eligieron por muestreo no probabilístico por conveniencia. Ya que se eligió un grupo de la población en la que la elección de los elementos no depende de la probabilidad sino de las características de la investigación.

Se incluyó a estudiantes de nuevo ingreso que se detectaron con deficientes hábitos de estudio y estudiantes que quisieron participar en la intervención. Se excluyeron los estudiantes que no estaban inscritos administrativamente y los que no podían asistir a las sesiones en el horario y días establecidos. Fueron eliminados estudiantes que no asistieron a todas las sesiones.

La presente investigación se fundamentó en el reglamento de la ley general de salud en el artículo 17 fracción II Investigación con riesgo mínimo, así como también en la Ley general de Salud en su artículo 100 y en la declaración de Helsinki, se elaboró un diseño de intervención donde se da a conocer las consideraciones éticas, quien financiará la intervención y se envió al comité de ética de la Facultad para ser registrado ante el mismo.

La intervención se realizó por una persona calificada, con estudios de maestría para evitar el menor riesgo a los participantes. La presente investigación se realizó con el consentimiento de las personas, las cuales tienen nivel de estudio superior. Se realizó en una institución universitaria previa autorización de autoridades correspondientes.

El método de recolección de datos se hizo a través de la encuesta. Para evaluar los hábitos de estudio de los universitarios se utilizó el Inventario de hábitos de estudio (De Gasperín,

2002) que mide conductas y despliegues vinculados con el quehacer estudiantil. Sus dimensiones constan de 50 ítems los cuales son: Estudio Independiente (11 ítems), Habilidades de Lectura (10 ítems), Administración del tiempo (10 ítems), Concentración (5 ítems), Lugar de estudio (4 ítems) y Habilidades para procesar la información (10 ítems).

La validación la realizó De Gasperín, mediante el método de extracción de componentes, a la solución factorial se le aplicó una rotación ortogonal (vavimax) utilizando estadística 7. Alpha de Cronbach 0.896, el cual se califica por escalas: deficientes hábitos de estudio de 50 - 200 puntos, regulares hábitos de estudio de 201 - 225 puntos, buenos hábitos de 226 - 250 puntos.

Primeramente, se solicitó el permiso en la Facultad de Enfermería de la Universidad Veracruzana para llevar a cabo la intervención, la cual se implementó los lunes y viernes de 14:00 a 16:00 hrs, iniciando el día 14 de octubre y finalizó el 18 de noviembre del año 2019. La intervención se realizó en el aula 5 de la Facultad de Enfermería de la Universidad Veracruzana”.

Para esta intervención se realizaron cuatro manuales, uno para el intervencionista, en el que se desarrollan las actividades y temas que se implementan en cada sesión, otro manual para el participante, donde se le da a conocer las sesiones y lo que se hará en cada una de ellas, para que vaya dando seguimiento paso a paso con el intervencionista, otro manual para el observador donde se detallan las funciones del mismo en cada sesión: que observar, que escribir y con qué color subrayar los datos relevantes de la intervención, y por último el manual de logística, donde se describe el apoyo que debe dar al intervencionista para realizar cada sesión. En la primera reunión con el grupo se aplicó el pre-test cuyo objetivo era lograr que todos los participantes firmaran el consentimiento informado y contestaran los cuestionarios.

Para la tabulación de los datos de los hábitos de estudio, primeramente, se realizó foliación y codificación de instrumento, se elaboró una plantilla de códigos; la captura de los datos se hizo en el programa Excel 2010. Para el análisis estadístico se utilizó el programa estadístico SPSS versión 21.0 para Windows. Con la estadística descriptiva se obtuvo frecuencia, porcentaje y media de las variables de estudio como son: estudio Independiente, habilidades de lectura, administración del tiempo, concentración, lugar de estudio, y habilidades para procesar la información.

Para comprobar la hipótesis se utilizó la estadística Inferencial, se determinó el nivel de Alfa que fue de 5%; se estableció la prueba T-Student para muestras relacionadas, la variable hábitos de estudio nos crea dos medidas (antes y después) y la variable intervención educativa de enfermería fortalece a la variable hábitos de estudio cuando se realizó la intervención con los universitarios; después se calculó el p- valor = .000, primeramente se verifico que la variable numérica pre-test y pos-test de hábitos de estudio cumplió el supuesto de normalidad.

Se utilizó la prueba de Shapiro Wilk ya que la muestra estuvo conformada por 10 estudiantes universitarios y posteriormente se aplicó la prueba T-Student para muestras relacionadas en un solo grupo, sacando la diferencia de medias del pre- test y pos-test de hábitos de estudio y se aplica la T-Student para una sola muestra. Para presentación de resultados de los hábitos de estudio el análisis se realizó mediante tablas y gráficas elaboradas en el programa Excel y Word.

## **Resultados**

La sociedad está requiriendo día con día profesionales más preparados, formados integralmente que cuando se enfrenten en el ámbito laboral estén listos para responder a las necesidades que los empleadores y la misma sociedad exigen, es por eso por lo que las instituciones universitarias tienen una gran responsabilidad en el fomento de los hábitos de estudio, motivo en el cual radica la importancia en la detección oportuna de los mismos.

En relación a los resultados obtenidos, en lo referente a datos sociodemográficos del alumnado de enfermería, se observa que el 80% de la muestra tiene 19 años y el 20% 18 años de edad; en lo que se refiere al género el 70% corresponde al femenino y el 30% al masculino;

en cuanto al estado civil el 100% corresponde a soltera/o, referente a la dependencia económica el 90% depende de sus padres y 10% de sus hermanos; el 100% refiere no tener hijos; en cuanto al trabajo el 90% no trabaja y el 100% comenta que si le gusta la carrera.

La tabla 1, muestra resultados referentes a los hábitos de estudio de estudiantes de enfermería; en el pre-test el 100% de los estudiantes se detecta con hábitos de estudio deficientes de manera general ya que puede existir que en las áreas que conforman los hábitos de estudio, presenten resultados regulares, sin embargo de manera general fueron calificados como deficientes; en contraste con lo obtenido en el pos-test en el cual el 100% de los participantes en la intervención presenta buenos hábitos de estudio, no encontrándose ningún porcentaje en hábitos de estudios regulares. Como puede observarse los hábitos de estudio mejoraron notablemente después de la intervención, por lo que tuvo una tendencia al alza con un aumento de la media de 65.2 en los resultados del pos-test, ubicando a alumnado en buenos hábitos de estudio, por lo que se considera un avance significativo después de la intervención educativa de enfermería.

En la tabla 2, se muestra la media del pre-test y pos-test de los hábitos de estudio por dimensiones, donde nos arroja los siguientes resultados en lo referente al estudio independiente el pre-test presenta una media de 37.7 y un cambio significativo en el pos-test con 51.6, la habilidad de lectura presento una media de 35 en el pre-test y el pos-test de 47.8, en tanto la administración del tiempo presento media de 36.5 en el pre-test y 48.8 en el pos-test; se puede observar que en lo que se refiere a la concentración el pre-test con media de 17.2 y el pos-test 24.8; la dimensión lugar de estudio se observó la media de 14.5 en el pre-test y 19.7 en el pos-test; la habilidad para procesar la información presento una media de 33.30 en el pre-test y 46.7 en el pos-test. En forma general se observó una diferencia significativa entre el pre-test y pos-test, en cada una de las dimensiones que conforman los hábitos de estudio.

Por tanto se observa que en los resultados del pre-test y pos-test la dimensión con mayor aumento fue la de estudio independiente, seguida de lugar de estudio, se mantuvo igual administración del tiempo y la que disminuyo fue habilidades para procesar la información, en la media final se observa una disminución de 7.35 entre el pre-test y el pos-test.

Los resultados indican que la media de hábitos de estudio del post-test es de 239.40, es significativamente mayor que la media de los hábitos de estudio del pre-test que fue de 174.20, la SD del pos-test 7.9 y SD del pre-test 21.23. El valor de  $t$  de acuerdo a los grados de libertad es de  $t_{(9)} = 1.77$ . La significancia del  $p < .000$ . Con un intervalo de confianza del 95% la diferencia media entre las dos clasificaciones es de 52.66 a 77.73. Por lo anterior expresado se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna ya que el  $p$ -valor es  $< 0.05$ .

En cuanto a la relación de los resultados con las metas inmediatas, mediatas y finales, se puede concluir que el estudiantado después de la intervención educativa conocen la importancia de mejorar sus hábitos de estudio, mejoraron los hábitos de estudio y utilizan estrategias educativas que les ayudan a mantener buenos hábitos de estudio, por lo que los resultados que se obtuvieron son los que el investigador esperaba, que los y las estudiantes presentaran buenos hábitos de estudio después de la intervención educativa de enfermería.

En la actualidad hablar de hábitos de estudio ayuda a aclarar las problemáticas presentadas en los estudiantes a la hora de evaluar el rendimiento académico, el índice de reprobación o abandono de la carrera (Acevedo et al., 2015; Arán y Ortega, 2012; Camacho et al., 2014; Ecurra et al., 2015; Montes, 2012), varios autores refieren que la dimensión concentración es una de las más importante para el logro de objetivos y la base del éxito, pese a su importancia investigadores como Arán y Ortega que la detectan con una media -0.87, Camacho, et al 0.25, Acevedo, et al 0.486, y Ecurra et al 0.36; Montes obtuvo resultados similares a los detectados en la presente investigación, encontró una media de 17.2, siendo una tendencia de hábitos de concentración inadecuados, lo cual puede ser un factor que afecte el rendimiento académico.

En algunos estudios se comenta que docentes dan por hecho que el estudiantado al ingresar a la universidad saben utilizar adecuadamente las técnicas y estrategias de estudio, es en el nivel secundaria donde le da más énfasis, sin embargo esto no es así, se ve reflejado cuando se les solicita la elaboración de mapas conceptuales, mentales, resúmenes los cuales se les hace difícil de desarrollar, al igual que la síntesis, repercutiendo en el desarrollo de las actividades que les requiere la universidad (Acevedo et al., 2015)

La investigación de Enríquez (2013), es afín a la presente porque ambas fueron de tipo cuasi experimental, con pre-test y pos-test de un solo grupo y se llevó a cabo la intervención. En los resultados obtenidos se puede observar que hubo un aumento significativo en los hábitos de estudio antes de la intervención y posterior a la intervención. Los resultados de Enríquez en el pre-test una media de 442.24 y en el pos-test media de 526.39, con un incremento de 84.15, en tanto que en la presente investigación el pre-test presento una media de 174.20 y el pos-test con una media de 239.40, con un incremento en la media de 65.2.

En cuanto al resultado por dimensiones; antes de la intervención y después de la intervención en la presente investigación en la de Ecurra se observa que las dimensiones que más aumentaron fueron la de estudio independiente, habilidades de lectura seguida de lugar de estudio y concentración, sin embargo administración del tiempo no sufrió diferencia en la investigación de Enríquez, en tanto que en la presente existe un ligero incremento y la dimensión que disminuyo en Enríquez fue habilidades para procesar la información, en la presente investigación se incrementó considerablemente.

Enríquez (2013) aplicó la prueba de Wilcoxon para probar la hipótesis obteniendo una significancia de ( $p < 0.05$ ), lo que lo hace diferente a la presente investigación ya que se aplicó la prueba de T de Student para muestras relacionadas y se obtuvo una significancia de ( $p < 0.000$ ); sin embargo, los niveles de significancia obtenidos en ambas pruebas hacen que estas investigaciones sean parecidas porque en ambas se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

Los hábitos y técnicas de estudio nos sirven para modelar nuestro aprendizaje y mejorarlo, favorecen la atención y la concentración, por lo tanto los hábitos de estudio son un conjunto de actividades que las personas ponen en práctica cuando estudian (Ecurra et al, 2015; Picasso et al., 2015; Martínez Aguilar et al, 2014). En lo que se refiere a las habilidades de lectura, estudio independiente y concentración mejoraron, los autores anteriormente mencionados, presentan en sus investigaciones un porcentaje alto, similar a lo encontrado en esta investigación después de la intervención.

La investigación de Montes (2012), a diferencia de la presente investigación, presentó disminución entre el pre-test y pos-test por lo que esto se puede deber al país y al tipo de institución donde se realiza la investigación, como refiere el autor que no aceptan que permanezcan inscritos alumnos con bajo rendimiento educativo; la distancia que hubo entre la aplicación del pre-test y el pos-test que fue de cinco años, y que no se realizó intervención sólo se midió a estudiantes universitarios a su ingreso y al egreso, en tanto que en la presente investigación se observó un incremento de los hábitos de estudio después de la intervención.

Por todo lo anterior mencionado los hábitos de estudio son una herramienta importante para mejorar las habilidades y capacidades para el buen desarrollo académico, favoreciendo la concentración, el aprendizaje y el buen desempeño escolar, disminuyendo el índice de reprobación y la deserción escolar.

Los resultados de la intervención educativa en los hábitos de estudio muestran una clara diferencia del pre-test en relación con el pos-test en lo que se refiere a la dimensión de estudio independiente muestra un crecimiento en su media de 13.9, al igual que habilidades de lectura con diferencia en la media de 12.8, administración del tiempo media de 12.3 y habilidades para procesar la información media de 13.4. Las dimensiones de concentración y lugar de estudio presentan un incremento de la media pero en menor proporción.

En cuanto a los hábitos de estudio en forma general en el pre-test, los alumnos se ubicaron en hábitos de estudios deficientes, lo cual mejoro favorable después de la intervención, por lo que tuvo una tendencia al alza con un aumento de la media de 65.2 en los resultados del pos-test, ubicando a los universitarios en buenos hábitos de estudio, considerando un avance significativo después de la intervención educativa de enfermería.

Respecto a los resultados de la intervención educativa de enfermería sobre hábitos de estudio en universitarios aplicando la prueba T de Student, se obtiene un nivel de significancia de ( $p < .000$ ), por lo que se rechaza la hipótesis nula y aprueba la hipótesis alterna "existe un efecto en los hábitos de estudio de los universitarios después de la intervención educativa de enfermería". Con lo cual se observa que se logró un incremento en los hábitos de estudio en forma significativa.

En cuanto a la relación de los resultados con las metas inmediatas ,mediatas y finales, se puede concluir que el estudiantado después de la intervención educativa conocen la importancia de mejorar sus hábitos de estudio, mejoraron los hábitos de estudio y utilizan estrategias educativas que les ayudan a mantener buenos hábitos de estudio, por lo que los resultados que se obtuvieron son los que el investigador esperaba, que los y las estudiantes universitarios presentaran buenos hábitos de estudio después de la intervención educativa.

## **Conclusiones**

De acuerdo a los resultados obtenidos , se recomienda a las autoridades escolares aplicar el cuestionario de hábitos de estudio al alumnado universitario de nuevo ingreso, para poder realizar un diagnóstico e iniciar intervención educativa de manera oportuna, durante su estancia escolar, aplicar el cuestionario a la mitad de la carrera para ver si la intervención les favoreció o poder intervenir nuevamente y al final para ver como egresa el universitario, esto ayudará a saber si se está favoreciendo en la formación activa del universitario.

Vincularse con áreas afines para crear proyectos relacionados con los hábitos de estudio, de ser posible sea una pedagoga la que ayude a realizar la intervención, de esta manera se incrementa el conocimiento del universitario en esta área. Apoyarse en la tutoría para dar seguimiento a los tutorados con hábitos de estudio deficiente, esto es con la finalidad de favorecer al tutorado y disminuir el índice de reprobación o deserción escolar, y así también ayudar a aumentar sus calificaciones.

La experiencia obtenida en esta investigación permite recomendar que se instruya sobre hábitos y técnicas de estudio que favorezcan el aprendizaje de los universitarios, una de las técnicas que funciono con los alumnos fue hacer un análisis de sus Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA); así como también se sugiere la elaboración de un horario semanal con la distribución de actividades escolares, clases, tareas, comidas, descanso y diversión para disminuir los tiempos muertos.

Se proporcionaron técnicas y métodos de estudio, los cuales les sirvieron para aprovechar las clases al máximo, también se les recomienda tener un lugar exclusivo para estudiar, limpio, ordenado, libre de ruido, bien ventilado, iluminado, y que procuren estar descansados o tomar pausas, para lograr un aprendizaje significativo.

Se sugiere también realizar más investigaciones respecto a este tema, ya que a nivel nacional no se cuenta con estudios de intervención que son muy favorecedores para los universitarios al proporcionarle las herramientas necesarias para el desempeño escolar, de esta, manera contar con más estudios que sirvan de referencia a las intervenciones realizadas.

## Referencias

- Acevedo, D., Torres, J. D. y Tirado, D. F. (2015). Análisis de los hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje a distancia en alumnos de ingeniería de sistemas de la Universidad de Cartagena (Colombia). *Formacion Universitaria*, 8(5), 59–66. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062015000500007>
- Arán, M. A. y Ortega, M. L. (2012). Enfoques de aprendizaje y hábitos de estudio en estudiantes universitarios de primer año de tres carreras de la Universidad Mayor Temuco, Chile 2011. *Revista Educativa Hekademos*, 5(11), 37-46. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4059756>
- Bajwa, N., Ahmed Gujjar, A., Shaheen, G. y Ramzan, M. (2011). A comparative study of the study habits of the students from formal and non-formal systems of education in Pakistan. *International Journal of Business and Social Science*, 2(14), 175-186. <https://www.ijbssnet.com/journal/index/556>
- Camacho, M., Camacho, F., y Meneses, J. M. (2014). *Hábitos de estudio con uso de TICs en universitarios de la UJAT*. Red Interamericana de Docentes e Investigadores en Mercadotecnia, Administración, Comunicación y Turismo (RIDUMACT), Universidad Autónoma de San Luis Potosí.
- Castro, C. E., Gordillo, M. y Delgado A. M. (2009). Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje. *Revista Fundación Juan José Carraro*, 14(29), [https://fundacioncarraro.org/?page\\_id=708](https://fundacioncarraro.org/?page_id=708)
- Covey, S. R. (2003.). *Los 7 Hábitos de la Gente Altamente Efectiva*. Paidós <https://www.colomos.ceti.mx/documentos/goe/los7HabitosGenteAltamenteEfectiva.pdf>
- De Gasperín, R. (2002). *Manual de hábitos de estudio para estudiantes (no para alumnos)*. Xalapa: Universidad Veracruzana.
- Enríquez, M. F. (2013). Hábitos y técnicas de estudio en la Universidad Mariana. *Revista UNIMAR*, 31 (2), pp. 81-97.: <http://www.umariana.edu.co/ojseditorial/index.php/unimar/article/viewFile/339/290>
- Escurra, C., Romero, R. C., Moreno, B. W., Ahumada, C. A., Juárez, J. M. y Ramos, E. D. (2015). Hábitos de Estudio y Rendimiento Académico en los Estudiantes de la E.A.P. Estadística e Informática – UNJFSC. *Revista Big Bang Faustiniiano Vol. 5 (2)*: 11-17. Disponible en: <http://revistas.unjfsc.edu.pe/index.php/BIGBANG/article/view/13/13>
- Marriner, A. y Raile, M. (2011) *Modelos y Teorías de Enfermería*. (6ª edición). Elsevier.
- Martínez Aguilar, M. F., Laguna Espinosa, M. C. y Alcántara Hernández, R. J. (2014). Hábitos de estudio y manejo de TIC's en universitarios de tres regiones de México: UASLP-COARA, IPN Sto. Tomas y UAEH. *TLATEMOANI. Revista Académica de Investigación*, (16). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7345924>
- Montes, I. (2012). Investigación longitudinal de los hábitos de estudio en una cohorte de alumnos universitarios. *Revista Lasallista de Investigación. Colombia*.9(1), pp. 96-110. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69524955005>
- Picasso, M. A., Villanelo, M. S. y Bedoya, L. (2015). Hábitos de Lectura y Estudio y su Relación con el Rendimiento Académico en Estudiantes de Odontología de una Universidad Peruana. *Revista KIRU*. 12(1):19-27. <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/Rev-Kiru0/article/viewFile/456/372>
- Quizhpe, L. A., Gómez, O. A. y Aguilar, R. P. (2017). La innovación educativa en la Educación Superior ecuatoriana y el portafolio docente: instrumentos de desarrollo. *Revista Cubana de Reumatología*, 18(3), 297–308. <https://revreumatologia.sld.cu/index.php/reumatologia/article/view/531>
- Rogers, C. R. (2014). *El proceso de convertirse en persona* (17ª edición), Paidós.

Universidad Veracruzana. (2013.). *Licenciatura en Enfermería Plan de Estudios 2013*. Facultad de enfermería, Universidad Veracruzana. <https://www.uv.mx/pozarica/enfermeria/files/2016/06/Plan-de-Estudios-2013.pdf>

Vildoso Villegas, J. Y. Jiménez, E. S., Vildoso Gonzales, V. S. y Macazana Fernández, D. M. (2003). Influencia del perfil del egresado y la formación profesional en las actitudes hacia las creencias ambientales y de gestión de riesgo de los alumnos de la escuela académico profesional de educación de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos año lectivo 2016- I. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 8(Especial 2). <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2591>