

Herramientas y hábitos de estudio como pilar fundamental en la formación secundaria del grado séptimo en la Institución Educativa Latorre Gómez en El Retorno (Guaviare)

Study Tools and Habits as a Fundamental Pillar in the Secondary Education of Seventh Grade at the Latorre Gómez Educational Institution in El Retorno, Guaviare

Claudia Cecilia Murcia Ortegón¹
 Jessika Murillo Mayoma²
 Yurley Johana Dueñas Sarmiento³

- 1 Psicóloga, docente de la ECSAH de la UNAD, Colombia. ORCID <https://orcid.org/0000-0002-8767-2103>. Correo electrónico: Claudiamurcia67@yahoo.com.
- 2 Psicóloga, egresada de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia. ORCID <https://orcid.org/0009-0006-0767-259X>. Correo electrónico: Jeko4569@gmail.com.
- 3 Psicóloga, egresada de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia. ORCID <https://orcid.org/0009-0007-7330-3175>. Correo electrónico: yurleyj.duenas@gmail.com.

LATUERKA

Revista Formativa. Voces críticas y constructivas
<https://hemeroteca.unad.edu.co/index.php/latuerka>
 Bogotá-Colombia • Vol. 2 No. 2 • julio- diciembre de 2025

Resumen

En la apropiación de hábitos de estudio se requiere consistencia y dedicación en el ámbito de su formación, así como la adopción de técnicas que faciliten la implementación de metodologías orientadas a adquirir herramientas formativas. Para elegir la población focal en la Institución Educativa Latorre Gómez, ubicada en El Retorno (Guaviare), se recomendó incluir a 30 estudiantes de séptimo grado, sección B. Estos niños, niñas y adolescentes aceptaron participar de manera voluntaria y contaron con el apoyo de sus acudientes o tutor. Se adoptó un enfoque de investigación cualitativo con un diseño de acción participativa como marco metodológico. Se implementó el test de Álvarez y Fernández, CHETE para identificar las necesidades contextuales. A partir de los resultados, se diseñó e implementó un programa dirigido a las áreas que demostraron mayor sensibilidad estadística; se identificaron las variables actitudinales hacia el estudio, las técnicas y los hábitos de estudio como ejes claves para la intervención prioritaria que apoye el proceso formativo. La evaluación del impacto incluyó una segunda aplicación de la prueba, en la que se observó cierta dispersión en los resultados. No obstante, el proceso de adquisición de estrategias de estudio se consideró positivo, ya que se evidenciaron mejoras en algunas dimensiones. Es importante la participación de los familiares y docentes en el proceso psicoeducativo, con el fin de fortalecer el enfoque integral y potenciar las acciones de acompañamiento educativo.

Palabras clave: técnicas, hábitos, estudio, programa, estudiantes, dimensiones.

Abstract

The appropriation of study habits requires consistency and dedication within the educational process, as well as the adoption of techniques that facilitate the implementation of methodologies aimed at acquiring formative tools. To select the target population at the Latorre Gómez Educational Institution, located in El Retorno, Guaviare,

it was recommended to include 30 seventh-grade students from section B. These children and adolescents voluntarily agreed to participate with the support of their guardians or tutors. A qualitative research approach was adopted, with participatory action design as the methodological framework. The Álvarez and Fernández test, CHETE, was applied to identify contextual needs. Based on the results, a program was designed and implemented targeting the areas that showed greater statistical sensitivity, identifying attitudinal variables towards studying, study techniques, and study habits as key axes for priority intervention to support the educational process. The impact assessment included a second application of the test, in which some dispersion in the results was observed. Nevertheless, the process of acquiring study strategies was considered positive, as improvements were evident in certain dimensions. It is recommended that family members and teachers participate in the psychoeducational process in order to strengthen the comprehensive approach and enhance educational support actions.

Keywords: techniques, habits, study, program, students, dimensions.

Introducción

En la cumbre del encuentro educativo entre Latinoamérica y Europa (2025) se debatieron aspectos relevantes y decisivos para el fortalecimiento de la educación. Entre las principales temáticas que se abordaron estuvo la de reconocer que la inteligencia artificial, aunque ha sido creada por el ser humano, no va a reemplazar al docente, ya que este tiene la responsabilidad de ser pionero en la transformación de la calidad educativa, en la formulación de técnicas de enseñanza, procedimientos, destrezas, exposición de temáticas, así como en facilitar recursos académicos y en ser inspirador en el aula; la tecnología debe ser una fuente de apoyo sin olvidar los desafíos que representa.

Frente a estos retos que se promueven en la educación, el departamento del Guaviare ha escalado en la brecha digital con la ayuda del gobierno nacional. A través del Ministerio de las TIC, las Instituciones Educativas más distantes han logrado tener acceso a la información y a redes que han llevado a la profundización del conocimiento, a la identificación de habilidades cognitivas y a la interacción en las aulas; esto permite no solo estar actualizado en los acontecimientos que se presentan en el departamento, además, permite estar enterado de los sucesos que se reportan a nivel internacional.

En el municipio El Retorno, de acuerdo con lo formulado en las políticas de gobierno local, se ha priorizado la calidad educativa, y para avanzar en este proceso es necesaria la formación docente y la apropiación de herramientas actualizadas para el acompañamiento académico, y este proceso incluye llevar al estudiante a la formación de hábitos y la identificación de métodos de estudio que fomenten el aprendizaje creativo y significativo.

Entre de las actividades que se han dinamizado en colegio, algunas están orientadas a pautas educativas tradicionales, y aunque se implementan herramientas digitales en algunas materias, estas no son suficientes para estimular procesos que lleven a la creatividad y la innovación, y a que se promueva el aprendizaje autónomo en las actividades extracurriculares.

Al identificar este tipo de falencias en las aulas, se promovieron, para el desarrollo de esta investigación, bases elementales que facilitaran la apropiación del conocimiento. Para este proceso se abordó a la población sugerida por la Institución Educativa Latorre Gómez, dando prioridad a aquellos estudiantes que mostraban un bajo nivel de desempeño y, en general, problemas en el cumplimiento de los compromisos académicos. Fue así como se inició la parte diagnóstica para la identificación de las necesidades que manifestaba la población en el abordaje de técnicas y hábitos de estudio. Se percibió la baja

actitud o motivación como pilar fundamental en el rendimiento escolar y la exploración de las herramientas de estudio como ejes prioritarios en la práctica formativa; asimismo, se dieron a conocer otros temas fundamentales para el fortalecimiento de competencias; finalmente, se logró percibir que las acciones desarrolladas propiciaron cambios en la capacidad de planear y cumplir con las asignaciones académicas.

Desarrollo

Enfoque de investigación

Se implementó el enfoque de investigación cualitativa, la cual permite identificar información de tipo descriptivo, conocer las circunstancias de un evento o situación que se desee explorar en un entorno determinado para analizar y comprender fundamentos e implicaciones observables (Rojas Gutiérrez, 2022).

Diseño

Desde esta línea se prioriza aquellos sucesos que poco han sido intervenidos, dando paso al diseño de acción participante, el cual no solo integra el reconocimiento de nuevos aprendizaje o aportes a la ciencia; además, permite la participación de la comunidad, e integra enfoques epistemológicos y etiológicos que permiten la comprensión del actuar de la sociedad (Abad Corpa et al., 2010). Desde la comprensión de la psicología se tuvo presente el abordaje epistemológico tomando como principios el aprendizaje social de Ausubel y el condicionamiento operante con Skinner para la adquisición de hábitos en el proceso formativo.

Herramientas

Se aplicó al comienzo y al final del programa, el instrumento de técnicas y hábitos de estudio de Álvarez González y Fernández Valentin (2015), el cual contiene tres elementos primordiales para evaluar: el estado corporal y del entorno; la organización y proyección de las acciones diarias y la identificación de herramientas de estudio. Entre las áreas que se evaluaron se encuentran las siguientes dimensiones: actitud general hacia el estudio (AC), lugar de estudio (LU), estado físico escolar (ES), plan de trabajo (PL), técnicas de estudio (TE), exámenes y ejercicios (EX) y trabajos (TR), para analizar los resultados de acuerdo con la parametrización de la prueba a través de categorías gramaticales.

Población

Se intervino a 30 niños, niñas y adolescentes de 11 a 17 años del grado séptimo B del colegio Latorre Gómez del municipio El Retorno, quienes residen tanto en zona urbana como en zona rural.

En el análisis de las metodologías pedagógicas, Gómez y Pérez (2023) señalan que las dinámicas tradicionales en el aula continúan prevaleciendo a pesar de los avances; se debe cambiar la visión del ayer, indistintamente de los impactos que se tenían, la evolución y revolución en los ajustes de vida ha dado un giro (Galván Cardozo y Siado Ramos, 2021). Actualmente, se evidencia que muchos estudiantes, incluso de educación superior, carecen de información en el reconocimiento de elementos que les permitan adquirir y potenciar los conocimientos, lo cual impacta significativamente en el desempeño formativo (Soto y Rocha, 2020).

En este sentido, y siguiendo lo propuesto por Román Fuentes et al. (2020), resulta fundamental levantar una línea base que recoja descriptores académicos relevantes directamente con estudiantes. Esta recopilación permitirá identificar las áreas específicas que requieren mayor

profundización y fortalecimiento, con el fin de diseñar estructuras formativas más sólidas y pertinentes al momento de diseñar los planes curriculares.

En el municipio de El Retorno, departamento del Guaviare, se intervino a niños, niñas y adolescentes de una comunidad educativa para identificar cómo los estudiantes en su vida diaria distribuyen el tiempo, implementa herramientas y cómo estas facilitan la comprensión y adquisición de los conocimientos en el aula. Para este proceso se tuvo en cuenta la aplicación del instrumento CHETE y la implementación de acciones psicoeducativas, que les permitió apropiarse herramientas pedagógicas.

En los datos arrojados en el primer momento en que se aplicó el test, se identificaron los siguientes datos:

Tabla 1. Primera aplicación del cuestionario de técnicas y hábitos de estudio

Dimensión	Pc 1-10	Pc 11-49	Pc 50-89	Pc 90-99
AC	1	18	11	0
LU	19	10	1	0
ES	1	12	8	9
PL	4	10	13	3
TE	7	9	12	2
EX	2	12	11	5
TR	0	17	8	5

Nota: Criterios de evaluación AC (Actitud hacia el estudio), LU (Lugar de estudio), ES (Estado físico del escolar), PL (plan de trabajo), TE (Técnicas de estudio), EX (Exámenes y ejercicios) y TR (Trabajos).

En el análisis de la información del primer elemento evaluado se determinó que más de la mitad de los estudiantes no sienten la motivación suficiente que les permita estar cómodos y satisfechos en el proceso formativo, presentan carencias emocionales y una actitud negativa que lleva a la procrastinación, la desidia, el bajo rendimiento académico y la pérdida de valores. De acuerdo con lo propuesto por Salamea-Nieto et al. (2024), la actitud para estudiar está

implícitamente relacionada con factores externos que se articulan directamente con la formación de calidad. Santander Salmon y Schreiber Parra (2022), por su parte, plantean que, al promover una postura entusiasta que movilice el andamiaje pedagógico en el diseño de acciones creativas e innovadoras, esto permite estimular los cambios mentales ajustados a las demandas de la población estudiantil.

Por otro lado, un porcentaje significativo de los participantes manifestó agrado por el estudio y el resultado se encuentra dentro del rango normal, en este sentido, Soto y Rocha (2020) en un estudio realizado con estudiantes de educación superior indica que “el 74% de universitarios cuentan con un buen desempeño y el 83.1% presenta hábitos de estudio adecuados”. Es importante destacar que el ser humano requiere de un estado de bienestar en las diferentes áreas de la vida para sentirse cómodo en lo que realiza en la cotidianidad, donde se gesta ese vínculo emocional entre las proyecciones para la vida y el sentido de identidad. Es así como lo afirma Salvador Ferrer (2021), al considerar que existen algunos alicientes que promueven el alcance de logros que pueden estar relacionados con las habilidades blandas. Por lo anterior, según Salamea-Nieto y Cedillo-Chalaco (2021), cuando los estudiantes tienen una buena actitud logran adaptarse mejor al desarrollo de las actividades formativas.

En relación con el sitio de estudio, se evidencia que las puntuaciones de la mayoría de los participantes están en un rango por debajo de lo normal, por lo que se considera que los espacios donde estos desarrollan sus actividades académicas no son ambientes acogedores que permitan concentrarse y contar con los factores indispensables para llevar a cabo las actividades extracurriculares. Aquino (2025) menciona que los ambientes deben contar con buena iluminación, y que se deben establecer tiempos de dedicación al desarrollo de compromisos escolares, promover el orden y la constancia en

el cumplimiento de las acciones establecidas, que los padres de familia contribuyan en el crecimiento personal y la validación, y establecer metas a nivel formativo.

En el estado de salud se evidencia que un porcentaje significativo de niños, niñas, adolescentes tienden a estar por debajo de lo normal, y otros oscilan dentro de lo esperado y en óptimas condiciones. Es importante identificar que la salud no solo la integra lo físico, también la compone la salud mental, por lo cual una persona puede reconocerse desde su estado de bienestar pleno. Para la Unicef (21 mayo del 2024) “En el país, el 44,7 % de niños, niñas padecen alteraciones psicológicas”. En el Plan de Desarrollo Departamental del Guaviare (2024-2027) (Gobernación del Guaviare, 2024) se menciona que existen problemas en el bienestar integral, según lo identificado en la política pública de juventudes. También, por ser una zona de clima húmedo, se presentan las enfermedades transmitidas por vectores y respiratorias.

En lo referente al plan de trabajo, se evidencia que los estudiantes conocen elementos que les permiten proyectarse u organizarse; sin embargo, no cuentan con todas las herramientas para hacer efectivas las proyecciones, promover las decisiones o resolver situaciones, dado que se refleja un promedio significativo de participantes que se encuentran con un desempeño por debajo de lo esperado y otro porcentaje que sí cumple con este criterio. De acuerdo con lo propuesto por Riamos Fiallos (2021), se debe formular un plan estratégico que reconozca falencias y se centre en superarlas, pues ello permite fortalecer la productividad del estudiante en el aula.

En relación a la apropiación y abordaje de técnicas de estudio se evidencia una cantidad significativa de estudiantes que conocen las herramientas como otros que no hacen uso de las mismas, es importante reconocer aspectos de lo rural, la conectividad al internet, uso de elementos pedagógicos o prácticas que implementan en el aula los docentes que induce a ese

aprendizaje social significativo como aspectos que limitan el abordaje de las mismas. En una investigación menciona que las estrategias de aprendizaje no tienen un impacto significativo sobre el desempeño de un estudiante, pero sí es importante promover estas habilidades que facilita la comprensión, la proyección y desarrollo de actividades curriculares (Fermín Monzón, 2023).

En la dimensión de evaluaciones y acciones prácticas se identifica una cantidad significativa de estudiantes que no cumplen con todo lo requerido, y otro grupo se encuentra dentro de lo esperado y en estado óptimo, por lo cual resulta preocupante identificar aquellos que no adquieren las competencias suficientes y no se promueve el interés en estimular los procesos cognitivos para apropiar información, seguir indicaciones o cumplir con lo requerido. Un estudio realizado en Norte de Santander, en una institución de secundaria, evidencia que los estudiantes que tiene un buen rendimiento académico en Ciencias y Matemáticas son minuciosos al desarrollar tareas o dar respuesta a cuestionamientos, y logran proyectar en herramientas de organización visual de conocimientos las comprensiones que difieren de cada clase (Prada Núñez, 2020).

En el desarrollo de trabajos y cumplimiento de estos, más de la mitad del grupo se encuentra por debajo de lo esperado, por lo tanto, se considera que no se está reforzando el aprendizaje autónomo por fuera de aula, lo cual puede derivar en la baja apropiación de los temas. Un aspecto significativo son las pedagogías que logren atraer la atención del estudiante para que comprenda de diferentes formas los mismos temas, es necesario promover el uso de elementos que despierten la creatividad en un modelo habitual (Rodríguez García y Arias-Gago, 2022).

En la implementación de las acciones psicoeducativas se tuvo en cuenta a nivel metodológico el uso de didácticas no paramétricas, lo que llevó a la integración por equipos para crear representaciones, exponer experiencias y compartir

nuevas ideas. Estas acciones se dinamizaron a través 19 talleres, entre estos, siete espacios para fomentar la motivación hacia el estudio, un evento que permitió brindar elementos que fortaleciera el acondicionamiento de un lugar para estudiar y dos espacios para orientar y prevenir afectaciones físicas y psicológicas.

De igual forma se realizaron dos talleres para la creación de planes de trabajo, y se promovieron tres espacios para el reconocimiento de estrategias y rutinas de estudio. Además, se contó con dos intervenciones en las que se brindaron elementos para la preparación de exámenes y ejercicios y, finalmente, se acompañó en dos espacios más para capacitar en la proyección de trabajos y desarrollos de los mismos. Además, se compartió información a los docentes para que se continuara replicando este tipo de acciones con los estudiantes para mejorar sus destrezas en el aula.

Por otro lado, una investigación efectuada en la Institución Educativa de La Libertad (Guaviare), orientada al desarrollo del aprendizaje basado en juegos para potenciar la capacidad cognitiva en Matemáticas, describe que el resultado fue significativo a nivel motivacional, creativo e innovador en el uso de herramientas tecnológicas (Hernández y Riascos, 2023) el uso de estas técnicas incentiva a los estudiantes a sentir atracción por el aprendizaje y a explorar nuevos elementos que les faciliten la comprensión de los contenidos que se comparten en el salón de clases.

Tablas 2. Segunda aplicación del cuestionario de técnicas y hábitos de estudio

Dimensión	Pc 1-10	Pc 11-49	Pc 50-89	Pc 90-99
AC	2	10	17	1
LU	13	11	4	2
ES	2	10	7	11
PL	0	9	17	4
TE	6	10	11	3
EX	0	14	8	8
TR	1	7	15	7

Aunque en el postest no se evidencia que todos los estudiantes hayan logrado llegar a un estado óptimo en todas las dimensiones, sí se observa que los resultados se movilizaron un poco más en todas las escalas, acrecentando los datos entre puntuaciones medias y altas y alcanzando un rendimiento predominante entre la capacidad para planear y realizar actividades extracurriculares.

Desde el Ministerio de Educación (2022) se promueve la estrategia de ecosistema de innovación educativa y transformación digital en Colombia con el objeto de evolucionar en las dinámicas educativas y fortalecer competencias en los estudiantes y docentes para la consolidación de constructos formativos que aporten al desarrollo del pensamiento creativo, son estos los desafíos que se proponen en una era de la revolución tecnológica en el siglo XXI.

En el plan de desarrollo municipal de El Retorno, Guaviare (2024-2027) (Alcaldía El Retorno, 2024) se proyectó el fortalecimiento de la cobertura, retención y educación con calidad. El cumplimiento de este último criterio implica no solo la formación docente, sino también la gestión que se realice desde el Ministerio de Educación Nacional, que busca fortalecer los escenarios pedagógicos con el abordaje de las TIC como elementos de vanguardia para afrontar la era digital.

Conclusión

Las herramientas y rutinas en el proceso formativo son elementos fundamentales que facilitan la consolidación de habilidades y competencias en los estudiantes. Para promover su uso es necesaria la actualización de prácticas educativas dentro de los currículos y la actualización y formación docente que permita reconocer estas técnicas pedagógicas, con el fin de que estas se implementen en los escenarios académicos.

Promover la empatía en las aulas permite la gestión de emociones y que el estudiante se sienta acogido por los actores con los que se relaciona diariamente; estas actitudes incentivan al estudiante a proyectarse en su futuro, reconociendo en el estudio una posibilidad para cambiar su realidad y tener una cosmovisión distinta.

Es importante el acompañamiento de figuras protectoras que promuevan los valores y los vínculos seguros, que fomenten hábitos saludables, donde se acepte al otro con sus diferencias y se anime a cumplir las metas para la vida, que contribuyan a la consolidación del autoconcepto, la autodeterminación, la autoconfianza y una convicción en los pronunciamientos ante cada evento que se presenta en la cotidianidad.

Agradecimientos

En primer lugar, a Dios, por el don de la vida y por ser la fuente de inspiración y fortaleza durante el desarrollo de este trabajo. Extendemos nuestra gratitud a la Institución Educativa Latorre Gómez, especialmente al equipo administrativo, al cuerpo docente y a los estudiantes por su valioso apoyo, disposición y compromiso, que hicieron posible la implementación de cada una de las acciones previstas en este proyecto.

Referencias

- Abad Corpa, E., Delgado Hito, P., & Cabrero García, J. (2010). La investigación-acción-participativa: Una forma de investigar en la práctica enfermera. *Investigación y Educación en Enfermería*, 28(3), 464–474. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-53072010000300017&lng=en&tlng=es.
- Alcaldía El Retorno. (2024). *Plan de Desarrollo “Unidos por la Reactivación Económica” 2024-2027*. <https://www.elretorno-guaviare.gov.co/planes/plan-de-desarrollo-unidos-por-la-reactivacion-economica>
- Álvarez González, M., & Fernández Valentin, R. (2015). *Cuestionario de técnicas y hábitos de estudio*. Tea. https://www.hogrefe-tea.com/recursos/Ejemplos/chte-manual-2015_extracto.pdf
- Aquino, L. (2025, mayo 26). ¿Cómo fomentar hábitos de estudio saludables en casa?: claves para mejorar el rendimiento académico de los estudiantes. *La República*. https://larepublica.pe/educacion/2025/05/26/como-fomentar-habitos-de-estudio-saludables-en-casa-claves-para-mejorar-el-rendimiento-academico-de-los-estudiantes-atmpa-1060306#google_vignette
- Fermín Monzón, M. R. (2023). *Técnicas de estudio y rendimiento académico en los estudiantes de 4to grado primaria de la I.E Corazón de Jesús* [Maestría, Universidad José Carlos Mariategui de Moguegua]. <https://hdl.handle.net/20.500.12819/2034>
- Galván Cardozo, A. P., & Siado Ramos, E. (2021). Educación tradicional. Un modelo de enseñanza centrado en el estudiante. *Cienciamatria*, 7(12), 962–975. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7915387>
- Gobernación del Guaviare. (2024). *Plan de Desarrollo 2024-2027 “Guaviare avanza”*. Gobernación del Guaviare. <https://guaviare.micolombiadigital.gov.co/planes/plan-de-desarrollo-2024--2027-guaviare-avanza>
- Gómez Zambrano, R. O., & Pérez Iribar, G. (2023). Las metodologías activas y su influencia en rendimiento académico de estudiantes de bachillerato.

- MQRInvestigar, 7(1), 3048–3069. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.1.2023.3048-3069>
- Hernández, J. D., & Riascos, M. M. (2023). *Fortalecimiento de la construcción de figuras geométricas por medio del aprendizaje basado en juegos en la plataforma Scratch para potenciar el pensamiento espacial matemático en estudiantes del séptimo grado de la institución educativa la libertad de la Inspección La Libertad, Municipio del Retorno, Departamento del Guaviare* [Maestría, Universidad de Cartagena]. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/server/api/core/bitstreams/030d4c7a-8508-4274-94cb-7ccf0f1b8fb8/content>
- Ministerio de Educación Nacional. (2022). *Ecosistema Nacional de Innovación Educativa y Transformación Digital*. Ministerio de Educación Nacional. https://www.mineducacion.gov.co/1780/articulos-363488_recurso_32.pdf
- Newsroom Infobae. (2025, mayo 24). Líderes educativos europeos y latinoamericanos debaten los retos del futuro de las universidades. *Infobae*. <https://www.infobae.com/america/agencias/2025/05/23/lideres-educativos-europeos-y-latinoamericanos-debaten-los-retos-del-futuro-de-las-universidades/>
- Prada Núñez, R., Aloiso, A., & Avendaño Castro, W. (2020). *Hábitos de estudio y ambiente escolar: determinantes del rendimiento académico en estudiantes de secundaria básica*. *Espacios*, 65. <http://repositorio.ufps.edu.co/handle/ufps/762>
- Riamos Fiallos, E. S. (2021). *Los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes del séptimo año de educación general básica de la unidad educativa "Picaihua", del Cantón Ambato* [Pregrado, Universidad Técnica de Ambato]. <https://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/33891>
- Rodríguez-García, A., & Arias-Gago, A. R. (2022). Modelos didácticos en matemáticas: relación e influencia en el rendimiento académico. *Profesorado. Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 26(1), 281–302. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v26i1.16948>
- Rojas-Gutiérrez, W. J. (2022). La relevancia de la investigación cualitativa. *Studium Veritatis*, 20(26), 79–97. <https://doi.org/10.35626/sv.26.2022.353>
- Román Fuentes, J. C., Franco Gurria, R. T., & Román Julián, R. (2020). Diagnóstico sobre hábitos de estudio en universitarios de nuevo ingreso como herramienta para identificar oportunidades de mejora. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(21). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.692>
- Salamea-Nieto, R., Cedillo-Chalaco, L. F., Sánchez-Bracho, A., & Belduma-Cabrera, K. (2024). Hábitos de estudios y motivación para el aprendizaje en universitarios en condición de vulnerabilidad socioeconómica. *Innova*, 9(3), 25–40. <https://doi.org/10.33890/innova.v9.n3.2024.2557>
- Salamea-Nieto, R. M., & Cedillo-Chalaco, L. F. (2021). Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *Innova*, 6(3.1), 94–113. <https://doi.org/10.33890/innova.v6.n3.1.2021.1858>
- Salvador-Ferrer, C. M. (2021). Motivación de logro y metas en la vida: Rol mediador de la inteligencia emocional. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 19(53), 1–18. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v19i53.3317>
- Santander Salmon, E. S., & Schreiber Parra, M. J. (2022). Importancia de la motivación en el proceso de aprendizaje. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(5), 4095–4106. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3378
- Soto, W., & Rocha, N. (2020). Hábitos de estudio: factor crucial para el buen rendimiento académico. *Innova Educación*, 2(3), 431–445. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.03.004>
- Unicef. (2024). *"De salud mental sí hablamos": Unicef Colombia propone abrir una conversación sobre la salud mental de niños, niñas y adolescentes*. Unicef. <https://www.unicef.org/colombia/comunicados-prensa/de-salud-mental-s%C3%AD-hablamos-unicef-colombia-propone-abrir-una-conversaci%C3%B3n-sobre>