A warm-toned photograph of a desk. In the foreground, there is a stack of books, a pen holder filled with pencils, and a small globe. The background is softly blurred, showing more books and a desk lamp. The overall atmosphere is academic and studious.

DISERTACIONES EN TORNO A LA NUEVA ESCUELA MEXICANA EN LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR

COORDS: DAVID JASSO VELAZQUEZ / SONIA VILLAGRÁN RUEDA

Disertaciones en torno a la Nueva Escuela Mexicana en la Educación Media Superior

David Jasso Velazquez

Sonia Villagrán Rueda

Coords.

Este libro fue evaluado por pares académicos externos bajo la modalidad de doble ciego, tal proceso se realizó a solicitud del Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Zacatecas y de la Dirección Académica. Estas entidades guardan los dictámenes correspondientes.

Diseño Editorial: Hesby Martínez Díaz
Maquetación: Paradoja Editores
Diseño de portada: Rubén Luna
paradojaeditores@gmail.com

Primera edición: 2024
© David Jasso Velazquez
© Sonia Villagrán Rueda

© Universidad Autónoma de Zacatecas
"Francisco García Salinas"
Jardín Juárez 147, Centro Histórico,
C.P. 98000, Zacatecas, Zac.

© Colegio de Estudios Científicos y
Tecnológicos del Estado de Zacatecas
Elena Poniatowska 16, Ojo de Agua de la Palma,
C.P. 98606, Guadalupe, Zacatecas.

ISBN: 978-607-555-186-9

Se prohíbe la reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier modo electrónico o mecánico, sin la autorización de las instituciones editoras.

El contenido de esta obra es responsabilidad de los autores.

Comité Científico

Presidente: Mtro. Julio César Ortiz Fuentes

Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Zacatecas

Secretaria: Mtra. Erika Estrella Cerrillo Ortiz

Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Zacatecas

Mtro. Gerardo Ruíz de la Rosa

Colegio de Estudios Científicos y Tecnológicos del Estado de Zacatecas

Dra. Carla Beatriz Capetillo Medrano

Universidad Autónoma de Zacatecas "Francisco García Salinas"

Dra. Norma Gutiérrez Hernández

Universidad Autónoma de Zacatecas "Francisco García Salinas"

Dr. Tomás de Jesús Moreno Zamudio

Universidad Autónoma de Zacatecas "Francisco García Salinas"

Dr. José Manuel Medellín González

Benemérita Escuela Normal Manuel Ávila Camacho

Mtro. Ulices Ferniza Montes

Universidad Pedagógica Nacional

Mtro. José Honorio Jiménez Contreras

Centro de Actualización del Magisterio en Zacatecas

ÍNDICE

CAPÍTULO 1

LA EDUCACIÓN MEDIA SUPERIOR Y LA NUEVA ESCUELA MEXICANA. OPORTUNIDADES, RETOS Y DESAFÍOS PARA UNA EDUCACIÓN DE CALIDAD

Desafíos de la Nueva Escuela Mexicana en la Educación Media Superior

Norma Gutiérrez Hernández

Rosalinda Gutiérrez Hernández 17

Toma de decisiones en la selección docente:

Programa Interno de Mejora CECYTEZ-EMSAD

Ernesto Vásquez Villarreal

33

La cooperación alemana en la educación dual en México: retos y oportunidades

Rafael Hernández Martínez

45

CAPÍTULO 2

FORMACIÓN SOCIOEMOCIONAL

Empatía docente y vocación educativa en el profesorado de Educación Media Superior

Aleth Xochipilzihuitl Gutiérrez Bañuelos

Sonia Villagrán Rueda

David Jasso Velázquez 63

Bienestar socioemocional y su relación con el proyecto de vida en estudiantes del Cobaez

José Berumen Enríquez

Omar Eduardo Contreras Delgado

Alejandra Ariadna Romero Moyano 73

Estilos parentales relacionados al consumo de drogas en Educación Media Superior

Beatriz Mabel Pacheco Amigo

Rómulo Enrique Troncoso Pacheco

Yahaira Berenice Martínez Pérez 85

Planeación y espacios considerados para el estudio en estudiantes de nivel superior

Cynthia Ivett Campos Ramos

Rosalinda Gutiérrez Hernández

Norma Gutiérrez Hernández 95

Factores representativos que influyen en la salud mental del adolescente

Edith Alejandra Pérez Márquez

Estela Reveles Rodríguez

Alma Minerva Moreno Puente 107

Percepción de la ausencia paterna y sus implicaciones en la salud mental en adolescentes Zacatecanos	117
<i>José Raúl Pérez Rivera</i>	
La migración y la deserción escolar en el EMSAD, El Rucio, Villa de Cos, Zacatecas	129
<i>Fabrizio Alejandro Chávez Gutiérrez</i>	
Adolescencia y contexto escolar bajo la perspectiva del Marco Curricular Común	141
<i>Sonia Robles Castillo</i>	
<i>María de Lourdes de la Rosa Vázquez</i>	
<i>José Luis Flores Pérez</i>	
Niveles de creatividad en personas privadas de la libertad de un establecimiento penitenciario del estado de Zacatecas. Una pauta para el desarrollo socioemocional en contextos penitenciarios	149
<i>Claudia Lizette García Ruano</i>	
<i>Tomás de Jesús Moreno Zamudio</i>	
<i>María del Rosario Martínez Flores</i>	
<i>Ana María Pesci Gaitán</i>	
Habilidades sociales y prevención del acoso escolar en el nivel medio superior	163
<i>Ana María Paredes Lara</i>	
<i>Luis Manuel Zamora Alatorre</i>	

CAPÍTULO 3

DIVERSIDAD E INCLUSIÓN EDUCATIVA

Inclusión en la educación para la salud a través de la andragogía	177
<i>Nora Nidia Castellón García</i>	
<i>Juan Carlos Farías Bracamontes</i>	
<i>Jesús Alberto García García</i>	

CAPÍTULO 4

PRÁCTICA DOCENTE Y LIDERAZGO PEDAGÓGICO

La brújula interna: la complejidad sintáctica adiestra la toma responsable de decisiones	191
<i>Gustavo Osvaldo Contreras Reyes</i>	
Implementación de una estrategia de evaluación docente en el CECYTEY	205
<i>Pilar Angelina Canto Bonilla</i>	
<i>Argely Gabriela Salazar Pastrana</i>	
<i>Omar Eduardo Kú Hernández</i>	
Cambiando nuestro paradigma de la enseñanza, un reto para el maestro del presente siglo XXI	217
<i>Norberto Cervantes Contreras</i>	

Microplanificación de la Enseñanza del Español: uso de transpositores	
<i>Diana Ivette Chávez López</i>	
<i>Gabriela Cortez Pérez</i>	223
Análisis del pensamiento algorítmico en la cotidianidad de estudiantes en EMSAD 44	
<i>Lorena de Jesús Chávez Gallegos</i>	
<i>Berenice Cabrera Ávila</i>	233
Mejorando la calidad educativa a través de una investigación contextual	
<i>Rosana Fuentes Sánchez</i>	
<i>Angélica Hernández Herrera.</i>	245
El inglés y su relación con el juego en estudiantes de preparatoria	
<i>Rocío García Hernández</i>	
<i>Ernesto Ceballos Gurrola</i>	257
Factores que contribuyen a la reprobación: percepción de estudiantes y docentes	
<i>Angélica Hernández Herrera</i>	
<i>Rosana Fuentes Sánchez</i>	269
Conocimiento del profesor en el CC-ES en operaciones fundamentales con expresiones algebraicas	
<i>Gerardo Ruiz de la Rosa</i>	279
Metodología basada en la solución de problemas para lograr competencias en matemáticas	
<i>Claudia Maribel Velarde Alvarado</i>	289
Habilidades (leer) y destrezas (comprensión) de la lectura para el aprendizaje	
<i>Berenice Cabrera Avila</i>	
<i>Juan Gabriel Adame Acosta</i>	
<i>Lorena de Jesús Chávez Gallegos</i>	301
El discurso oral del docente como herramienta para aprender en EMS	
<i>Lorena Martínez Muro</i>	311

CAPÍTULO 5

TECNOLOGÍA Y PROCESOS DE INNOVACIÓN EN CONTEXTOS EDUCATIVOS

Competencias digitales, incorporado al plan de acción tutorial, de la Licenciatura en Psicología de la UAZ	
<i>Claudia Adriana Calvillo Ríos</i>	
<i>Verónica Marcela Vargas Nájera</i>	
<i>Andrea Patricia Nájera Juárez</i>	321

Implementación de fichas interactivas para el aprendizaje activo en la biología <i>Martha Elena Saucedo Cardoza</i>	333
Reporte parcial de investigación y mejora de la educación financiera en jóvenes <i>Priscilla Valdez Salas</i>	347

CAPÍTULO 6
DESARROLLO CURRICULAR

Retos de la enseñanza de las humanidades en la Nueva Escuela Mexicana <i>Francisco Josimat Viedma Esparza</i> <i>Hilda Soemy Pérez Viramontes</i> <i>Martha Aurora Viedma Esparza</i>	359
Paquete didáctico: herramientas y recursos para aumentar la motivación y mejorar el aprendizaje <i>Santa Verónica Reyes Polendo</i>	369
INVENQUI. Paquete didáctico en braille para la materia de Química <i>Juan Gabriel Adame Acosta</i> <i>Berenice Cabrera Avila</i>	377

PLANEACIÓN Y ESPACIOS CONSIDERADOS PARA EL ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE NIVEL SUPERIOR

*Cynthia Ivett Campos Ramos
Rosalinda Gutiérrez Hernández
Norma Gutiérrez Hernández*

Universidad Autónoma de Zacatecas

La adecuada planificación y los espacios de estudio son elementos clave para alcanzar un rendimiento académico óptimo en estudiantes de nivel superior. Estos jóvenes, a menudo, se enfrentan a una mayor cantidad de trabajo y exigencias, lo que hace fundamental organizar su tiempo de estudio de manera efectiva, estableciendo metas claras. Asimismo, tener espacios de estudio adecuados puede ayudar en la concentración y el desempeño académico.

Además, es recomendable contar con un plan de estudio detallado que permita abordar cada tema de forma ordenada y sistemática. Para lograr esto, se sugiere buscar un lugar tranquilo, sin distracciones externas, donde los materiales necesarios estén a disposición. Un ambiente bien iluminado y ventilado puede ayudar a mantener la atención y evitar la fatiga. Es importante alejarse de cualquier distracción, como el uso excesivo de dispositivos electrónicos, redes sociales o televisión. Contar con herramientas de organización, como un calendario o una agenda, facilitará el control de fechas de entrega de trabajos o exámenes. También se debe considerar una vida saludable, y para ello el descansar adecuadamente el cuerpo permite que se lleven a cabo los mecanismos reparadores al interior cuando se está en reposo (sueño), ya que esto es un factor fundamental de buena salud. La calidad del sueño no hace referencias solamente cuando se duerme bien, sino que considera un buen funcionamiento diurno (un adecuado nivel de atención para realizar diferentes tareas) (Sierra, 2002).

El estudio favorece mejores empleos, y, a su vez, permite actitudes diferentes y altos valores sociales, fortaleciendo la seguridad a la hora de hablar en diferentes escenarios y dando pauta a la creación de profesionistas formados integralmente. Por otro lado, el crecimiento de la economía se vuelve eficiente gracias a trabajadores más creativos y productivos, cuyo mayor nivel de conocimiento mejora los procesos de producción. La innovación y la diversificación de productos tienen lugar gracias a la aplicación de nuevas tecnologías y a una mayor investigación para ampliar tanto el mercado interno como externo. De manera

consecuente, se fortalece la economía nacional, lo cual lleva a una disminución del desempleo y la delincuencia, así como de los costos asociados a su prevención y persecución (Fundación EBC, 2023).

Planteamiento del problema

Consolidar los estudios universitarios es una de las premisas de muchos jóvenes en el país. Según información del Estudio Comparativo de Universidades Mexicanas (Execum3), elaborado por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), en México el número de adultos y adultas jóvenes que se matriculan en la universidad ha ido en aumento en los últimos años, pues al cierre del 2022 la matrícula total de personas que estudiaban en instituciones de educación superior públicas y privadas era de 4 millones 592 mil 706, un millón más de estudiantes en comparación con el 2014, donde el número de estudiantes universitarios era de 3 millones 548 mil 439 (Execum3, 2022).

Según datos de la Secretaría de Educación Pública (SEP) en 2022, a pesar de que la población de jóvenes en el país es grande, solo el 24% de éstos son mayores de edad están inscritos en alguna institución educativa de nivel superior. Esta proporción es muy baja en comparación con países como Australia, Islandia o la República de Corea, donde más del 60% de sus jóvenes están cursando estudios universitarios. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi) en 2023, sólo ocho de cada 100 alumnos que comienzan sus estudios universitarios logran terminarlos. Entre las principales causas de deserción a nivel universitario se encuentran el disgusto o el poco interés en el estudio (37.4%) y situaciones económicas (35.2%).

Dado el contexto socioeconómico actual del país, en el que las oportunidades de empleo para profesionistas pueden ser limitadas, no sorprende que una parte de la deserción universitaria ocurra desde los primeros semestres. La principal causa de esto es el descontento o falta de interés en el estudio, principalmente debido a que los estudiantes no logran cumplir con las responsabilidades y los compromisos exigidos por la universidad.

En el nivel universitario el enfoque educativo se centra principalmente en la transmisión de conocimientos y la expectativa de que los estudiantes los reciban. Esto a veces pasa por alto la importancia de enseñar técnicas de aprendizaje adecuadas y brindar apoyo integral a los estudiantes, fortaleciendo su aspecto emocional, cognitivo y psicológico. Por ejemplo, es esencial considerar la necesidad de contar con espacios y entornos propicios para el estudio fuera de las instituciones educativas. Además, es necesario enseñar a los estudiantes a utilizar adecuadamente su tiempo de estudio, descanso y recreación, incluso cuando tienen que trabajar para poder completar sus estudios universitarios o apoyar a su familia.

Sustento teórico

En México la educación superior se enfrenta a desafíos complejos y frecuentes, entre los que destacan la deserción, el rezago estudiantil y los bajos índices de

eficiencia terminal. En términos generales, se estima que de cada 100 jóvenes que ingresan a la universidad, únicamente entre 50 y 60 logran completar todas las asignaturas del plan de estudios en un lapso de cinco años. Además, de este grupo, tan solo 20 logran titularse durante el primer año después de su egreso (Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES), 2001).

La etapa de adulto joven, según la Organización Mundial para la Salud (OMS, 2023), abarca aproximadamente de los 17 a los 24 años de edad. Durante este período, las personas se encuentran en constante búsqueda y redefinición de su propia identidad. En este sentido, se combinan todas las características psicoemocionales que experimentan a diario, así como los cambios biológicos relacionados con el crecimiento y la modificación de la composición corporal. Estos aspectos, sumados a los procesos cognitivos relacionados con el procesamiento de información, el razonamiento y la adquisición de conocimientos para la toma de decisiones, modifican su contexto individual en un contexto social y global.

Se ha propuesto que la inteligencia varía según la edad de las personas, lo que implica que las pruebas psicométricas tradicionales, que se aplican de la misma manera en todas las etapas de la vida, podrían no ser apropiadas. Por ejemplo, las pruebas diseñadas para evaluar el conocimiento y las habilidades en los niños podrían no ser adecuadas para medir la competencia cognitiva de los adultos, quienes utilizan su conocimiento y habilidades para resolver problemas prácticos y alcanzar metas personales. Además, no todas las personas siguen las mismas etapas dentro de los marcos temporales sugeridos (Papalia, 2017).

Para tratar de explicar cómo una persona, dependiendo de su contexto educativo, socializa sus conocimientos y habilidades en el ambiente en el que se desenvuelve, existen varios autores que agrupan la forma en la que una persona aprende, cómo retiene información y cómo toma decisiones respecto al contexto que le rodea una vez con ese conocimiento obtenido. Estos aspectos le permiten desarrollar rasgos de su conducta e incluso de su propia personalidad. Existen varios modelos que explican cómo una persona utiliza su inteligencia a lo largo de su vida. Uno de estos modelos es el ciclo vital del desarrollo cognitivo propuesto por Warner Schaie. Este modelo examina cómo se desarrollan las habilidades intelectuales en un contexto social. El modelo de Schaie se compone de siete etapas que se centran en metas motivacionales que aparecen en diferentes fases de la vida. Estas metas pueden ir desde la adquisición de información y habilidades hasta la integración práctica de conocimientos y habilidades, y finalmente, la búsqueda de significado y propósito (Tein, 2022).

Es importante reconocer que no todas las personas experimentan estas etapas de forma temporal como sugieren algunos autores y teóricos de modelos psicosociales. En realidad, las etapas en la vida de una persona se sitúan en su propio contexto individual. Además, es fundamental tener en cuenta que, más allá de las teorías de diferentes autores, es necesario considerar los diversos aspectos y áreas en la vida de cada ser humano para que la información adquirida le permita sobrevivir y desenvolverse socialmente, elegir una carrera profesional o familiar, o ambas, y lograr el éxito personal.

La educación formal, por tanto, aquí adquiere una relevancia mayor en este proceso de cada persona. En el caso de la profesionalización dentro de instituciones universitarias, la elección de la carrera y el aprendizaje obtenido y retenido durante dicho proceso le permitirá satisfacer los aspectos actitudinales y sociales y hasta familiares en tanto haya adquirido adecuadamente habilidades específicas del conocimiento obtenido de acuerdo a su profesionalización, lo que posteriormente le conferirá una identidad social gracias al desenvolvimiento de su profesión.

A medida que pasan los años, la estructura educativa puede variar en términos de las diferentes formas de aprendizaje y el proceso de enseñanza-aprendizaje experimenta cambios, mientras que en etapa infantil se consideraban todos los aspectos psicobiológico-cognitivo emocionales y sociales de la persona. Los sistemas educativos universitarios suelen estar más enfocados en la adquisición de conocimientos técnicos y especializados para preparar a los estudiantes para el mundo laboral. Por tanto, en esta etapa se tiende a poner menos atención en el desarrollo integral de la persona y más en habilidades y competencias específicas.

Sin embargo, es importante reconocer todas las esferas de desarrollo en el proceso de enseñanza-aprendizaje, ya que esto contribuye a formar individuos más completos y preparados para enfrentar los desafíos de la vida adulta. Por ello, la transmisión y la obtención de los conocimientos dependen mucho o casi exclusivamente de la actualización de manera constante de sus docentes, quienes son profesionistas formados en el área específica o áreas afines que el alumno o la alumna ahora estudia, mismos y mismas que le vierten sus experiencias y conocimientos conforme a la actualidad y la experiencia profesional de cada quien.

La adquisición de conocimientos por parte de los alumnos y las alumnas de etapa universitaria confiere, por tanto, diversas y múltiples tareas en las que muchas veces se van dejando de lado, incluso, técnicas de estudio que los alumnos las y alumnas hayan adquirido en otros momentos de la vida estudiantil y donde la organización de tiempos respecto a esparcimiento, uso de tecnologías, recreación, de sueño, estilo de vida y de los mismos hábitos de estudio le representan un sobreesfuerzo y reto personal.

Es común observar que el tiempo dedicado a las tareas escolares y los estudios se ve considerablemente reducido debido al tiempo invertido en otras actividades, que van desde el uso de redes sociales hasta actividades laborales en esta etapa. Como consecuencia, los estudiantes se ven obligados a sacrificar horas de sueño para cumplir con sus responsabilidades, lo que se traduce en su asistencia a la escuela con cansancio, falta de sueño y una notable falta de motivación. Todo esto tiene un impacto severo en su rendimiento académico.

Por otro lado, aplicar hábitos de estudio en el nivel de licenciatura es una herramienta para poder planificar de una manera óptima el tiempo, y es una estrategia para retener de la mejor manera el conocimiento. Mondragón *et al.* (2017) sostienen que los hábitos de estudio son fundamentales para activar y desarrollar la capacidad de aprendizaje de los alumnos. Estos hábitos son importantes

porque fomentan el desarrollo de habilidades lingüísticas y cognitivas, como la atención y la memoria, y promueven valores como la disciplina y la constancia. Además, facilitan la formulación y la consecución de metas a corto y largo plazo, y aumentan la seguridad y la autoestima, permitiendo a los estudiantes enfrentar de manera eficaz las demandas escolares.

Al hablar de hábitos de estudio es también importante hacer referencia a los lugares en los que los estudiantes, fuera de la institución educativa, en casa llevan a cabo sus actividades extra, es decir, aquellas actividades que se piden como reforzamiento en este proceso educativo, tales como realización de tareas para diversas materias, estudio para exámenes, resolución de problemas o de casos, etc., donde la optimización de tiempos, sobre todo en la organización de horarios para la realización de estudio, actividades y tareas o investigaciones fuera de la escuela, el tiempo y uso del internet para llevar dichas actividades e incluso utilizar el internet como recreación y planeación de sus horarios, también juega un papel fundamental. Aunado a esto, el orden y la limpieza del área de trabajo, evitar que los espacios estén saturados de libros, libretas, etc., el uso de materiales adecuados y los recursos para la realización de las mismas actividades, así como la iluminación del lugar de estudio, permiten mejor aprendizaje.

Asimismo, se debe de considerar la distribución de horarios, ya que esto es fundamental para establecer una rutina eficiente de estudio. Cada persona tiene su propio ritmo biológico y preferencias personales, por lo que es importante encontrar el momento del día que mejor se adapte a sus necesidades y características individuales (Guzmán *et al.*, 2022). Existen diferentes tipos de climas o ambientes de estudio, y cada uno proporciona ciertas ventajas y desafíos, sobre todo en cuanto a horarios se refiere. Si bien por las mañanas o al mediodía el estudio permite comenzar el día con mayor concentración y energía, muchas personas, por sus actividades, no pueden hacerlo y deben procurar horarios de tarde o nocturnos, donde los distractores pueden ser mayores, debido a la actividad en las áreas comunes, pero también puede generar una atmósfera animada, lo que facilita la concentración y la reflexión. Sin embargo, estudiar por la noche puede ser desafiante debido a la fatiga acumulada a lo largo del día.

El ambiente de estudio también puede influir en la productividad y el aprendizaje (Guerrero y Barrios, 2007). Para crear un ambiente propicio para el estudio, es importante considerar los siguientes factores: 1) silencio, algunas personas necesitan un ambiente completamente silencioso para concentrarse, mientras que otras pueden sentirse más productivas con un poco de ruido de fondo, como música suave o sonidos ambientales; 2) organización, un espacio de estudio ordenado y limpio puede ayudar a mantener la concentración y evitar distracciones; 3) iluminación, es fundamental para un estudio efectivo una habitación bien iluminada con luz de preferencia natural durante el día. Si estudia por la noche, tener una buena lámpara de escritorio para evitar la fatiga visual. 4) comodidad, permite mantener una postura correcta, ya que una silla ergonómica y una mesa de trabajo adecuada pueden marcar la diferencia en términos de comodidad y capacidad para prolongar sesiones de estudio más largas.

La distribución de horarios y el ambiente de estudio son aspectos clave a considerar para optimizar la productividad y el aprendizaje. Cada persona tiene sus preferencias y necesidades individuales, por lo cual es importante experimentar y encontrar la rutina y el ambiente que mejor se adapten. Con base en esto, se formuló el siguiente objetivo general para el desarrollo de este trabajo: Identificar los factores que pueden afectar los hábitos de estudio en estudiantes de licenciatura en la Universidad Autónoma de Zacatecas (UAZ).

Método

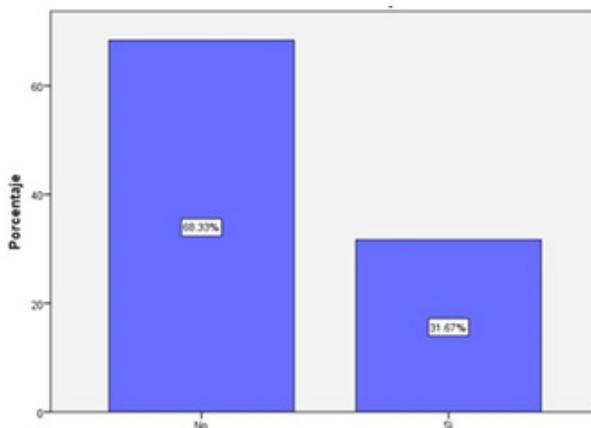
Se realizó un estudio analítico, transversal en una población de 300 alumnos y alumnas de nivel licenciatura de la UAZ, utilizando un muestreo no probabilístico. Los criterios de inclusión fueron: todos y todas las alumnas que cursaban estudios de licenciatura, que de forma voluntaria desearan participar. Se eliminó a quienes no hayan contestado la encuesta por completo. Se utilizó un instrumento de recolección de datos tipo cuestionario conformado por ítems, el cual se digitalizó para ajustarlo a formulario de Google forms con el fin de conocer algunos aspectos y factores de hábitos de estudio entre el alumnado. El instrumento se aplicó durante los meses de agosto y septiembre 2022.

Resultados

Al preguntarles a los alumnos y alumnas universitarias sobre la organización de sus tiempos de estudio, se encontró que el 68.33% no organiza sus tiempos mientras que el 31.67% sí lo hace (ver Gráfica 1). Esto demuestra la importancia de la distribución de horarios y del ambiente de estudio para optimizar la productividad y el aprendizaje. Cada persona tiene sus propias preferencias y necesidades, así como diversas actividades ocupacionales, por lo tanto, es importante experimentar y encontrar la rutina y el ambiente que mejor se adapten.

Gráfica 1

Planeación de horarios de estudio



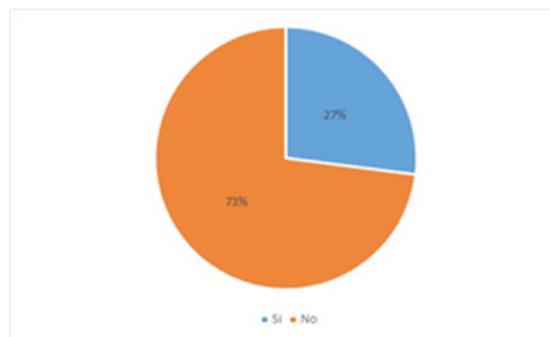
Nota: elaboración propia a partir de recolección de datos.

El estudio reveló una preocupante realidad: el 73% de ellos no tenía un espacio específico para realizar sus actividades de estudio en casa (ver Gráfica 2), esta cifra alarmante refleja la falta de condiciones adecuadas para el aprendizaje en el hogar y pone de manifiesto los desafíos que enfrentan muchos estudiantes en su desarrollo académico. La falta de un espacio designado para estudiar en casa puede tener consecuencias negativas en el proceso de aprendizaje. Muchos estudiantes se ven obligados a hacer sus tareas en la mesa de la cocina, en la sala de estar o incluso en su propia habitación, sin contar con un entorno propicio para concentrarse y enfocarse adecuadamente en sus responsabilidades académicas. Esto puede generar distracciones, dificultades para organizarse y una menor productividad en general. Por otro lado, el 27% restante de los estudiantes encuestados afirmó contar con un espacio designado para estudiar en casa. Las implicaciones de esta falta de un lugar adecuado para estudiar van más allá del rendimiento académico. La falta de un entorno propicio puede afectar negativamente la motivación de los estudiantes, su nivel de concentración y su bienestar emocional.

Está claro que la iluminación es un factor crucial para el éxito en los estudios. Un ambiente bien iluminado no solo permite leer y escribir con facilidad, sino que también tiene un impacto positivo en la concentración y la salud visual de los estudiantes. Al analizar los resultados, se observa que aproximadamente el 51% de los encuestados afirmaron tener una adecuada iluminación en su lugar de estudio. Esto significa que más de la mitad de los estudiantes están satisfechos con las condiciones de iluminación en su espacio de estudio, ya sea un lugar específico designado para ello o un espacio compartido en casa, con iluminación natural o artificial.

Gráfica 2

Espacio específico para el estudio



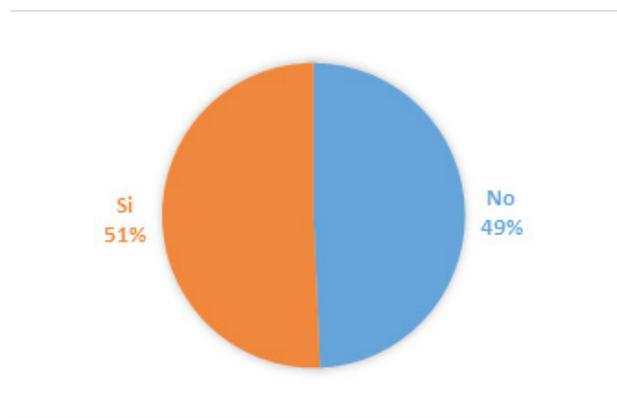
Nota: elaboración propia a partir de recolección de datos.

Esta cifra es alentadora, ya que indica que una buena cantidad de estudiantes están cuidando este aspecto crucial para su rendimiento académico. Sin embargo, el 49% restante señaló no tener suficiente iluminación en el lugar donde estudian (ver Gráfica 3). Esta proporción es preocupante, ya que casi la mitad de los estudiantes encuestados enfrentan dificultades debido a la falta de luz adecuada. La iluminación inadecuada puede resultar en fatiga visual, disminución de la concentración y, en general, un ambiente desfavorable para el estudio efectivo.

El 87% de las personas encuestadas afirmaron que cuidan el orden y la limpieza al momento de estudiar. Esto demuestra que la mayoría de los estudiantes comprenden la importancia de un ambiente organizado y limpio para poder concentrarse y aprovechar al máximo su tiempo de estudio. Sin embargo, también es interesante destacar que un 13% de las personas encuestadas no consideran el orden y la limpieza como un aspecto relevante al momento de estudiar (ver Gráfica 4). Es importante respetar que cada individuo tiene sus propias preferencias y necesidades, y algunas personas pueden sentirse más cómodas en un entorno más desordenado o no considerar que el orden y la limpieza sean factores determinantes para su rendimiento académico.

Gráfica 3

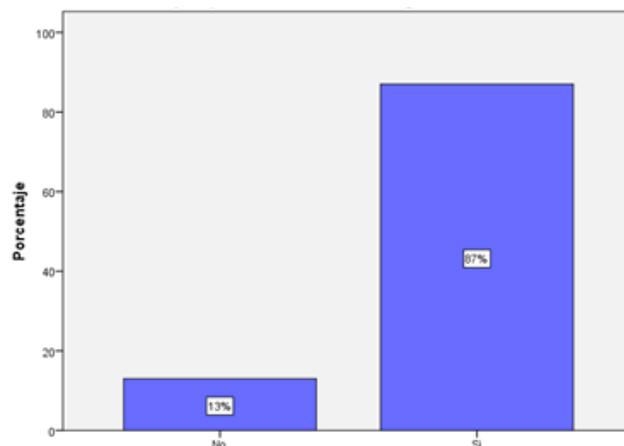
Iluminación adecuada en el lugar de estudio



Nota: elaboración propia a partir de recolección de datos.

Gráfica 4

Orden y limpieza adecuados en el lugar de estudio



Nota: elaboración propia a partir de recolección de datos.

Análisis y discusión de resultados

Al hablar de hábitos de estudio, se refiere a las formas constantes en que un estudiante reacciona ante nuevos contenidos, lo que le permite adquirir conocimientos, comprenderlos y aplicarlos. Algunos de los hábitos de estudio más importantes son aprovechar el tiempo de estudio, crear condiciones favorables, planificar de manera efectiva el trabajo, seleccionar adecuadamente las fuentes de información y dominar técnicas de observación, atención, concentración y relajación.

Según Jiménez (2015), la organización de la jornada de un estudiante universitario que trabaja además de estudiar suele ser caótica y desordenada, lo que hace que no disponga de suficiente tiempo para actividades urgentes, importantes, recreativas e incluso inútiles. La asignación de tiempo a prioridades es arbitraria y contingente, lo que resulta en que lo urgente e importante a menudo se posponga o se pierda la oportunidad de realizarlo. La administración del tiempo se puede entender como una forma de vida y una manera de ser. Hoy en día, el tiempo se considera uno de los recursos más valiosos y críticos para las personas. Según este mismo autor, la buena administración del tiempo implica lograr eficiencia en la realización de tareas y tener control sobre ellas, así como sobre los momentos del día destinados al descanso, las actividades y las tareas, y también disponer de tiempo para el disfrute y la diversión.

En resumen, la falta de una base sólida de hábitos de estudio puede tener un impacto negativo tanto en la formación académica como en el desarrollo personal y profesional del estudiante.

Conclusiones

Es evidente que es necesario tomar medidas para favorecer el estudio en el alumnado. Las autoridades educativas, los padres y la comunidad en general deben trabajar juntos para proporcionar a los estudiantes espacios adecuados para el estudio en casa. Esto puede implicar la creación de áreas específicas de estudio en los hogares, la promoción de bibliotecas públicas o espacios comunitarios con las condiciones necesarias para que los estudiantes realicen sus tareas escolares. Proporcionar un entorno adecuado para el aprendizaje en el hogar es esencial para promover el rendimiento académico, la motivación y el bienestar de los estudiantes. Además, la falta de un espacio específico para estudiar también puede influir en la calidad de su descanso, dificultando la separación entre su vida académica y su vida personal, y es esencial contar con un lugar tranquilo y bien iluminado, sin demasiados distractores visuales, donde el estudiante se sienta cómodo y pueda concentrarse sin distracciones. La luz natural es preferible siempre que sea posible, ya que es más saludable y ayuda a mantener el ritmo circadiano adecuado. Sin embargo, cuando esto no es posible, es importante contar con una iluminación artificial de calidad que no genere sombras, deslumbramientos o molestias visuales.

Es así que también la planeación del estudio y la creación de espacios adecuados son aspectos fundamentales para que los estudiantes de nivel superior puedan aprovechar al máximo su tiempo y obtener buenos resultados académicos. En cuanto a la planeación del estudio, es importante que los estudiantes establezcan metas y objetivos claros, tanto a corto como a largo plazo. Esto implica definir qué materias o temas se deben estudiar, cuánto tiempo se va destinar a cada uno, qué técnicas de estudio se van a utilizar, entre otros aspectos. Un estudiante que planea su estudio de manera efectiva tiene más probabilidades de alcanzar sus metas académicas y de aprender de manera más eficiente.

La creación de un plan de estudio efectivo, combinado con un espacio adecuado y cómodo, puede marcar la diferencia en el rendimiento académico y en la capacidad de aprendizaje de los estudiantes. Mantener un ambiente organizado y limpio puede contribuir a una mayor concentración, gestión del tiempo eficiente y bienestar general, ayuda a evitar distracciones innecesarias con objetos que están fuera de lugar o con la necesidad de buscar algo que no se encuentra a mano. Tener un espacio organizado ayuda a mantener la concentración y el enfoque en la tarea que se está realizando. Sin embargo, también es importante respetar las preferencias individuales y no generalizar que el orden y la limpieza sean indispensables para todas las personas. En cuanto a la limpieza, se considera fundamental para crear un entorno saludable y propicio para el estudio. Un espacio limpio y libre de polvo y suciedad contribuye al bienestar físico y mental, favoreciendo la concentración y evitando posibles alergias o enfermedades relacionadas con el ambiente.

Referencias

- Betrián, E., Galitó, N., García, N., Jové, G. y Macarulla, M. (2013). La triangulación múltiple como estrategia metodológica. *Revista Iberoamericana sobre calidad, eficiencia y cambio en educación. REICE*, 11(4), pp. 5-24.
- Boholano, H. (2017). Smart Social Networking: 21st Century Teaching and Learning Skills. *Research in Pedagogy*, 7(1). pp. 21-29.
- Brunner, J.J. (2000). Globalización y el futuro de la educación: Tendencias, desafíos, estrategias. Santiago. Seminario sobre Prospectiva de la Educación en la Región de América Latina y el Caribe Unesco.
- Carbonell, J. (2015). *Pedagogías del siglo XXI. Alternativas para la innovación educativa*. Octaedro
- Cuautle, O. (2011). Uso de redes sociales como estrategia de aprendizaje con estudiantes del Bachillerato General de Puebla. Una experiencia de estudio en el BGO San Andrés. Ciudad de México. XI Congreso del COMIE.
- Fundación EBC (2023). *Problemática educativa en México*. <https://fundacionebc.org/problematica-educativa/#:~:text=Seg%C3%BAn%20datos%20del%20>

[Instituto Nacional, por situaciones económicamente \(35.2%25\), fecha de consulta: 24 de agosto de 2023](#)

- Galindo, J. (2006). *Cibercultura: Un mundo emergente y una nueva mirada*. Conaculta.
- García López, S.J. y Navarro Bravo, B. (2017). Higiene del sueño en estudiantes universitarios: conocimientos y hábitos. Revisión de la bibliografía. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 10(3), pp. 170-178. 2023, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2017000300170&lng=es&tlng=pt
- Guerrero, J., & Barrios, Y. I. P. (2007). Productividad, trabajo y salud: la perspectiva psicosocial. *Revista colombiana de psicología*, 16, pp. 203-234.
- Guzmán, R.J., Bejarano, J.C., Sanz, S.G., Jaramillo, T.G., Beltrán, M.F., Bonilla, J.R. y Herrera, C.R. (2022). *La observación del desarrollo infantil: Orientaciones para educadores* (Vol. 12). Universidad de la Sabana.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2022) *Encuesta nacional sobre la disponibilidad y uso de tecnologías de la información en hogares 2021*. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/OtrTemEcon/EN-DUTIH_21.pdf
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2023) *Demografía y sociedad: población*. <https://www.inegi.org.mx/temas/estructura/#Tabulados>
- Jiménez Carrasco, Luis Hugo. (2015). ¿Cómo organizan su tiempo los universitarios?. *Revista de Investigación Psicológica*, (14), 97-108. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322015000200008&lng=es&tlng=es
- Mondragón Albarrán, C. M., Cardoso Jiménez, D., y Bobadilla Beltrán, S. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico. Caso estudiantes de la licenciatura en Administración de la Unidad Académica Profesional Teajupilco, 2016. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), pp. 661-685. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i15.315>
- Pogliaghi, L. y Reyes, M. (2018) ¿Cómo son los jóvenes estudiantes? Una propuesta analítica desde la investigación educativa. *Voces de la Educación*, 6248. pp. 170-178.
- Puerto, M., et al. (2015). Somnolencia, hábitos de sueño y uso de redes sociales en estudiantes universitarios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 20(2).
- Tein, G. (2022). *Desarrollo humano. Psicología educativa*. <https://tein.science/schaie-un-modelo-de-ciclo-vital-del-desarrollo-cognoscitivo/>
- Universidad Nacional Autónoma de México (2022). *Execum3*.

Este libro se terminó el 9 de abril de 2024 en la ciudad de Zacatecas, México. El cuidado de la edición estuvo a cargo de Paradoja Editores.



Es posible el cambio de la escuela? Asumimos que sí, pero ¿por dónde empezar? Primero, plantear el tipo de educación que se desea realizar. En estos tiempos se debe insistir en una mirada más humanista y descartar los vicios de lo económico. Segundo, definir la propuesta pedagógica, que debe responder a intereses, necesidades y demandas del contexto y lo que esperamos a futuro. Tercero, tener claro cómo aprenden los estudiantes, además de su desarrollo, cambios, intereses, etc. Con estos puntos podemos orientar lo que debe ser la escuela, desde su misión, infraestructura, rol docente, organización, participación de la comunidad, entre otros.

Asumiendo lo indicado, es posible tener una nueva escuela que responda a la humanidad que deseamos y necesitamos frente a cambios globales que cada vez merman a nuestro planeta y, por tanto, a todos los seres vivos. En este sentido, esta nueva escuela debería ser totalmente diferente a lo que conocemos, y sobrepasar la imagen de tener aulas y un patio, exámenes y tareas, o formación diaria y actividades sin sentido formativo, entre otras cosas.

De acuerdo con lo enunciado, se hace necesario tener otro profesor, entendido como el profesional que forma personas y que despliega toda su formación para humanizar, que busca despertar, hacer soñar y orientar hacia la libertad, respeto y compromiso con el otro y con el mundo. Es decir, el profesor es clave para que esta nueva escuela se concrete y logre los objetivos deseados. Por eso su formación debe ser de alto nivel —en lo emocional, conocimiento, valores—.

En este sentido, la educación que brindamos a través de las escuelas que conocemos está dando alertas de que se debe cambiar y mejorar por la humanidad y no por los resultados de las evaluaciones internacionales que provocan efectos desalentadores y no necesariamente lo contrari. Otra alerta es la convivencia en las escuelas, ya que se vuelve cada vez más riesgoso el vivir ahí con el otro: en algunos casos se es presionado y en otros se afecta la vida del estudiante y del profesor.

La pandemia generó estragos en los países latinoamericanos y significó el cierre temporal de estos centros de formación, que en la práctica fueron reemplazados por las plataformas virtuales u otros medios tecnológicos que se adecuaron a lo formativo, y con ello, nuevas formas de enseñanza.

Ante lo descrito, podemos asumir que el presente libro se muestra retador y genera el diálogo necesario para hacer pensamiento. De ahí la valía de los participantes por presentar sus investigaciones y reflexiones, que recomendamos leer para así desmitificar las posibilidades de cambio y asumir un rol protagónico para la mejora del sistema escolar.

