



MAESTRÍA EN PSICOPEDAGOGÍA

CON MENCIÓN EN NEURODESARROLLO

TRABAJO DE TITULACIÓN

**Hábitos de estudio pospandemia
en una residencia universitaria**

DANNY FABIÁN BOSMEDIANO ZAMBRANO

Otavalo - Ecuador

**MAESTRÍA EN PSICOPEDAGOGÍA
CON MENCIÓN EN NEURODESARROLLO**

Modalidad de titulación:

Informe de investigación

Trabajo de Titulación:

Hábitos de estudio pospandemia en una residencia universitaria

Autor:

DANNY FABIÁN BOSMEDIANO ZAMBRANO

Este Trabajo de Titulación ha sido desarrollado bajo la tutoría de:

José Nicolás Isea Araque, MSc.

Otavalo - 2022

DECLARACIÓN DE AUTORÍA Y CESIÓN DE DERECHOS

Yo, DANNY FABIÁN BOSMEDIANO ZAMBRANO, declaro que este trabajo de titulación: HÁBITOS DE ESTUDIO POSPANDEMIA EN UNA RESIDENCIA UNIVERSITARIA es de mi total autoría y que no ha sido previamente presentado para grado alguno o calificación profesional. Asimismo, declaro que dicho trabajo no infringe el derecho de autor de terceros, asumiendo como autores la responsabilidad ante las reclamaciones que pudieran presentarse por esta causa y liberando a la Universidad de Otavalo de cualquier responsabilidad al respecto.

Que de conformidad con el artículo 114 del Código Orgánico de la Economía Social, conocimientos, creatividad e innovación, concedo a favor de la Universidad de Otavalo licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra con fines académicos, conservando a mi favor los derechos de autoría según lo establece la normativa de referencia.

Se autoriza además a la Universidad de Otavalo para la digitalización de este trabajo y posterior publicación en el repositorio digital de la institución, de acuerdo con lo establecido en el artículo 144 de la ley Orgánica de Educación Superior. Por lo anteriormente declarado, la Universidad de Otavalo puede hacer uso de los derechos correspondientes otorgados por la Ley de Propiedad Intelectual, por su Reglamento y por la normativa institucional vigente.

DANNY FABIÁN BOSMEDIANO ZAMBRANO
C.C: 1003730387

Dedicatoria

Yo, Danny Fabián Bosmediano Zambrano, dedico este Trabajo de Titulación a mis padres, por darme la vida y acompañarme en mi trayecto; a mi esposa, por ser mi compañera de vida y de sueños; y a mis hijas y mi madre, la razón de mi ser y de vivir, por ser el motor que me impulsa a ser mejor cada día.

Agradecimiento

Agradezco a la Universidad de Otavalo, lugar donde cumplo esta meta. A mi asesor, MSc. José Nicolás Isea Araque, por el acompañamiento durante este trayecto para poder culminar con éxito este trabajo de titulación. A mis maestros, quienes compartieron sus conocimientos y experiencias para fortalecer mi carrera profesional y alcanzar esta Maestría con esfuerzo y dedicación.

HÁBITOS DE ESTUDIO POSPANDEMIA EN UNA RESIDENCIA UNIVERSITARIA

Resumen

La educación en modalidad virtual trajo consigo varios efectos causados por la pandemia y la cuarentena, entre ellos, variación en la forma de recibir de los estudiantes, el tiempo de uso del computador, horarios distintos y problemas socioemocionales. Por ello, el presente estudio tuvo como objetivo central analizar los hábitos de estudio prepandemia y pospandemia en estudiantes que conviven en una residencia universitaria. La investigación se plantea desde un enfoque cuantitativo debido a la naturaleza de los objetivos, ya que se determinaron los cambios suscitados en los hábitos de estudio antes y después de la pandemia. Por otra parte, se define como exploratoria y descriptiva. La población estuvo conformada por una muestra de forma no probabilística intencional de 44 docentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay y se consideró una muestra probabilística aleatoria simple de 226 estudiantes pertenecientes a la residencia universitaria. Entre los resultados más relevantes, los docentes indicaron que los estudiantes no tienen buenos hábitos de estudio, también afirman que ha decrecido al regreso a la residencia universitaria pospandemia y la disminución de la exigencia académica al regreso a las clases presenciales. En consecuencia, a través de los resultados obtenidos se puede concluir que los hábitos de estudio han cambiado a causa de la pandemia por covid-19 en los estudiantes de la residencia universitaria.

Palabras clave

Hábitos, estudio, pandemia, residencia, universidad

Abstract

Education in virtual mode had several effects caused by the pandemic and the quarantine, among them, the variation in the way students receive, the time of computer use, different schedules and socio-emotional problems. Therefore, the main objective of this study was to analyze pre-pandemic and post-pandemic study habits in students who live in a university residence. The research is proposed from a quantitative approach due to the nature of the objectives, since the changes in study habits before and after the pandemic were determined. On the other hand, it is defined as exploratory and descriptive. The population was made up of an intentional non-probabilistic sample of 44 teachers from the Yachay Experimental Technology Research University and a simple random probabilistic sample of 226 students belonging to the university residence was considered. Among the most relevant results, the teachers indicated that the students do not have good study habits, they also affirm that it has decreased when they return to the post-pandemic university residence and the decrease in the academic requirement when they return to face-to-face classes. Consequently, through the results obtained, it can be concluded that study habits have changed due to the covid-19 pandemic in the students of the university residence.

Keywords

Habits, study, pandemic, residence, university

1. Introducción

La llegada de la pandemia por COVID-19 ha causado grandes cambios en la vida del ser humano, afectando no solo el ámbito de la salud, sino también su condición emocional, social y psicológica; Vera (2020) lo describe como una situación que “congeló los planes y se impuso como un estado de emergencia imposible de afrontar si

no se le da cabida a la experiencia emocional y significativa de los acontecimientos que trastocó, cambió, aplazó o eliminó” (p. 78). A nivel mundial, la educación fue uno de los sectores más afectados debido a las cuarentenas indefinidas para evitar mayor propagación del virus; en Latinoamérica, la UNESCO (2020) alertó sobre los efectos causados por el cierre de establecimientos educativos.

En Ecuador, a través del Acuerdo Ministerial No. MINEDUC-MINEDUC-2020-00038-A (Ministerio de Educación, 2020) se planteó la educación en modalidad virtual desde abril de 2020 hasta febrero de 2022 y, en consecuencia, la vida social se prohibió afectando a la salud emocional de las personas (Bischoff y Torres, 2020). La educación superior se transformó mediante el uso de las TIC para lograr una conexión entre docentes y estudiantes, no obstante, la crisis económica generada por la pandemia trajo consigo la deserción de universitarios en busca de ofertas laborales que les permitan subsistir (Manzo et al., 2021).

Los hábitos de estudio, según Torres et al. (2009) y Alva (2017), se relacionan directamente con el rendimiento y éxito académico de los estudiantes, por lo que, es relevante analizar cuáles han sido las consecuencias de la pandemia en estudiantes universitarios que conviven en una residencia. Por tal razón, la presente investigación se centra en determinar si se han modificado los hábitos de estudio de los estudiantes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay, dentro de su residencia universitaria, pospandemia.

2. Planteamiento del problema

Todos los cambios producidos por la pandemia se reflejan en los nuevos hábitos de vida de los ciudadanos, quienes ya no mantienen sus patrones de estudio, trabajo y vida social (Torres, 2021), así como lo indica la UNICEF (2020) “la pandemia del COVID-19 y las medidas tomadas por el gobierno para disminuir su propagación han alterado la

vida de los hogares y han generado cambios en los hábitos y rutinas de las personas” (p. 2), dichos cambios se evidencian mucho más en estudiantes que conviven en una residencia universitaria. A la vez, la modalidad virtual implicó también que los profesores en todos los niveles de estudio disminuyan su exigencia debido a la presencia de brechas sociales, digitales y económicas, es decir, no todos los estudiantes tenían acceso a equipos tecnológicos e Internet adecuados para recibir sus clases. Por tanto, el rendimiento académico fue similar al de años anteriores a la pandemia pero con menos esfuerzo, lo que implica que sus horas de estudio disminuyeran como lo afirma García (2021).

Según la investigación de Amaya et al. (2021) los estudiantes universitarios han presentado consecuencias de la pandemia donde “se destacan trastornos de estrés, ansiedad, depresión, somatización y aumento de conductas riesgosas como consumo de alcohol, drogas y tabaco” (p. 1), incluso varios estudiantes han dejado sus estudios universitarios porque los cambios en sus vidas no les han permitido continuar. Por tanto, con el cambio de hábitos en la vida del ser humano y en especial, en estudiantes como se menciona, se puede percibir un problema en el retorno a la convivencia, como puede ser el caso de la residencia universitaria de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay, ya que los estudiantes, al encontrarse afectados en su salud emocional y social, pueden generar conflictos en el tiempo de adaptación a esta nueva normalidad, afectando directamente a los hábitos de estudio que solían tener prepandemia. En consecuencia, para el presente estudio se han planteado las siguientes preguntas de investigación:

¿De qué manera han cambiado los hábitos de estudio en los estudiantes universitarios que conviven en una residencia en relación a sus hábitos prepandemia? ¿Cuáles son los hábitos de estudios de los estudiantes universitarios que conviven en una residencia al

retornar después de la pandemia? ¿En qué se diferencian los comportamientos de estudio pospandemia en relación a los prepandemia en los estudiantes universitarios que conviven en una residencia?

3. Objetivos de la Investigación

3.1. Objetivo general

Analizar los hábitos de estudio prepandemia y pospandemia en estudiantes que conviven en una residencia universitaria.

3.2. Objetivos específicos

Explorar los hábitos de estudio pospandemia de estudiantes que conviven en una residencia universitaria.

Determinar si existen cambios en los hábitos de estudio prepandemia y pospandemia de estudiantes que conviven en una residencia universitaria.

4. Justificación

Los buenos hábitos de estudio se reflejan en el rendimiento académico de los estudiantes, lo cual implica que éste ha logrado mantener un mismo horario y condiciones de estudio mejorando su conocimiento a través del auto-aprendizaje (Lezama y Galdámez, 2018). Por tanto, luego de una pandemia donde existieron muchos cambios en la vida del ser humano, es fundamental determinar si los hábitos de estudio de los estudiantes que conviven en una residencia universitaria también han cambiado y si esas variaciones pueden afectar a su rendimiento académico.

Desde un enfoque social y pedagógico, los principales beneficiarios de esta investigación son los estudiantes, ya que con los resultados obtenidos, la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay puede determinar acciones para mejorar la convivencia y los hábitos de estudio y, de esta manera, mejorar el rendimiento académico de los estudiantes. Esta investigación brindará una contribución

a la comunidad científica al desarrollar un proyecto con enfoque teórico que servirá como base para futuras investigaciones en temáticas similares.

5. Marco teórico

5.1. Hábitos de estudio

En el proceso enseñanza - aprendizaje, los hábitos de estudio se suelen utilizar como un método para alcanzar los conocimientos mediante el esfuerzo y la disciplina, para Herrera et al. (2021) el “hábito de estudio es aquella conducta para incorporar saberes a su estructura cognitiva, lo que va ocurriendo con la práctica continúa, hasta volverse frecuentes y convertirse en una costumbre en el proceder del estudiante para la realización de sus tareas” (p. 2866). Para formar un hábito García (2019) recomienda realizar las siguientes actividades: “establecer una rutina; supervisar que los horarios se cumplan; y destinar un lugar adecuado, silencioso y cómodo” (p. 77).

5.1.2. Organización y distribución del tiempo

Para adquirir buenos hábitos de estudio, es fundamental la organización y distribución del tiempo con el fin de cumplir con todas las actividades planteadas y así llegar a la meta definida por el estudiante. Frago (1997) considera que:

Un tiempo que es organizado y construido social y cultural-mente como tal tiempo específico, pero que, a la vez, es vivido no sólo por los profesores y los alumnos sino también por las familias y la comunidad en su conjunto, mediante su inserción y relaciones con el resto de los ritmos y tiempos sociales (p. 114).

La organización del tiempo permite al estudiante lograr un eficiente uso del tiempo, y con ello es posible evitar situaciones de ansiedad, agobio o preocupación al momento de enfrentarse a exámenes o tareas extensas y/o complejas; como lo afirma Marchena et al. (2009) “el propósito de programar no implica hacer al estudiante un esclavo de su propio tiempo” (p. 219).

Según la investigación de Villarreal (2013) la falta de organización y distribución del tiempo de estudio es una de las causas en la reprobación de materias, a la vez, menciona que, actualmente, los jóvenes en su tiempo libre prefieren usar las redes sociales, reunirse con amigos y ver televisión, siendo un mínimo porcentaje el grupo que lee, por lo que, para el éxito académico, dichas actividades son vanas y poco productivas.

Para alcanzar una buena organización del tiempo es necesario que el estudiante realice un horario realista donde se tome en cuenta la dificultad en cada asignatura de forma personal y consciente, ya que cada uno posee habilidades, capacidades y destrezas distintas; también se debe considerar el estudio en periodos separados para evitar el aburrimiento con pausas para descansar y contando con un plan de recreación (Ortega et al., 1997).

A raíz de la pandemia por Covid-19 y la educación en modalidad virtual, los estudiantes desde casa se vieron obligados a mantener una mejor organización sobre su tiempo (Calvo et al., 2020) debido a varios factores, entre ellos, el uso prolongado del computador, por ello, se sugiere tomar en cuenta los siguientes aspectos para una buena organización y distribución del tiempo del estudiante:

- Hacer una lista con todas las tareas que vas a realizar en este espacio de estudio, divídela en tareas más pequeñas y organízalas de la más difícil a la más fácil;
- Determina un tiempo para estudiar, la misma hora cada día y el mismo tiempo;
- Es recomendable estudiar de 30 minutos a 2 horas y hacerlo en la mañana ya que se está más descansado o en la noche por el silencio;
- Quitar todo lo que no esté relacionado con el espacio de estudio (Nonsoque, 2020, p. 12).

5.1.3. Estrés académico

El estrés académico definido por Valenzuela et al. (2021) es:

Como un proceso sistemático, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico; donde el estudiante se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio estudiante son consideradas estresantes, los cuales, provocan un desequilibrio, una situación estresante que se manifiesta en una serie de síntomas del desequilibrio, que obliga al estudiante a realizar acciones de afrontamiento (p. 2).

El estrés académico no es algo nuevo en los estudiantes del mundo actual, las actuales ocupaciones, desarrollo tecnológico y globalización han cambiado todos los aspectos de la vida del ser humano, además de la pandemia por covid-19 (Velázquez, 2020). Un estudiante con estrés académico puede acarrear consecuencias fatales. Para Palacios et al. (2020):

Muchos jóvenes universitarios presentan dificultades en sus hábitos de autorregulación de sus actividades, repercutiendo en un retraso irracional de sus actividades académicas donde se pospone voluntariamente una acción que se tenía la intención de realizarse, esto es procrastinación, que evidentemente afecta en aquellos comportamientos académicos óptimos, creencias de autoeficacia, bienestar psicológico, satisfacción académica y permanencia en los estudios, esto es denominado como *engagement* académico o compromiso académico (p. 46).

El estrés académico puede ser controlado mediante la implementación de buenos hábitos de estudio, en consecuencia, es posible evitar situaciones agobiantes relacionadas a la exigencia universitaria, evitando “la aparición de inquietud, agotamiento físico, insomnio, bajo rendimiento académico, motivación disminuida, ausentismo y deserción escolar” (Restrepo et al., 2020, pp. 27-28).

5.1.4. Técnicas de estudio personal

Las técnicas de estudio, desde la perspectiva de Jiménez et al. (2019) “corresponden a un conjunto de estrategias que permiten conseguir un fin, en este caso, el aprendizaje” (p. 52). Con un correcto uso de técnicas de estudio es posible que el estudiante pueda realizar todas las actividades académicas de forma sencilla y eficiente. Para Soto y Rocha (2020) “la educación es sostenible cuando es de calidad y se hace sostenible si en el proceso de adquisición de aprendizajes se aplicaron las técnicas de estudio y se formaron hábitos de estudio adecuados” (p. 441).

En forma concreta, Solano (2018) asegura que “las técnicas de estudio son un conjunto de herramientas, fundamentalmente lógicas, que ayudan a mejorar el rendimiento y ayudan el proceso de memorización y estudio” (pp. 77-78).

5.1.5. Hábitos de estudio en estudiantes universitarios

Como ya se ha mencionado, “los hábitos de estudio se encuentran influidos por una compleja interacción de procesos que incluyen el condicionamiento, las costumbres, la cultura y la motivación” (Nieto y Chalaco, 2021, p. 95); por tanto, un estudiante con buenos hábitos de estudio se encuentra motivado para el desarrollo de sus actividades académicas donde se eleva la posibilidad de éxito y, por ende, la deserción escolar disminuye considerablemente.

Un estudio de Grajales (2002) revela que los estudiantes universitarios no tienen buenos hábitos de estudio en lo que se refiere a cantidad y calidad de tiempo académico, sin embargo, cabe destacar la importancia de éstos ya que como lo indican Aguirre y Advíncula (2021) “son determinantes para que el estudiante logre un buen desempeño académico, debido a que el estudio constante y el aprendizaje permanentemente son fuertes reveladores del éxito académico” (p. 3).

5.1.6. Hábitos de estudio en relación con el rendimiento académico

La relación del rendimiento académico con los hábitos de estudio ha sido un tema evaluado por varios investigadores, donde Soto y Rocha (2020) afirman que “evidencian la asociación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico, donde los estudiantes que tienen adecuados hábitos de estudio poseen niveles altos de rendimiento académico y los que tienen inadecuados hábitos de estudio, bajo rendimiento académico” (p. 438). A la vez, Seder y Villalonga (2016) consideran que un buen hábito no es aquel que dedica gran cantidad de tiempo al estudio sino más bien la calidad de tiempo invertido.

5.1.7. El rol de la familia en los hábitos de estudio

La familia es fundamental para el desarrollo físico, psicológico, social, emocional y profesional de los estudiantes, es decir, es la base de la sociedad, y en relación con los hábitos de estudio no es la excepción. Cárdenas et al. (2009) afirman que “la familia es un ámbito de suma importancia ya que es en ella donde el joven aprende normas, habilidades y motivaciones que le proporcionan los elementos de su identidad personal” (p. 238).

La falta de un ambiente familiar puede conducir a los estudiantes a fomentar vicios como el consumo de alcohol y drogas, inducidos por la ausencia de comunicación, apoyo y apego. Un estudio de Alcívar et al. (2018) confirma que los estudiantes de hogares disfuncionales no tienen un buen rendimiento académico, ya que los padres de familia no revisan las tareas y no existe motivación para mejorar, además de la falta de compromiso e interés por el bien del estudiante.

5.2. Pospandemia, la nueva normalidad

La pandemia por covid-19 tuvo su inicio en Wuham, China en 2019 extendiéndose a todo el mundo. La nueva normalidad implica no retornar a una condición natural y

aspira a dos conceptos: centrarse en el cuidado de la salud y en generar transformaciones para evitar la pandemia (Lew y Herrera, 2020).

5.2.1. Efectos de la pandemia en estudiantes universitarios

La pandemia por covid-19 cambió la vida del ser humano en todos los aspectos, no obstante, en el sistema educativo ecuatoriano tuvo un giro jamás registrado al activar la modalidad virtual en todos los niveles educativos. A la vez, para evitar la propagación del virus, el gobierno central decidió tomar periodos de cuarentena y aislamiento, lo cual implicó que no existiera vida social. Los estudiantes universitarios fueron un grupo afectado por la pandemia, así como lo indican Cobo et al. (2020) quienes “reportan incrementos en síntomas de depresión, ansiedad, estrés postraumático, ideas suicidas y problemas de sueño” (p. 277). A la vez, Rosado et al. (2021) consideran que:

Los alumnos no están recibiendo una educación de calidad, el rigor y la exigencia se han visto seriamente afectadas tanto porque están recibiendo una educación mermada que dista mucho de ser la idónea, como debido a que las deficiencias de la infraestructura tecnológica del país provoca que sólo los que cuentan con recursos pueden acceder a un mejor equipo y conexión (pp. 5-6).

A la vez, en relación al campo académico, D’Amelio et al. (2020) aseguran que los estudiantes universitarios perdieron el interés por el estudio a causa de la presión de las instituciones por cubrir con todas las temáticas planificadas sin considerar la situación emocional de éstos; los autores también afirman que el sistema educativo como tal no se encontraba en condiciones de traspasar las clases a los hogares de forma tan repentina y abrupta.

5.2.2. El rendimiento académico y la deserción escolar en tiempos de pandemia

Debido a la pandemia y las restricciones impuestas por el Estado ecuatoriano, entre ellas, la educación en modalidad virtual, los estudiantes se enfrentaron a varias

problemáticas tal como la falta de equipos tecnológicos y el remoto o nulo acceso a Internet, lo cual evidenció las brechas sociales, económicas y digitales de cierta parte de la población. Pachay y Rodríguez (2021) señalan que los estudiantes que habitan en las zonas rurales fueron los más afectados ya que no cuentan con los instrumentos mencionados, razón por la cual los docentes tuvieron que aplicar otro tipo de estrategias como el ir personalmente casa por casa para que se cumpla con el proceso enseñanza - aprendizaje.

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos de los docentes, el índice de deserción escolar se incrementó en tiempos de pandemia, así como lo afirma el estudio de Calderón (2021) quien asegura que “la situación económica, el apoyo y compañía de los padres, son factor determinante para acceder o no al nuevo sistema de educación virtual” (p. 6). La modalidad virtual obligatoria se mantuvo hasta febrero de 2022, según datos de la UNICEF (2021) “en Ecuador, alrededor de 90.000 estudiantes ya están fuera del sistema educativo” (párr. 2). Gómez et al. (2022) afirman que

La falta del recurso económico es la principal causa de deserción escolar, esto es así ya que sin este medio las familias que se encuentran en las comunidades rurales no pueden acceder a la instrumentaría tecnológica adecuada y por ende tampoco a las clases virtuales, forzando así a muchos padres de familia a tomar la decisión de que sus hijos abandonen la educación, creando como consecuencia el aumento de índice de trabajo infantil (p. 1731).

A la vez, Picardo et al. (2020) investigaron sobre los efectos de la pandemia en el rendimiento académico de los estudiantes, donde concluyen que durante ese periodo, se aprendió menos que en las clases presenciales, también afirman que el rendimiento académico disminuyó debido que las instituciones educativas no se encontraban preparadas para asumir este reto.

5.2.3. El rol de la familia en los hábitos de estudio en pandemia

La familia, considerada como la base de la sociedad, implica su efecto en todas las actividades de sus miembros, así como lo expresan Chaves y Guerrero (2021):

La familia se constituye en un refugio, inicialmente, porque permite la expresión libre de sentimientos de angustia y preocupación, siendo un recurso fundamental de afrontamiento y soporte emocional, lo que fomenta procesos de autorregulación y autocontrol; adicionalmente, puede facilitar habilidades y valores de solidaridad, empatía, responsabilidad y compromiso (párr. 4).

Por tanto, fue inevitable que los hábitos en general cambien significativamente durante el confinamiento, entre ellos, los de estudio, situación que fue compleja entre los miembros de la familia por la distribución de equipos, lugares de estudio y tiempo de uso. Es por ello, que el rol de la familia fue fundamental en la adquisición de nuevos hábitos o hábitos temporales durante la cuarentena y las clases virtuales. Pérez (como se citó en Rodas, 2020) sugiere “que los padres fijen reglas de uso, como el tiempo de conexión específico, momentos del día para conectarse, páginas permitidas, establecer controles parentales en los dispositivos y aclarar junto con los niños qué tipos de programas son adecuados para ellos” (p. 20).

6. Metodología

6.1. Método de investigación

La presente investigación se plantea desde un enfoque cuantitativo debido a la naturaleza de los objetivos, los cuales se pretenden cumplir a través de una investigación de campo. Mediante este enfoque se determinaron los cambios suscitados en los hábitos de estudio antes y después de la pandemia.

La investigación se define como exploratoria ya que se estudió una temática nueva en relación a que una pandemia no se ha experimentado en los últimos cien años, por lo

que no hay precedentes en las consecuencias en el campo educativo ni en los nuevos hábitos de las personas. A la vez, la investigación es de tipo descriptiva ya que como lo expresa Namakforoosh (2000) “es un tipo de estudio para saber quién, dónde, cuándo, cómo y por qué del sujeto” (p. 91).

El nivel de investigación es descriptivo, así como lo define Arias (2006): “consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento” (p. 24), por lo que, en el presente estudio se busca determinar los hábitos de estudio de los estudiantes y las variaciones de éste pospandemia. Para llevar a cabo la investigación, se han determinado los tipos de investigación de campo aplicada a los estudiantes y docentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay y bibliográfica para sustentar de forma teórica el estudio.

6.2. Población, muestreo y muestra

Para delimitar la población de esta investigación se han considerado dos universos, el primero corresponde a los estudiantes que han ocupado la residencia universitaria de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay antes y después de la pandemia, los cuales suman 361. Debido al número de estudiantes se ha procedido a tomar una muestra probabilística aleatoria simple con base en la siguiente ecuación:

$$n = \frac{N * \delta^2 * z^2}{(N - 1) * e^2 + \delta^2 * z^2}$$

Donde: n = tamaño de la muestra; N = población; δ = varianza (0,5); z = nivel de confianza 95% (1,96); e = error (4%). Reemplazando los datos, se obtiene:

$$n = \frac{361 * 0.5^2 * 1.96^2}{(360 - 1) * 0.04^2 + 1.96^2 * 0.5^2}$$

$$n = 225.66$$

Por tanto, se considera una muestra de 226 estudiantes pertenecientes a la residencia universitaria.

El segundo universo corresponde a los docentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay. La muestra, de forma no probabilística intencional, contempla un número de 44 docentes que cumplan con la condición indicada a continuación.

Tabla 1

Población y muestra

Indicador	Población	Muestra
Docentes	63	44
Estudiantes	361	226
Total	478	220

6.3. Criterios de inclusión y exclusión

Para la elección de los estudiantes que formaron parte del grupo de estudio de la presente investigación, se determinó aplicar el instrumento definido a 40 estudiantes de cada escuela, las cuales son: Ciencias Biológicas e Ingeniería, Ciencias Físicas y Nanotecnología, Ciencias Matemáticas y Computacionales y Ciencias Químicas e Ingeniería. A la vez, se consideraron a estudiantes de quinto nivel en adelante debido a que han permanecido con anterioridad en la residencia universitaria y con ellos es posible determinar si cambiaron o no los hábitos de estudio pospandemia.

En la elección de docentes se han estimado a quienes cuya experiencia laboral en el centro educativo supere los tres años, ya que es necesario que hayan compartido clases con los estudiantes pre y pospandemia para cumplir con los objetivos planteados.

6.4. Operacionalización de las variables

Tabla 2

Operacionalización de variables

Variable	Dimensión	Indicador	Técnica	Fuente de información	Escala
Hábitos de estudio	Forma de estudio	Subrayado Memorización Resumen Repaso Interés	Encuesta	Estudiantes	Sí - No
	Forma de resolución de tareas	Horario Ayuda Finalización Dificultad Honestidad	Encuesta	Estudiantes	Sí - No
	Forma de recibir la clase	Apuntes Uso de teléfono Orden Atención	Encuesta	Estudiantes	Sí - No
		Visualización de hábitos de estudio	Encuesta	Docentes	Muy Alto Alto Medio Bajo Nulo
	Zona de preparación para evaluación	Tiempo Anticipación Anotaciones Seguridad Memoria	Encuesta	Estudiantes	Sí - No
Efectos pospandemia	Nuevos hábitos de	Cambios	Encuesta	Estudiantes	Muy Alto Alto Medio Bajo

	estudio				Nulo
				Docentes	Sí - No
		Tiempo de estudio	Encuesta	Estudiantes	Muy Alto Alto Medio Bajo Nulo
		Nivel de exigencia	Encuesta	Estudiantes	Muy Alto Alto Medio Bajo Nulo
				Docentes	Sí - No
		Horarios	Encuesta	Estudiantes	Muy Alto Alto Medio Bajo Nulo
		Conflictos	Encuesta	Estudiantes	Muy Alto Alto Medio Bajo Nulo
		Rendimiento académico	Encuesta	Docentes	Sí - No

6.5. Técnicas e instrumentos de investigación

La técnica de investigación que conllevó al cumplimiento de los objetivos planteados fue la encuesta mediante el cuestionario de preguntas cerradas como instrumento de recolección de datos (Arias, 2006). En el cuestionario dirigido a estudiantes seis interrogantes fueron diseñadas de forma estructurada bajo el criterio de la escala de Likert y cuatro preguntas dicotómicas (Hernández, 2006). En el cuestionario aplicado al personal docente estuvo conformado por tres preguntas dicotómicas y dos en la escala

de Likert. Se presentó con un formato específico descrito en el Anexo 1 y 2. El instrumento fue validado bajo el criterio de validez de expertos, en este caso 3 expertos en el área educativa.

6.6. Procedimiento

Para dar cumplimiento a los objetivos de la presente investigación se procedió a realizar el siguiente procedimiento metodológico: Se aplicó la encuesta dirigida a estudiantes de la residencia universitaria de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay mediante un formulario de Google vía correo institucional, la recolección de datos se realizó en cuatro días. Posteriormente, se realizó la encuesta a docentes de la Institución Superior, de igual manera se compartió un enlace con un formulario de Google por el correo institucional, dicha recolección de datos se efectuó en dos días.

6.7. Aspectos éticos

El presente estudio se basa en principios bioéticos que permitieron el desarrollo de la investigación. Para ello, se contó con la autorización expresa por escrito de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay para la aplicación del instrumento al grupo de estudio. A la vez, con el fin de salvaguardar los datos personales de los estudiantes y lograr la obtención de datos confiables, la encuesta fue anónima.

6.8. Análisis de datos e información

En análisis de datos de la encuesta dirigida a los estudiantes de la residencia universitaria se realizó mediante el programa SPSS, con el cual se obtuvieron datos estadísticos para una mejor visualización de los resultados y posterior discusión, acorde al criterio de Hernández (2006).

7. Resultados

7.1. Resultados de la encuesta aplicada a los docentes

Para conocer sobre los antiguos y nuevos hábitos de estudio de los residentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay, se procedió a aplicar el instrumento de investigación definido para este grupo de estudio donde se obtuvo los siguientes resultados:

Datos informativos

Se ha solicitado al grupo de estudio indicar en qué semestre se encuentra, la escuela a la que pertenece y el tiempo de estadía en la residencia universitaria, los resultados se muestran en las siguientes tablas:

Tabla 1

Semestre al que pertenece

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Quinto	54	23.9 %
Sexto	31	13.7 %
Séptimo	46	20.4 %
Octavo	44	19.5 %
Noveno	42	18.6 %
Décimo	9	4 %
Total	226	100 %

Tabla 2

Escuela a la que pertenece

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Ciencias Biológicas e Ingeniería	59	26.1 %
Ciencias Físicas y Nanotecnología	49	21.7 %
Ciencias Matemáticas y Computacionales	41	18.1 %

Ciencias Químicas e Ingeniería	41	18.1 %
Otra	36	15.9 %
Total	226	100 %

Tabla 3

Tiempo de estadía en la residencia universitaria

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Menos de un año	96	42.5 %
Un año	22	9.7 %
Dos años	17	7.5 %
Más de dos años	91	40.3 %
Total	226	100%

Datos relevantes a la investigación

Se consideró preguntar a los estudiantes sobre cuatro puntos que determinan si tienen hábitos de estudio, los cuales fueron: forma de estudio, forma de resolución de problemas, forma de recibir la clase y forma de preparación para una evaluación, los resultados a continuación:

Tabla 4

Forma de estudio

Indicador	Sí		No	
Subrayo lo más importante	142	63 %	84	37 %
Trato de memorizar el contenido	134	59 %	92	41 %
Realizo resúmenes con mis palabras	176	78 %	50	22 %
Repaso lo que estudio	186	82 %	40	18 %
No estudio solo para el examen	117	52 %	109	48 %
Total	755	67 %	375	33 %

Tabla 5

Forma de resolución de tareas

Indicador	Sí		No	
Dispongo de un horario fijo para realizar las tareas	53	23 %	173	77 %
Pido ayuda para resolver las tareas	132	58 %	94	42 %
Resuelvo completamente una tarea antes de empezar otra	120	53 %	106	47 %
Empiezo por la tarea con más dificultad	129	57 %	97	43 %
Completo las tareas en casa y no en clases	146	65 %	80	35 %
Total	580	51 %	550	49 %

Tabla 6

Forma de recibir la clase

Indicador	Sí		No	
Tomo apuntes extras de lo que dice el profesor	179	79 %	47	21 %
No uso el teléfono mientras recibo las clases	128	57 %	98	43 %
Después de clase ordeno mis apuntes	67	30 %	159	70 %
Solo tomo apuntes de lo más importante	165	73 %	61	27 %
Atiendo más a la clase que a mis compañeros	194	86 %	32	14 %
Total	733	65 %	397	35 %

Tabla 7

Forma de preparación para evaluación

Indicador	Sí		No	
Estudio al menos dos horas diarias	110	49 %	116	51 %
Estudio con anticipación a la fecha fija para el examen	181	80 %	45	20 %
Realizo anotaciones de lo más importante	203	90 %	23	10 %
Me presento al examen completamente	113	50 %	113	50 %

seguro				
Durante la evaluación recuerdo todo lo estudiado	102	45 %	124	55 %
Total	709	63 %	421	37 %

Luego de determinar las características sobre los hábitos de estudio que tienen los residentes universitarios, se procedió a preguntar el criterio personal sobre los cambios que generó la pandemia y cómo ha sido su proceso de adaptación a la residencia con los efectos generados de la cuarentena, cuyos resultados son los siguientes:

Nivel de cambio de los hábitos de estudio al regresar a la residencia universitaria pospandemia

Tabla 8

Cambios en los hábitos de estudio

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	38	16.8 %
Alto	73	32.3 %
Medio	79	35 %
Bajo	29	12.8 %
Nulo	7	3.1 %
Total	226	100 %

Nivel de disminución de horas de estudio luego de la pandemia

Tabla 9

Disminución de horas de estudio pospandemia

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	25	11.1 %
Alto	59	26.1 %
Medio	65	28.8 %
Bajo	52	23 %

Nulo	25	11.1 %
Total	226	100 %

Nivel de exigencia de estudio pospandemia

Tabla 10

Disminución del nivel de exigencia

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	17	7.5 %
Alto	38	16.8 %
Medio	69	30.5 %
Bajo	53	23.5%
Nulo	49	21.7 %
Total	226	100 %

Fijación de horarios de estudio al regreso a la residencia universitaria

Tabla 11

Horarios fijos de estudio

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	6	2.7 %
Alto	26	11.5 %
Medio	86	38.1 %
Bajo	63	27.9 %
Nulo	45	19.9 %
Total	226	100 %

Afectación de los hábitos de estudio debido a conflictos entre compañeros al regreso a la residencia universitaria

Tabla 12

Aumento de conflictos entre compañeros pospandemia

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	19	8.4 %
Alto	36	15.9 %
Medio	37	16.4 %
Bajo	58	25.7 %
Nulo	76	33.6 %
Total	226	100 %

Nivel de afectación de los hábitos de estudio después de la pandemia

Tabla 13

Afectación de hábitos de estudio pospandemia

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	87	38.5 %
Alto	71	31.4 %
Medio	47	20.8 %
Bajo	17	7.5 %
Nulo	4	1.8 %
Total	226	100 %

7.2. Resultados de la encuesta a docentes

La aplicación de la encuesta a docentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay tuvo como objetivo conocer su percepción sobre los cambios de hábitos de estudio de los residentes producidos a causa de la pandemia. Se consideró preguntar a los docentes sobre el tiempo que llevan laborando en la Universidad con el fin de determinar el tiempo de conocer a los residentes universitarios y sus hábitos de estudio. A continuación los resultados:

Datos informativos

Tabla 14

Tiempo laboral en la Universidad

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
3 años	19	43.2 %
3 a 4 años	1	2.3 %
4 a 5 años	9	20.5 %
Más de 5 años	15	34.1 %
Total	44	100 %

Datos relevantes a la investigación

Los docentes universitarios han observado los efectos de la pandemia en los residentes. Para dar cumplimiento a los objetivos de la investigación se cuestionó sobre los cambios que han notado en los hábitos de estudios, los resultados son los siguientes:

Nivel de buenos hábitos de estudio de sus estudiantes

Tabla 15

Hábitos de estudio de residentes

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	0	0 %
Alto	6	13.6 %
Medio	21	47.7 %
Bajo	17	38.6
Nulo	0	0 %
Total	44	100 %

Criterio sobre la afectación de la pandemia y la cuarentena a los hábitos de estudio de los residentes

Tabla 16

Disminución de hábitos de estudio por pandemia

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
-----------	------------	------------

Sí	44	100 %
No	0	0 %
Total	44	100 %

Nivel de cambio de los hábitos de estudio al regreso pospandemia a la residencia universitaria

Tabla 17

Criterio sobre cambios en hábitos pospandemia

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Muy alto	11	25 %
Alto	16	36.4 %
Medio	14	31.8 %
Bajo	3	6.8 %
Nulo	0	0 %
Total	44	100 %

Disminución del rendimiento académico de los estudiantes pospandemia

Tabla 18

Disminución de rendimiento académico de residentes

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
Sí	42	95.5 %
No	2	4.5 %
Total	44	100 %

Disminución de la exigencia académica a los estudiantes pospandemia

Tabla 19

Disminución de exigencia académica según docentes

Indicador	Frecuencia	Porcentaje
------------------	-------------------	-------------------

Sí	28	63.6 %
No	16	36.4 %
Total	44	100 %

8. Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo central analizar los hábitos de estudio prepandemia y pospandemia en estudiantes que conviven en la residencia de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay, para ello, se exploraron los hábitos prepandemia y pospandemia de los estudiantes para determinar los cambios surgidos. Debido a la naturaleza de los objetivos, la investigación no consideró hipótesis.

En relación al grupo de estudiantes investigados, dentro de los datos informativos se puede afirmar que se encuentran distribuidos entre quinto y noveno semestre, siendo los de décimo el grupo minoritario, los mismos que pertenecen a distintas escuelas y la mayoría tiene un tiempo de permanencia en la residencia universitaria mayor a un año.

La primera parte de la encuesta se centró en determinar si los estudiantes de la residencia universitaria tienen hábitos de estudio actualmente, por lo que se consultó sobre las formas de estudio donde lo más relevante es que la mayoría de estudiantes tiene hábitos sobre su forma de estudio, dichos resultados se asemejan al estudio de Agurto (2017) donde el 74 % de estudiantes mantienen formas de estudio similares.

Con respecto a la resolución de tareas, la mitad de los estudiantes mantienen hábitos frecuentes excepto en disponer de un horario fijo para realizarlas; según la investigación de Bonetti (2020) afirma que los denominados *millennials* “les cuesta adaptarse a esquemas de organización vertical, estructuras rígidas, horarios fijos, les preocupa el hoy y ahora” (p. 2). A la vez, Plasencia (2022) asegura que los estudiantes universitarios,

por lo general, no mantienen un horario fijo y definido y que la mayoría de tareas las realizan los fines de semana.

En cuanto a la manera de recibir las clases, la mayoría mantiene el orden, toma apuntes y no usa el teléfono, no obstante, en el caso del celular, Cuba (2016) considera que los estudiantes de esta nueva realidad usan el teléfono de forma descontrolada, lo cual “afectaría en cierto modo su rendimiento académico, la concentración para el estudio y la atención en las clases” (p. 11).

Por último, respecto a la preparación para los exámenes, de igual manera, la mayoría de estudiantes residentes mantiene ciertos hábitos de organización para rendir una evaluación. Casari et al. (2014) indican que los universitarios sufren de ansiedad previo a dar un examen, por lo que, entre las estrategias mencionadas, los hábitos de estudio son fundamentales para disminuir esta afectación. A la vez, Alonso y Lobato (2004) aseguran que el no mantener preparación previa a los exámenes puede representar un fracaso en los estudios.

La segunda parte de la encuesta consistió en conocer los cambios que han surgido luego de la pandemia en relación a los hábitos de estudio según el criterio de los residentes universitarios, donde la mayoría considera que los cambios han sido muy significativos, afirman que han disminuido las horas de estudio, no se han fijado horarios de estudio, el nivel de exigencia académica se ha reducido al regreso a las clases presenciales. Sin embargo, los estudiantes indican que no ha existido mayores conflictos entre compañeros de la residencia a pesar de las afectaciones psicológicas, sociales y emocionales que contrajo la pandemia y la cuarentena.

En consecuencia, al ser esta investigación de tipo exploratoria, la literatura científica no proporciona datos para realizar comparaciones con los resultados obtenidos, por lo que, considerando las respuestas de los estudiantes universitarios residentes, los hábitos

de estudio sí han cambiado a causa de la pandemia, lo que es posible corroborar con la calidad educativa luego de las clases virtuales, la cual ha disminuido significativamente como lo corroboran los estudios de Bravo (2021), Gómez y Escobar (2021) y Marrufo et al. (2022).

El segundo grupo de estudio corresponde a los docentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay, quienes laboran más de tres años en la Institución de educación superior, lo que los faculta en su capacidad de responder acerca de los hábitos de estudio de los residentes antes y después de la pandemia por covid -19.

Entre los resultados más relevantes, los docentes indicaron que los estudiantes no tienen buenos hábitos de estudio, lo cual se comprueba con la encuesta anteriormente analizada donde un poco más de la mitad aseguran mantener formas de estudio, de clases y de evaluaciones regulares con tiempos fijos. Además, los docentes aseguran que debido a la pandemia, los estudiantes disminuyeron los buenos hábitos de estudio adquiridos a causa de la pandemia, por lo que se puede considerar que han cambiado en un alto nivel.

Sobre el rendimiento académico, los docentes afirman que ha decrecido al regreso a la residencia universitaria pospandemia. Finalmente, también aseguran que ya no existe la misma exigencia académica al regreso a las clases presenciales, así como lo indica la investigación de Rosario et al. (2020), donde expresan “que la exigencia académica no ha sido la misma que antes de la pandemia por COVID-19” (p. 180).

Con los resultados obtenidos, analizados y discutidos, es posible que, a través del presente estudio se implemente un plan de fomento de hábitos de estudio en los residentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay con el fin de recuperar el nivel académico pospandemia.

Como fortalezas del estudio cabe destacar la predisposición de las autoridades de la Universidad para la realización de la investigación de campo, donde fue permitido encuestar tanto a docentes y estudiantes según las muestras definidas con el objetivo de que los resultados sean un punto de partida para los encargados del bienestar físico, social y emocional de los estudiantes y de esta manera mejorar su calidad de vida.

9. Conclusiones

La pandemia por covid-19 cambió muchos aspectos en la vida del ser humano, incluido el campo educativo donde las clases en modalidad virtual generaron una serie de variaciones tanto en la vida familiar como social. Los estudiantes residentes de la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay tuvieron que abandonar el campus para regresar a sus casas donde se vivieron muchas complicaciones como económicas, sociales y digitales. La salud emocional se vio afectada debido a la cuarentena, motivo por el cual, al regresar a la modalidad presencial y a la residencia universitaria, sus efectos se visibilizaron en el cambio de sus hábitos de estudio, en la disminución del rendimiento académico y la baja exigencia por parte del cuerpo docente. En consecuencia, a través de los resultados obtenidos se puede concluir que los hábitos de estudio han cambiado a causa de la pandemia por covid-19 en los estudiantes de la residencia universitaria.

10. Recomendaciones

Se recomienda a futuros investigadores tomar como base esta investigación de tipo exploratoria para realizar un estudio comparativo con diferentes grupos de estudio a nivel internacional con el fin de que se genere una hipótesis y posterior tesis sobre los cambios y efectos de la pandemia en los estudiantes no sólo en los hábitos de estudio sino también se sugiere la ampliación de temáticas. Se recomienda también el uso de la

presente investigación en la Universidad de Investigación de Tecnología Experimental Yachay para planificar estrategias que promuevan la adaptación de hábitos de estudio.

11. Referencias

Acuerdo Nro. MINEDUC-MINEDUC-2020-00038-A, (2020). Normativa para regular

la implementación de la educación abierta en el sistema nacional de educación.

<https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/07/MINEDUC-MINEDUC-2020-00038-A.pdf>

Aguirre, S. D. T., & Advíncula, S. G. T. (2021). Hábitos de estudio y aprendizaje autorregulado en estudiantes universitarios. *Educa UMCH, 17 (Revista Educa UMCH N°17 2021 (enero-junio))*, 4.

Agurto, S. P. (2017). *Hábitos de estudio en estudiantes de tercer grado de educación secundaria del colegio de alto rendimiento de Piura durante el año escolar 2016* [Tesis]. Universidad de Piura.

Alcívar-Villamarín, E. J., Cedeño-Villapardo, J., & Cano-Gordillo, C. (2018). La familia y los hábitos de estudio en los y las estudiantes de la escuela Loja, del Cantón 24 de mayo. *Polo del Conocimiento, 3(10)*, 75-93.

Alonso Martín, P., & Lobato Soriano, H. (2004). Elementos que influyen en el fracaso universitario: Un estudio descriptivo. *Revista española de orientación y psicopedagogía, 15(2)*, 3-79.

Alva, M. L. C. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y representaciones, 5(1)*, 71-127.

Amaya, A., Mariño, V., Nuñez, I., Rubio, V., & Méndez, S. (2021, noviembre 18). Factores asociados al surgimiento de la idea de desvinculación de estudios superiores durante la pandemia. *Congresos CLABES*. Congreso

Latinoamericano sobre el abandono en la Educación Superior.

<https://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/3364>

Bischoff Rodríguez, I. F., & Torres Cuervo, L. M. (2020). *Causas y efectos de la pandemia en la economía colombiana* [Universidad Católica de Colombia].

<https://repository.ucatolica.edu.co/handle/10983/24632>

Bonetti, O. (2020). Algunos retos a la educación superior universitaria: Enseñar a nuevas generaciones ¿‘millennials’ y ‘centennials’?. *Revista Methodo Investigación Aplicada a las Ciencias Biológicas*, 5(1), 1-3.

[https://doi.org/10.22529/me.2020.5\(1\)02](https://doi.org/10.22529/me.2020.5(1)02)

Bravo, M. P. C. (2021). Retos de la Investigación Educativa tras la pandemia COVID-19. *Revista de Investigación Educativa*, 39(2), 219-233.

<https://doi.org/10.6018/rie.469871>

Calderón Ruiz, L. E. (2021). *Factores de riesgo de deserción escolar durante la pandemia (Covid-19) en la Unidad Educativa «12 de Noviembre» del cantón Pillaro*. [Tesis, Universidad Técnica de Ambato].

<https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/33753>

Calvo, S. T., Cervi, L., Tusa, F., & Parola, A. (2020). Educación en tiempos de pandemia: Reflexiones de alumnos y profesores sobre la enseñanza virtual universitaria en España, Italia y Ecuador. *Revista Latina de Comunicación Social*, 78, 1-21.

Cárdenas, V. A., Rodríguez, A. S., Cabrera, N. C., & Rentería, L. J. (2009). Hábitos de estudio, ambiente familiar y su relación con el consumo de drogas en estudiantes.

Psicología y Salud, 19(2), 237-245. <https://doi.org/10.25009/pys.v19i2.633>

- Casari, L. M., Anglada, J., & Daher, C. (2014). Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología (PUCP)*, 32(2), 243-269.
- Chaves López, D., & Guerrero Buchely, A. G. (2021, abril 19). El autocuidado y la familia como factor protector en tiempos de pandemia. *Udenar Periódico*.
<https://periodico.udenar.edu.co/autocuidado-la-familia-factor-protector-tiempos-pandemia/>
- Cobo-Rendón, R., Vega-Valenzuela, A., & García-Álvarez, D. (2020). Consideraciones institucionales sobre la Salud Mental en estudiantes universitarios durante la pandemia de Covid-19. *CienciAmérica*, 9(2), 277-284.
<https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.322>
- Consejero, M., Ortega, H., García, R., Guzmán, N., Cuevas, A., Villagrán, A., & Hoyos, A. (2009). Organización del tiempo. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 14(1), 219-220.
- Cuba Alvarado, C. P. (2016). *Uso de los celulares con internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios* [Universidad de Lima].
<https://doi.org/10.26439/ulima.tesis/4761>
- D'Amelio, A. G., Nardechia, L., & Tari, J. G. (2020). *Burnout y coronavirus: Los efectos de la pandemia en estudiantes universitarios*.
<https://rdu.unc.edu.ar/handle/11086/16946>
- Frago, A. V. (1997). La distribución del tiempo y del trabajo en la enseñanza primaria en España (1900-1936). *Historia de la educación: Revista interuniversitaria*, 16, 113-131.

- García Sevilla, S. (2021). *Los cambios en los hábitos de ocio durante la crisis del covid 19 y la opinión de los estudiantes sobre la docencia online* [Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/51402>
- García, Z. G. (2019). Hábitos de estudio y rendimiento académico. *Boletín Redipe*, 8(10), 75-88.
- Gómez, M. S. R., Chilán, R. R. A., Lainez, L. L. D. la R., Pacheco, A. D. R., & Jiménez, J. del C. R. (2022). Influencia de factores determinantes en la deserción escolar en tiempo de pandemia. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(2), 1731-1747. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i2.1988
- Gómez-Arteta, I., & Escobar-Mamani, F. (2021). Educación virtual en tiempos de pandemia: Incremento de la desigualdad social en el Perú. *Revista Chakiñan de Ciencias Sociales y Humanidades*, 15, 152-165. <https://doi.org/10.37135/chk.002.15.10>
- Grajales, T. (2002). Hábitos de estudio de estudiantes universitarios. *Centro de Investigación Educativa*, 1(1), 1-22.
- Herrera-Robaina, Y. C., Álvarez-Pérez, Y., Ribalta-García, E., Ríos-Medina, J. R., & Pérez-Castellá, Y. de la C. (2021). Hábitos de estudio y educación a distancia en estudiantes de ciencias médicas en tiempos de COVID-19. *Revista Electrónica Dr. Zoilo E. Marinello Vidaurreta*, 46(5), e2866.
- Jiménez Reyes, A., Molina, L., & Lara, M. (2019). Asociación entre motivación y hábitos de estudio en educación superior. *Revista de psicología y educación*, 14(1), 52-62. <https://doi.org/10.23923/rpye2019.01.171>
- Lew, D., & Herrera, F. (2020). Normalidad post-pandemia: ¿una nueva normalidad socio-ambiental o adiós a la normalidad? *Observador del conocimiento*, 5(2), 144-167.

- Lezama, O. B. P., & Galdámez, N. J. A. (2017). Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Innovare: Revista de ciencia y tecnología*, 6(2), 19-34. <https://doi.org/10.5377/innovare.v6i2.5569>
- Manzo, A. D. M., Herrería, M. E. E., & Lima, P. A. M. (2021). La educación superior en tiempos de pandemia y su realidad en el Ecuador. *Revista Conrado*, 17(S2), 421-430.
- Marrufo, H. R. M., Valladares, G. M. M., Gonzales-Sánchez, A. del C., Marrufo, C. E. M., & Aguilar, C. P. T. (2022). Incidencia de la gestión directiva en la calidad educativa en tiempos de pandemia por el COVID-19. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 6(23), 659-668. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i23.366>
- Namakforoosh, M. N. (2000). *Metodología de la investigación*. Editorial Limusa.
- Nieto, R. M. S., & Chalaco, L. F. C. (2021). Hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje en estudiantes universitarios. *INNOVA Research Journal*, 6(3), 8.
- Nonsoque, D. (2020). *Organización de tiempo para espacios académicos*. Universidad Santo Tomás. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/24054>
- Ortega Vázquez, S. B., Torres Wilches, W. del C., & Torres Wilches, M. I. (1997). *Influencia de los métodos y técnicas de estudio, la organización del tiempo libre y las distracciones en el cumplimiento de las tareas escolares y calificaciones quimestrales del ciclo básico en castellano y matemáticas de los colegios experimentales Luis Cordero y Juan Bautista Vázquez de la ciudad de Azogues, durante el año lectivo 1996-1997* [Universidad Técnica Particular de Loja]. <http://dspace.utpl.edu.ec/jspui/handle/20.500.11962/22674>

- Pachay-López, M. J., & Rodríguez-Gámez, M. (2021). La deserción escolar: Una perspectiva compleja en tiempos de pandemia. *Polo del Conocimiento*, 6(1), 130-155. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i1.2129>
- Palacios-Garay, J., Hilario, F. B., Peña, P. G. B., & Carrillo, T. C. (2020). Procrastinación y estrés en el engagement académico en universitarios. *Revista Multi-Ensayos*, 45-53. <https://doi.org/10.5377/multiensayos.v0i0.9336>
- Picardo Joao, O., Ábrego, A. M., & Cuchillac, V. (2020). *Educación y la COVID-19: Estudio de factores asociados con el rendimiento académico online en tiempos de pandemia (caso El Salvador)* [Universidad Francisco Gavidia]. <https://ri.ufg.edu.sv/jspui/handle/11592/9645>
- Plasencia Esquivel, C. G. (2022). *Capacitación para el equipo de colaboradores del Área Comercial de la Universidad de Piura*. Universidad de Piura. Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales. Programa Académico de Administración de Empresas. <https://pirhua.udep.edu.pe/handle/11042/5380>
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Institución Universitaria de Envigado*, 14(24), 23-47.
- Rodas Aguirre, M. (2020). *Diseño y elaboración de material interactivo con pautas para apoyar a padres de familia, en su nuevo rol durante la pandemia del COVID-19* [Universidad San Francisco de Quito]. <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/10114>
- Rosado, E., Carlos, J., & Ponce, M. (2021, noviembre 17). *Efectos de la pandemia del Covid-19 en el aprendizaje y situación emocional de estudiantes universitarios mexicanos*. XVI Congreso Nacional de investigación educativa.
- Rosario-Rodríguez, A., González-Rivera, J. A., Cruz-Santos, A., & Rodríguez-Ríos, L. (2020). Demandas tecnológicas, académicas y psicológicas en estudiantes

- universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Caribeña de Psicología*, 4(2), 176-185.
- Seder, A. C., & Villalonga, H. B. (2016). Importancia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico del adolescente: Diferencias por género. *Education Siglo XXI*, 34(1 Marzo), 157-172. <https://doi.org/10.6018/j/253261>
- Solano, R. B. (2018). Programa educativo de técnicas y hábitos de estudio para lograr aprendizajes sustentables en estudiantes de nuevo ingreso al nivel superior. *Revista Iberoamericana de Educación*, 76(2), 73-94.
- Soto, W., & Rocha, N. (2020). Hábitos de estudio: Factor crucial para el buen rendimiento académico. *Revista Innova Educación*, 2(3), 431-445. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.03.004>
- Torres Espinoza, G. (2021). *Hábitos de estudio en pandemia para mejorar el rendimiento académico en el área de matemática de la U.E. Ismael Pérez Pazmiño, cantón Naranjito – Ecuador, 2021* [Posgrado]. Universidad César Vallejo.
- Torres Narváez, M. R., Tolosa Guzmán, I., Urrea González, M. D. C., & Monsalve Robayo, A. M. (2009). Hábitos de estudio vs. Fracaso académico. *Revista Educación*, 33(2), 15. <https://doi.org/10.15517/revedu.v33i2.502>
- UNESCO. (2020, abril 9). La UNESCO monitorea las respuestas de América Latina y el Caribe ante la emergencia educativa. *Diario El America*. <https://elamerica.cl/2020/04/08/la-unesco-monitorea-las-respuestas-de-america-latina-y-el-caribe-ante-la-emergencia-educativa/>
- UNICEF. (2020). *Encuesta de percepción y actitudes de la población. Impacto de la pandemia COVID-19 y las medidas adoptadas por el gobierno sobre la vida cotidiana* (Informe sectorial de Educación Primera edición; p. 22).

UNICEF. (2021, febrero 21). *Los niños no pueden seguir sin ir a la escuela, afirma*

UNICEF. UNICEF Ecuador. <https://www.unicef.org/ecuador/comunicados-prensa/los-ni%C3%B1os-no-pueden-seguir-sin-ir-la-escuela-afirma-unicef>

Valenzuela, M. C. S., Gallegos, L. I. F., Baca, L. R. L., López, H. L. M., & Rico, F. J. F.

(2021). Estrés académico en universitarios y la práctica de ejercicio físico-deportivo. *Revista Publicando*, 8(28), 1-8.

Velázquez, L. G. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios asociado a la

pandemia por COVID-19. *Espacio I+D, Innovación más desarrollo*, 9(25), 158-179. <https://doi.org/10.31644/IMASD.25.2020.a10>

Vera, L. A. B. (2020). *Emociones cautivas durante el confinamiento: Miedo, frustración, enojo* (1ra. edición). AnthroPiQa 2.0.

Villarreal Montoya, M. (2013). *La organización del tiempo del estudiante y cómo*

influye en la reprobación de la Unidad de Aprendizaje Tecnología de la Información y Comunicación I [Másters, Universidad Autónoma de Nuevo León]. <http://eprints.uanl.mx/3743/>

Anexos

Anexo 1

ENCUESTA DIRIGIDA A ESTUDIANTES DE LA RESIDENCIA

UNIVERSITARIA

Indicaciones: lea detenidamente cada pregunta y responda con una X en el espacio en blanco según su criterio. La encuesta es anónima por lo que se solicita responder honestamente para cumplir con los objetivos de la investigación.

Datos informativos

Semestre al que pertenece:

- Quinto ()
Sexto ()
Séptimo ()
Octavo ()
Noveno ()
Décimo ()

Escuela a la que pertenece:

- Ciencias Biológicas e Ingeniería ()
Ciencias Físicas y Nanotecnología ()
Ciencias Matemáticas y Computacionales ()
Ciencias Químicas e Ingeniería ()
Otra ()

Tiempo total de estadía en la residencia universitaria:

- Menos de un año ()
 Un año ()
 Dos años ()
 Más de dos años ()

Datos relevantes a la investigación

1. Forma de estudio

	Sí	No
a) Subrayo lo más importante	()	()
b) Trato de memorizar el contenido	()	()
c) Realizo resúmenes con mis palabras	()	()
d) Repaso lo que estudio	()	()
e) No estudio solo para los exámenes	()	()

2. Forma de resolución de tareas

	Sí	No
a) Dispongo de un horario fijo para realizar las tareas	()	()
b) Pido ayuda para resolver las tareas	()	()
c) Resuelvo completamente una tarea antes de empezar otra	()	()
d) Empiezo por la tarea con más dificultad	()	()
e) Completo las tareas en casa, no en clases	()	()

3. Forma de recibir la clase

Sí **No**



- | | | |
|---|-----|-----|
| a) Tomo apuntes extras de lo que dice el profesor | () | () |
| b) No uso el teléfono mientras recibo las clases | () | () |
| c) Después de clase ordeno mis apuntes | () | () |
| d) Solo tomo apuntes de lo más importante | () | () |
| e) Atiendo más a la clase que a mis compañeros | () | () |

4. Forma de preparación para evaluación

- | | Sí | No |
|--|-----------|-----------|
| a) Estudio al menos dos horas diarias | () | () |
| b) Estudio con anticipación a la fecha fija para el examen | () | () |
| c) Realizo anotaciones de lo más importante | () | () |
| d) Me presento al examen completamente seguro | () | () |
| e) Durante la evaluación recuerdo todo lo estudiado | () | () |

5. ¿En qué nivel considera que sus hábitos de estudio han cambiado al regresar a la residencia universitaria pospandemia?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

6. ¿En qué nivel considera que sus horas de estudio han disminuido luego de la pandemia?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

7. ¿El nivel de exigencia de estudio ha disminuido luego de la pandemia?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

8. Al regreso a la residencia universitaria, ¿ha mantenido horarios fijos de estudio?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

9. Al regreso a la residencia universitaria, ¿los conflictos entre compañeros han afectado a sus hábitos de estudio?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

10. ¿En qué nivel considera que la pandemia afectó sus hábitos de estudio?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

Gracias por su colaboración.

Anexo 2

ENCUESTA DIRIGIDA A DOCENTES DE LA UNIVERSIDAD DE INVESTIGACIÓN DE TECNOLOGÍA EXPERIMENTAL YACHAY

Indicaciones: lea detenidamente cada pregunta y responda con una X en el espacio en blanco según su criterio. La encuesta es anónima por lo que se solicita responder honestamente para cumplir con los objetivos de la investigación.

Datos informativos

Tiempo laboral en la Universidad:

3 años () 3 - 4 años () 4 - 5 años () Más de 5 años ()

Datos relevantes a la investigación

1. ¿En qué nivel considera que sus estudiantes tienen buenos hábitos de estudio?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

2. ¿Considera que la pandemia y la cuarentena han afectado a los hábitos de estudio de sus estudiantes?

Sí () No ()

3. ¿En qué nivel piensa usted que los hábitos de estudio han cambiado al regreso pospandemia a la residencia universitaria?

Muy alto () Alto () Medio () Bajo () Nulo ()

4. ¿Cree usted que ha disminuido el rendimiento académico de los estudiantes pospandemia?

Sí () No ()

5. ¿Considera usted que ha disminuido la exigencia académica a los estudiantes pospandemia?

Sí () No ()

Gracias por su colaboración