

## **Funciones cognitivas: inteligencia y memoria a través de hábitos de estudio**

### **Cognitive functions: intelligence and memory through study habits**

**Domenica Mikaela Silva Segura**

Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

[dsilva4777@uta.edu.ec](mailto:dsilva4777@uta.edu.ec)

<https://orcid.org/0009-0001-3253-8118>

**Pamela Abigail Torres Minango**

Unidad Educativa Juan León Mera “La Salle”, Ecuador

[jlae.pamela.torres@lasalleambato.edu.ec](mailto:jlae.pamela.torres@lasalleambato.edu.ec)

<https://orcid.org/0009-0001-6722-7045>

**Laura Inés Criollo Barrera**

Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

[lauines92@gmail.com](mailto:lauines92@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0002-6690-5526>

**Karen Andrea Sánchez Londoño**

Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

[karen30sanchez01@gmail.com](mailto:karen30sanchez01@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0004-6792-5662>

**Fecha de Recepción:** 14 de Julio de 2024

**Fecha de Aceptación:** 3 de Septiembre de 2024

**Fecha de Publicación:** 7 de Noviembre de 2024

**Financiamiento:**

La investigación fue autofinanciada por las autores

**Conflictos de interés:**

Las autoras declaran no presentar conflicto de interés.

**Correspondencia:**

Nombres y Apellidos: Domenica Mikaela Silva Segura

Correo electrónico: [dsilva4777@uta.edu.ec](mailto:dsilva4777@uta.edu.ec)

Dirección postal: Ecuador

## **Resumen**

La optimización de las funciones cognitivas, como la inteligencia y la memoria, se

ha convertido en un objetivo principal en el ámbito académico y profesional. La comprensión y asimilación de conocimientos, la toma de decisiones y la resolución de problemas cotidianos requieren estas capacidades. Los estudios en psicología cognitiva y neurociencia han demostrado que los hábitos de estudio ayudan a desarrollar las habilidades cognitivas de manera efectiva. El propósito de este estudio fue determinar cómo funcionaban las funciones cognitivas (inteligencia y memoria) y cómo estaban relacionadas con el uso y adquisición de técnicas y hábitos de estudio. El "RIAS" (Escala de Inteligencia de Reynolds) y el "CHTE" (Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio) fueron los instrumentos de evaluación utilizados. Los resultados demostraron una correlación positiva significativa entre las funciones cognitivas y los hábitos de estudio, lo que indica que la memoria y la inteligencia influyen en la adquisición y uso de hábitos para su optimización. La conclusión destaca la importancia de incorporar estos hallazgos en las estrategias educativas que fomenten que los estudiantes adopten técnicas y hábitos de estudio efectivos.

**Palabras clave:** inteligencia verbal, inteligencia no verbal, memoria verbal, memoria no verbal, técnicas de estudio, aprendizaje significativo.

### **Abstract**

*The optimization of cognitive functions, such as intelligence and memory, has become a major goal in academic and professional settings. Understanding and assimilating knowledge, making decisions and solving everyday problems require these abilities. Studies in cognitive psychology and neuroscience have shown that study habits help develop cognitive skills effectively. The purpose of this study was to determine how cognitive functions (intelligence and memory) functioned and how they were related to the use and acquisition of study skills and habits. The "RIAS" (Reynolds Intelligence Scales) and the "CHTE" (Questionnaire of Study Habits and Techniques) were the assessment instruments used. The results showed a significant positive correlation between cognitive functions and study habits, indicating that memory and intelligence influence the acquisition and use of habits for their optimization. The conclusion highlights the importance of incorporating these findings into educational strategies that encourage students to adopt effective study habits and techniques.*

**Keywords:** *verbal intelligence, non-verbal intelligence, verbal memory, non-verbal memory, study techniques, meaningful learning.*

## **INTRODUCCIÓN**

En el ámbito académico y profesional, la optimización de las funciones cognitivas, como la inteligencia y la memoria, se ha convertido en un objetivo principal. Estas habilidades son esenciales para la resolución de problemas, la toma de decisiones

y el aprendizaje. Según la investigación de Navas y Espinoza (2021)<sup>1</sup> en psicología cognitiva y neurociencia, los hábitos sedentarios o pasivos pueden afectar negativamente las habilidades cognitivas. Esto resalta el impacto significativo que tiene el uso y la adquisición de técnicas y hábitos de estudio efectivos en el desarrollo de la inteligencia general de los estudiantes, la capacidad de retención de información y, por lo tanto, el aprendizaje a lo largo de su formación académica (Mujica Stach 2023).

Las investigaciones sobre los hábitos de estudio han buscado métodos para mejorar la retención de información y el desempeño en tareas cognitivas complejas. La mejora a largo plazo de la memoria y la comprensión de los contenidos se ha demostrado con técnicas como la práctica espaciada, la organización de la información, el uso de técnicas de memoria y recuperación, la autoevaluación y el uso de mnemotécnicas. Además, el entorno de estudio, la gestión del tiempo y las estrategias de metacognición son esenciales para crear hábitos que promuevan el aprendizaje efectivo (Arán Filippetti, y otros 2023)<sup>2</sup>.

A pesar de los avances en la comprensión de las funciones cognitivas y las técnicas y hábitos de estudio, existe una necesidad urgente de incorporar estos hallazgos a los programas educativos y de capacitación que promuevan un entorno educativo que potencie las habilidades cognitivas a través de prácticas de estudio más efectivas. La inteligencia general y la memoria de trabajo pueden mejorarse mediante la implementación de estrategias basadas en evidencia, preparando a las personas para enfrentar desafíos complejos en diversas áreas de la vida.

Acorde a Martí-Nicolovius (2022)<sup>3</sup>, las funciones cognitivas se manifiestan a través de la participación de varias regiones cerebrales, entre las cuales destacan el hipocampo y la corteza prefrontal. El hipocampo, ubicado en el lóbulo temporal medial, desempeña un papel primordial en la codificación, almacenamiento y recuperación de información, procesos mentales que se realizan de manera intencional o consciente (Padre, y otros 2022)<sup>4</sup>.

La corteza prefrontal, situada en la región anterior del lóbulo prefrontal, está estrechamente vinculada con la ejecución de diversos procesos cognitivos, los

---

<sup>1</sup> Navas Espinosa, Rosa. «Hábitos cognitivos, ejecutivos, afectivos y éticos modificados durante la cuarentena en Ecuador.» *Revista Científica UISRAEL* 8, nº 3 (2021): 51-72. <https://doi.org/10.35290/rcui.v8n3.2021.378>

<sup>2</sup> Arán Filippetti, Vanessa, y otros. «Estrategias cognitivas y de autorregulación, compromiso académico y rendimiento académico en estudiantes de educación superior. El papel mediador de la comprensión lectora.» *Propósitos y Representaciones* 11, nº 1 (2023): 1651.

<sup>3</sup> Martí-Nicolovius, Margarita. «Efectos del sobrepeso y la obesidad en las funciones cognitivas de niños y adolescentes.» *Rev Neurol* 75, nº 3 (2022): 59-65. <https://neurologia.com/articulo/2022173>

<sup>4</sup> Padre, Marise., Suzanne. Higgs, Lucy. Cheke, y Scott. Kanoski. «Memoria y alimentación: una relación bidireccional implicada en la obesidad.» *Reseñas de neurociencia y biocomportamiento* 132 (2022): 110-119. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34813827/>

cuales se dividen en dos categorías. Los procesos cognitivos de carácter inferior o básicos incluyen la percepción, atención y memoria (Döbel 2020)<sup>5</sup>. Los procesos cognitivos de carácter superior, también conocidos como funciones ejecutivas, están integrados principalmente por el control inhibitorio, la flexibilidad cognitiva y la memoria de trabajo (Jones y Graff-Radford 2021)<sup>6</sup>.

En la asimilación de hábitos y destrezas está involucrado el sustrato neural del refuerzo, sistema que forma parte de los ganglios basales y constituye la vía mesolímbica (Malvárez 2020)<sup>7</sup>. Al proyectarse en la corteza prefrontal, las neuronas dopaminérgicas del mesencéfalo forman la vía mesocortical, creando un sistema que predice la recompensa o refuerzo que se obtendrá de determinados actos o comportamientos. Estos sistemas guían al individuo en la toma de decisiones acertadas (Seabrook y Borgland 2020)<sup>8</sup>.

Las funciones cognitivas siguen diferentes trayectorias evolutivas. La inhibición y el control atencional alcanzan su punto máximo entre los 6 y 10 años, mientras que la memoria de trabajo, planificación, categorización, metacognición (Molina-Montes, y otros 2023)<sup>9</sup>, resolución de problemas, control de interferencia y fluidez verbal (Zamora, y otros 2020)<sup>10</sup>, se desarrollan durante la adolescencia, alcanzando su máximo potencial entre los 15 y 19 años (Muchiut, Vaccaro y Pietto 2021)<sup>11</sup>.

Diversas investigaciones coinciden en que la inteligencia es una estructura jerárquica que integra procesos cognitivos específicos, establecidos en categorías de orden inferior y superior. Estos procesos cognitivos determinan las bases sobre

---

<sup>5</sup> Döbel, Sabine. «Repensar la función ejecutiva y su desarrollo.» *Perspectivas de la ciencia psicológica* 15, n° 4 (2020): 942-956. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32348707/>

<sup>6</sup> Jones, David., y Jonathan. Graff-Radford. «Disfunción ejecutiva y corteza prefrontal.» *Continuum (Minneapolis)* 27, n° 2 (2021): 1586-160. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34881727/>

<sup>7</sup> Malvárez, Melissa. «Sustratos neuronales del hábito.» *J Neurosci Res* 98, n° 6 (2020): 986–997. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31693205/>

<sup>8</sup> Seabrook, Lauren, y Stephanie Borgland. «La corteza orbitofrontal, la ingesta de alimentos y la obesidad.» *J Psiquiatría Neurología* 45, n° 5 (2020): 304-312. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32167268/>

<sup>9</sup> Los autores sugieren que la inclusión de prácticas metacognitivas en el plan de estudios escolares puede potenciar significativamente las competencias de aprendizaje y mejorar los resultados académicos al destacar la importancia de la autorregulación y la reflexión sobre el propio proceso de aprendizaje. Fomentar la metacognición no solo ayuda a los estudiantes a convertirse en aprendices más efectivos, sino que también promueve un aprendizaje más profundo y duradero.

<sup>10</sup> En el artículo "Marco teórico del efecto de interferencia en contextos neutrales y emocionales," Zamora et al. (2020) examinan cómo el efecto de interferencia se manifiesta en diferentes contextos, tanto neutrales como emocionales. Se argumenta que las emociones pueden cambiar el procesamiento cognitivo, aumentando o disminuyendo la interferencia. Esta investigación tiene aplicaciones significativas en la psicología clínica y la educación.

<sup>11</sup> Muchiut, Álvaro., Paola. Vaccaro, y Marcos. Pietto. «Inteligencia, funciones ejecutivas y rendimiento académico de adolescentes de 13 y 14 años de Resistencia (Chaco, Argentina).» *Interdisciplinaria* 38, n° 3 (2021): 83-102. <https://www.redalyc.org/journal/180/18067032005/html/>

las que se desarrolla la actividad intelectual (Sastre 2024). Así, la inteligencia general, también conocida como factor g, mide la capacidad cognitiva general de una persona. Esta noción postula que existe una habilidad subyacente que influye en el desempeño en diferentes tareas cognitivas (Requejo y Ramajo 2021)<sup>12</sup>. La inteligencia general se evalúa comúnmente mediante el Cociente de Inteligencia (CI)<sup>13</sup>, que proporciona una estimación numérica de esta capacidad cognitiva (Boetto, Rosas y Jordán 2023). Las personas con altos niveles de inteligencia general tienden a sobresalir en múltiples áreas cognitivas, como la resolución de problemas, comprensión verbal, razonamiento abstracto, memoria y velocidad de procesamiento (Diamond 2020)<sup>14</sup>.

La inteligencia humana se manifiesta en diversas formas, con diferentes habilidades y capacidades que afectan la manera en que las personas interactúan y se comunican con el mundo que las rodea. Dos de los principales tipos de inteligencia son la inteligencia verbal y la inteligencia no verbal (Elvira 2020)<sup>15</sup>. La inteligencia verbal se define por el dominio lingüístico, es decir, la comprensión del lenguaje y su uso eficaz, que implica leer, escribir, hablar en voz alta y comprender textos (Trassi, Oliveira y Inácio 2019)<sup>16</sup>. Esta capacidad cognitiva es crucial en entornos educativos, donde la comunicación efectiva es esencial para la adquisición de conocimientos y la colaboración entre estudiantes y educadores. Por otro lado, la inteligencia no verbal es la habilidad de percibir y procesar información visual-espacial, interpretar gestos, expresiones faciales y otros modos de comunicación no lingüísticos (Olivares, Salas y Arias 2022)<sup>17</sup>. La inteligencia no verbal desempeña un papel crucial en disciplinas como las matemáticas, las ciencias naturales y el diseño, donde la comprensión de modelos visuales y la percepción espacial son fundamentales (Manually, y otros 2020)<sup>18</sup>.

---

<sup>12</sup> Requejo, Katya, y Sandra Ramajo. «Predictores de las habilidades académicas en niños de 9 años: cociente intelectual, funciones ejecutivas e inteligencia emocional.» *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 19, n° 55 (2021): 533-582. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/4546>

<sup>13</sup> Boetto, Rosas y Jordán (2023) ofrecen una revisión detallada de las teorías y métodos actuales de estudio de la inteligencia en "Introducción al estudio de la inteligencia. Se examina cómo se conceptualiza y mide la inteligencia, y analiza cómo afecta la educación y la sociedad. Los autores enfatizan la importancia de comprender la inteligencia desde una variedad de puntos de vista para mejorar las prácticas educativas y promover el desarrollo cognitivo.

<sup>14</sup> Diamond, Adele. «Executive functions.» *Handb Clin Neurol* 173 (2020): 225-240. DOI: 10.1016/B978-0-444-64150-2.00020-4

<sup>15</sup> Elvira, Javier. *La inteligencia verbal : el lenguaje como reforzador cognitivo*. Madrid, Madrid: Visor Libros, 2020. <http://digital.casalini.it/9788498956511>

<sup>16</sup> Trassi, Angélica, Katya Oliveira, y Amanda Inácio. «Reading Comprehension, Learning Strategies and verbal reasoning: Possible Relationships.» *Psico-USF* 24, n° 4 (2019): 615 – 624. <https://www.scielo.br/j/psuf/a/xt7J3VFmM3G6sWmDxLsNkVq/>

<sup>17</sup> Olivares, Scarlet, Katuska Salas , y Walter Arias. «Nonverbal intelligence in adolescents and young adults playing video games.» *Revista Educación y Sociedad* 3, n° 5 (2022): 37-47. <https://portal.amelica.org/ameli/journal/590/5903866005/>

<sup>18</sup> Manually et al. (2020) descubrieron que el examen no verbal SON-R 6-40 es una herramienta útil y confiable para evaluar las habilidades cognitivas de las personas con TEA. Los hallazgos muestran que esta prueba puede brindar una evaluación precisa y adaptable a las necesidades

Después de hablar sobre la importancia de la inteligencia como capacidad cognitiva, es hora de concentrarse en la memoria, otro componente crítico del funcionamiento cognitivo. La memoria es un proceso psicológico complejo y multifacético que implica la codificación, el almacenamiento y la recuperación de información para realizar tareas académicas como leer, aprender y expresarse de manera escrita u oral (Bernal Gonzalez y Ramos Galarzaa 2020)<sup>19</sup>.

Según las investigaciones, la memoria no es un concepto único, ya que se clasifica en categorías según criterios específicos. El modelo de la memoria de trabajo de Baddeley es uno de ellos, que explica cómo la memoria de trabajo está relacionada con el nivel de desempeño que las personas alcanzan en las actividades cognitivas de la vida diaria. La psicología cognitiva y la neurociencia han respaldado este modelo porque ha demostrado que la memoria de trabajo es parte de los procesos que involucran la comprensión de la información y el aprendizaje (Ramos Gutiérrez y Valiente Barroso 2020)<sup>20</sup>.

La memoria juega un papel importante en el desarrollo de las habilidades lingüísticas y paralingüísticas, ya que facilita la retención y recuperación de información necesaria para el aprendizaje y la resolución de problemas (Zhang 2024)<sup>21</sup>. El modelo de memoria de trabajo de Baddeley sugiere un sistema de cuatro componentes en el ámbito verbal: el sistema ejecutivo central, el bucle fonológico, el buffer episódico y la agenda visoespacial (Bernal-Ruiz, y otros 2022)<sup>22</sup>. El uso de la memoria en tareas cognitivas complejas, como recordar vocabulario, estructuras gramaticales y experiencias de comunicación previas, mejora la expresión, la comprensión, la adquisición y el uso del lenguaje, según este modelo (Alaniz, y otros 2022)<sup>23</sup>. La memoria de trabajo visoespacial es responsable de la gestión y creación de imágenes en el ámbito no verbal. Es

---

específicas de esta población, lo que facilita un diagnóstico más preciso y la implementación de intervenciones personalizadas.

<sup>19</sup> Bernal Gonzalez, Ana, y Carlos Ramos Galarzaa. «Alteraciones neuropsicológicas de la memoria, la atención y el lenguaje en el Síndrome Postraumático Craneal Leve.» *Revista chilena de neuro-psiquiatría* 58, n° 2 (2020): 95-105. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272020000200095](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272020000200095)

<sup>20</sup> Ramos Gutiérrez, Juan, y Carlos Valiente Barroso. «Memoria secuencial auditiva y memoria verbal.» *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 18, n° 2 (2020): 279-302. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/3041>

<sup>21</sup> Zhang, X. (2024) analiza cómo varios medios de escritura afectan el desarrollo de las habilidades lingüísticas de los niños en China. El estudio utiliza un enfoque educacional para evaluar la eficacia de estos medios en el desarrollo del lenguaje infantil.

<sup>22</sup> Bernal-Ruiz, Francisca, Damián Duarte, Fernanda Jorquera, Maturana Desanka, Catalina Reyes, y Enzo Santibáñez. «Memoria de trabajo y planificación como predictores de las competencias matemáticas tempranas.» *Suma Psicológica* 29, n° 2 (2022): 129-137. <https://psycnet.apa.org/record/2024-05970-005>

<sup>23</sup> Alaniz, Fatima, Jesús Cisneros, Fernanda Durán, Gelacio Guzmán, Brenda Quijano, y Tamara Salas. «Memoria: Revisión conceptual.» Vol. 9. n° 17. Toluca: Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula, 2022. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/article/view/8156>

fundamental para el reconocimiento de patrones, la navegación espacial, el pensamiento crítico, la planificación y la organización, entre otras funciones cognitivas superiores (Cheng y Kibbe 2022)<sup>24</sup>.

Según autores como Vygotsky y Piaget, las personas desarrollan habilidades de planificación y toma de decisiones a los cinco años, lo que refleja un pensamiento abstracto completamente desarrollado. Además, el desarrollo de las funciones ejecutivas, que son esenciales para la planificación, la autorregulación y la toma de decisiones, está acompañando este progreso en el pensamiento abstracto (Sevilla Vera, y otros 2021)<sup>25</sup>. Los autores afirman que los hábitos se desarrollan en dos etapas. La formación es el período en el que se aprende el comportamiento, y la estabilidad es el período en el que el comportamiento se realiza de manera regular y automática (Mujica Stach 2023)<sup>26</sup>. Debido a esto, los autores definen los hábitos de estudio como actividades repetidas, voluntarias y realizadas por los estudiantes (Hernández, Prada y Gamboa 2020)<sup>27</sup>. Estos estudiantes incorporan estas técnicas y métodos en su enseñanza. Por lo tanto, el éxito académico no sólo es el resultado de la inteligencia y el esfuerzo, sino también de los hábitos de estudio efectivos (Castro y Cevallos 2021)<sup>28</sup>.

Para asegurar la eficacia de los hábitos de estudio, es imperativo emplear técnicas específicas que refuercen el proceso de aprendizaje. Algunas de las técnicas más destacadas son: la creación de un entorno de estudio propicio: un espacio tranquilo, bien iluminado y libre de distracciones facilita la concentración y mejora la eficiencia durante las sesiones de estudio (Giraldo Urrego 2022)<sup>29</sup>.

El bienestar físico también influye en el rendimiento cognitivo; mantener una dieta saludable, dormir lo suficiente y hacer ejercicio con regularidad mejorar la concentración y la retención de información. El bienestar físico también juega un papel crucial en el rendimiento cognitivo; mantener una dieta equilibrada, dormir adecuadamente y realizar ejercicio con regularidad aumenta la capacidad de

---

<sup>24</sup> Cheng, Chen, y Melissa Kibbe. «Development of updating in working memory in 4-7-year-old children.» *Dev Psychol* 58, nº 5 (2022): 902-912. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35311308/>

<sup>25</sup> Sevilla Vera, Yolanda, Miriam Valles Casas, Mara Navarro Valdelvira, Raquel Fernández, y Natalia Solano Pinto. «Hábitos saludables en la niñez y la adolescencia en los entornos rurales. Un estudio descriptivo y comparativo.» *Nutrición Hospitalaria* 38, nº 6 (2021): 1217-1223. <https://www.nutricionhospitalaria.org/articles/03484/show>

<sup>26</sup> Mujica Stach, Ana. «Formación de hábitos en la primera infancia: tiempos de pospandemia.» *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales* 19, nº 2 (2023): 271-288. <https://doi.org/10.18004/riics.2023.diciembre.271>

<sup>27</sup> Hernández, Cesar, Raúl Prada, y Audin Gamboa. «Formación inicial de maestros: escenarios activos desde una perspectiva del aula invertida.» *Scielo* 13, nº 5 (febrero - abril 2020): 213-222. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062020000500213>

<sup>28</sup> Castro, Mirian, y Ángela Cevallos. «La estimulación del cerebro y su influencia en el aprendizaje de los niños de preescolar.» *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales* 6, nº 1 (enero - febrero 2021): 49-56. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202020000100273](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000100273)

<sup>29</sup> Giraldo Urrego, Laura. «Organización del Espacio del Aula Infantil y Creencias Asociadas.» *Zona Próxima* 36 (2022): 28-48. <https://doi.org/10.14482/zp.36.372.21>

concentración y retención de la información (Gámez-Calvo, y otros 2022)<sup>30</sup>. La planificación del estudio es crucial. Las estrategias esenciales para gestionar el tiempo y optimizar el rendimiento académico son establecer horarios regulares de estudio, asignar tareas según su complejidad y establecer fechas límite para cada actividad académica (Reyes-González, Meneses-Báez y Díaz-Mujica 2022)<sup>31</sup>.

La aplicación de técnicas específicas de estudio contribuye significativamente a la comprensión y memorización de la información. Dentro de estas técnicas se puede mencionar la lectura comprensiva, elaboración de resúmenes, creación de mapas mentales y la práctica activa mediante la resolución de problemas y la autoevaluación (Peralta Lara y Guamán Gómez 2020)<sup>32</sup>. Una preparación para los exámenes eficaz requiere realizar ejercicios prácticos y simulacros para que los estudiantes se familiaricen con el formato de aluación e identificar áreas que requieren mayor atención y mejora. Además, es importante una revisión frecuente del material estudiado para consolidar los conocimientos a largo plazo y asegurar un aprendizaje duradero y significativo. El trabajo colaborativo y las relaciones interpersonales se fortalecerían al implementar estas técnicas en sesiones de estudio grupales (Ruiz-Segarra 2020)<sup>33</sup>.

Tanto la memoria como la inteligencia son funciones cognitivas que, a través de sus habilidades, no solo mejoran el aprendizaje individual, sino que también ayudan a comprender el conocimiento de una manera amplia y multidimensional. La comprensión y la retención de información, así como la aplicación del conocimiento en nuevos contextos, se ven obstaculizadas por la presencia de limitaciones en áreas cognitivas como la inteligencia y la memoria. Esto tiene un impacto en la creación de estrategias de estudio efectivas (Román Fuentes, Franco Gurría y Román Julián 2020)<sup>34</sup>. Los estudiantes que enfrentan estas dificultades con frecuencia experimentan desmotivación y baja autoestima, lo que tiene un impacto en aspectos como la interacción social y la comunicación

---

<sup>30</sup> Gámez-Calvo, Luisa, Víctor Hernández-Beltrán, Serafín Delgado-Gil, Lourdes Pimienta-Sánchez, y José Gamonales. «Revisión sistemática de programas de intervención para promover hábitos saludables de actividad física y nutrición en escolares españoles.» *Archivos Latinoamericanos de Nutrición* 72, n° 4 (2022): 294-305. <https://www.alanrevista.org/ediciones/2022/4/art-7/>

<sup>31</sup> Reyes-González, Nicolás, Alba Meneses-Báez, y Alejandro Díaz-Mujica. «Planificación y gestión del tiempo académico de estudiantes universitarios.» *Formación universitaria* 15, n° 1 (2022): 57-72. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062022000100057>

<sup>32</sup> Peralta Lara, Lara, y Verónica Guamán Gómez. «Metodologías activas para la enseñanza y aprendizaje de los estudios sociales.» *Sociedad & Tecnología* 3, n° 2 (2020): 2-10.

<sup>33</sup> Ruiz-Segarra, María. «Ansiedad ante exámenes y hábitos de estudio.» *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*. 4, n° 16 (2020): 461-468. <http://orcid.org/0000-0002-4432-7449>

<sup>34</sup> Román Fuentes, Juan Carlos, Rafael Franco Gurría, y Rebeca Román Julián. «Diagnóstico sobre hábitos de estudio en universitarios de nuevo ingreso como herramienta para identificar oportunidades de mejora.» *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo* 11, n° 21 (2020).

(Ağırkan y Ergene 2022)<sup>35</sup>. Estas barreras, en conjunto, obstaculizan el aprendizaje y el desarrollo académico, subrayando la importancia de desarrollar hábitos y técnicas de estudio que les permitan a cada estudiante alcanzar su máximo potencial.

## MÉTODOS

### *Metodología del estudio*

La metodología mixta empleada en la investigación se llevó a cabo mediante diferentes enfoques y técnicas de recopilación de datos. Mediante el enfoque cualitativo se explicó desde una perspectiva profunda y reflexiva las variables que integran el tema. Con el enfoque cuantitativo se procesó la información y se realizó el análisis estadístico de los datos cuantitativo.

En este estudio, se optó por un diseño descriptivo de corte correlacional evaluando la incidencia y los valores en los que se manifiesta las variables en una población específica. El alcance descriptivo permitió el análisis de la información previamente obtenida y relacionar las variables entre sí. Para la investigación el nivel correlacional permitió medir el grado de asociación entre las variables sin manipular ninguna de ellas. La modalidad de campo se basó en la recopilación de datos directamente del lugar o contexto de la problemática en estudio, mientras que la modalidad bibliográfica-documental incluyó el análisis y estudio de la información recopilada de diversas fuentes bibliográficas (Reyes 2022)<sup>36</sup>.

La investigación se centró en estudiantes del subnivel de educación general básica superior, en Ambato, Tungurahua, Ecuador. 103 estudiantes de octavo, noveno y décimo año de educación general básica superior formaron la muestra no probabilística-intencional de la población finita.

### *Recolección de datos*

Se seleccionaron encuestas como técnicas de recolección de datos. Los instrumentos dependieron de los objetivos específicos y el contexto de evaluación junto a las características de los evaluados. Se utilizaron dos instrumentos en total para evaluar cada variable y población objetivo.

La batería de test "RIAS" conocida como Escalas de inteligencia de Reynolds, que incluía las subescalas; adivinanzas y analogías verbales que se agrupan en el índice de inteligencia verbal (IV). Categorías y figuras incompletas pertenecen al índice de inteligencia no verbal (INV). Memoria verbal y no verbal pertenecen al

---

<sup>35</sup> Ağırkan, Murat, y Tuncay Ergene. «¿Qué significan las intervenciones de aprendizaje social y emocional (SEL)? Un meta-análisis.» *Revista de Psicodidáctica* 27, nº 2 (2022): 97-108. <https://doi.org/10.1016/j.psicod.2022.01.001>

<sup>36</sup> Reyes, Eufemia. «Metodología de la Investigación Científica.» En *Metodología de la Investigación Científica*, de E. Reyes. Page Publishing, 2022.

índice de memoria (IM), el índice de inteligencia general (IG) se obtiene al agrupar las puntuaciones del índice de inteligencia verbal y no verbal. Las subescalas evalúan tres tipos de inteligencia; verbal, no verbal, general y memoria, los ítems son representativos de las áreas cognitivas que pretende medir. Su aplicación toma de 25 a 45 minutos y se utilizó para medir la variable independiente. Los resultados de este instrumento proporcionaron información crucial de las funciones cognitivas, evaluado el desarrollo y para lo cual diseñar planes de intervención.

Se utilizó el Cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio "CHTE" para la variable dependiente. Se obtienen siete puntuaciones, en los aspectos o escalas de los hábitos de estudio: AC- Actitud general ante el estudio; LU- Lugar de Estudio; ES- Estado físico; PL-Plan de trabajo; TE-Técnicas de estudio; EX- Exámenes y ejercicios; TR- Trabajos. Su aplicación es individual o grupal y busca obtener un perfil de los estudiantes con edades comprendidas entre los 10 y 18 años. Con la aplicación de los 56 ítems se identifica como ciertos factores o situaciones pueden influir en sus hábitos y técnicas de estudio. La aplicación y corrección al evaluador le puede llevar 30 minutos aproximadamente.

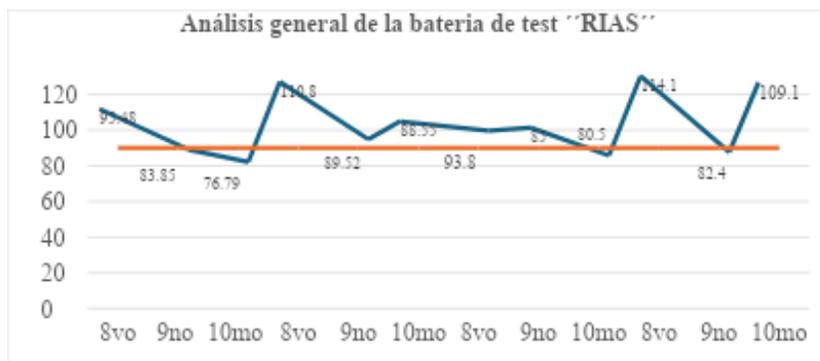
## RESULTADOS

*De la batería de Test "RIAS" (Escala de inteligencia de Reynolds).*

Para los resultados expuestos se considera la "Batería de Test "RIAS" (Escala de inteligencia de Reynolds)". Instrumento que tiene como objetivo medir el nivel de funcionamiento cognitivo de la inteligencia y memoria.

### Figura 1

*Análisis general sobre la aplicación de las subescalas de Inteligencia Verbal, Inteligencia No Verbal, Inteligencia General, Memoria Verbal, Memoria No Verbal.*



La evaluación integral de los índices de la batería de test "RIAS", realizada con 103 estudiantes, revela resultados significativos (Figura 1).

En cuanto al análisis funcional del área de inteligencia verbal (IV) en los estudiantes de 12 a 13 años obtuvieron un índice de 95,48 puntaje que se encuentra dentro del rango de 90 a 109. Al obtener este puntaje se sugiere que este grupo poblacional presentan una inteligencia promedio. En el análisis funcional del área de inteligencia no verbal (INV) se determinó que presentan una inteligencia promedio, ya que obtuvieron un índice de 110,80. Puntaje que ubica sobre el rango de 90 a 109. El análisis realizado en el área de inteligencia general (IG) el índice es de 93,80. Este puntaje se sitúa en el rango de 90 a 109. Por lo tanto, por lo cual se determina una inteligencia promedio. En cuanto al análisis funcional del área de memoria general (IM) el índice fue de 114,1. Puntaje que se ubica sobre el rango de 90 a 109. Por lo cual, este grupo poblacional presenta una inteligencia media alta, según los criterios de interpretación del coeficiente intelectual (CI).

Por otro lado, el análisis funcional del área de inteligencia verbal (IV) reflejo que los estudiantes de 13 a 14 años obtuvieron un índice de 83,85. Este puntaje se sitúa bajo del rango de 90 a 109. Al obtener este puntaje se sugiere que este grupo poblacional presentan una inteligencia media baja, según los criterios de interpretación del coeficiente intelectual (CI). En el análisis funcional del área de inteligencia no verbal (INV) se observa que obtuvieron un índice de 89,52. Puntaje que se sitúan bajo el rango de 90 a 109. Por lo tanto, se considera una inteligencia media baja para este grupo poblacional. El análisis realizado en el área de inteligencia general (IG) el índice es de 85. Este puntaje se sitúa bajo el rango de 90 a 109. Por lo tanto, se determina una inteligencia media baja. En cuanto al análisis funcional del área de memoria general (IM) el índice fue de 82,4. Puntaje que se ubica sobre el rango de 90 a 109. Por lo cual, este grupo poblacional presenta una inteligencia media alta, según los criterios de interpretación del coeficiente intelectual (CI).

De acuerdo con el análisis funcional del área de inteligencia verbal (IV) los estudiantes de 14 a 15 años obtuvieron un índice de 76,79. Puntaje situado por debajo del rango de 90 a 109, por lo tanto, se determina que este grupo poblacional presentan una inteligencia limítrofe, según los criterios de interpretación del coeficiente intelectual (CI). En el análisis funcional del área de inteligencia no verbal (INV) se determinó un índice de 88,55. Puntuación que se ubica bajo el rango de 90 a 109. Por lo tanto, se considera una inteligencia media baja en esta área cognitiva. El análisis realizado en el área de inteligencia general (IG) 80,50. Puntaje que se ubica por debajo del rango de 90 a 109. Por lo tanto, se identifica una inteligencia media baja. En cuanto al análisis funcional del área de memoria general (IM) obtuvieron un índice de 109,1. Puntaje que se sitúan sobre el rango de 90 a 109. Por lo cual, este grupo poblacional presenta una inteligencia media alta, según los criterios de interpretación del coeficiente intelectual (CI).

*Del cuestionario de Hábitos y Técnicas de estudio "CHTE".*

Para los resultados expuestos se considera el cuestionario de Hábitos y Técnicas de estudio "CHTE" estructurado compuesto por 56 ítems destinados a los educandos de octavo, noveno y décimo año de educación general básica superior, dando una muestra poblacional de 103 estudiantes. Se sustenta en siete dimensiones: AC- Actitud general ante el estudio; LU- Lugar de Estudio; ES- Estado físico; PL-Plan de trabajo; TE-Técnicas de estudio; EX- Exámenes y ejercicios; TR- Trabajos.

**Figura 2**

*Análisis general sobre la aplicación del cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio "CHTE" a estudiantes de octavo, noveno y décimo año de EGB superior.*



La evaluación integral de las escalas que conforman el cuestionario de Hábitos y Técnicas de Estudio "CHTE", realizada con 103 estudiantes, revela resultados significativos (Figura 2).

De acuerdo con el análisis funcional de la escala: actitud frente al estudio (AC) la puntuación obtenida es 70,97, este puntaje determina que los estudiantes muestran una actitud positiva hacia el estudio (AC). En cuanto a la escala Lugar de Estudio (LU), la puntuación alta de 74,08 indica que los estudiantes tienen un ambiente propicio para el estudio. En la escala estilos de estudio (ES), la puntuación denota que los estudiantes no emplean técnicas de estudio efectivas, ya que su puntuación es 60,64. La puntuación 50,97 es relativamente baja en la escala Planificación del Estudio (PL), esto sugiere que los estudiantes tienen dificultades en la organización y planificación de su tiempo de estudio. En la escala Técnicas de Estudio (TE) la puntuación obtenida es 65,83 esto indica que las técnicas de estudio adquiridas y utilizadas por los estudiantes son parcialmente efectivas. El análisis funcional de la escala Exámenes (EX), la puntuación obtenida es 72,43 esto determina que los estudiantes tienen una buena gestión y preparación para los exámenes. La puntuación 49,74 en la escala Trabajo en

Grupo (TR) es baja, esto sugiere que no se han desarrollado habilidades de colaboración y trabajo en equipo.

*Análisis de los resultados y verificación de la hipótesis*

La hipótesis de la presente investigación considera que “Los hábitos de estudio si influye en el fortalecimiento u optimización de las funciones cognitivas: inteligencia y memoria” de los estudiantes de Educación General Básica Superior, ya que se considera una aproximación significativa, en base a la correlación estadística de Tau-b de Kendall y como comprobatoria Spearman.

**Tabla 1**  
*Estadígrafo aplicado.*

				IV	INV	IG	M
Tau b Kendall	AC	Coeficiente de correlación	de	,030	,015	,004	-,024
		Sig. (bilateral)		,726	,862	,959	,784
		N		103	103	103	103
	LU	Coeficiente de correlación	de	,063	,001	,049	-,029
		Sig. (bilateral)		,044	,994	,570	,739
		N		103	103	103	103
	ES	Coeficiente de correlación	de	-,107	-,090	-,053	-,088
		Sig. (bilateral)		,023	,009	,546	,017
		N		103	103	103	103
	PL	Coeficiente de correlación	de	,213*	,116	,248**	,147
		Sig. (bilateral)		,015	,190	,005	,003
		N		103	103	103	103
TE	Coeficiente de correlación	de	,077	,055	-,005	-,016	
	Sig. (bilateral)		,008	,036	,951	,859	
	N		103	103	103	103	
EX	Coeficiente de correlación	de	,127	,035	,126	,066	
	Sig. (bilateral)		,035	,682	,039	,441	
	N		103	103	103	103	

TR	Coefficiente de correlación	,167	,111	,133	,055
	Sig. (bilateral)	,047	,013	,031	,534
	N	103	103	103	103

La investigación muestra un análisis significativo de la relación entre las funciones cognitivas: Inteligencia y memoria y los hábitos de estudio (Tabla 1). En la correlación de: Inteligencia verbal (IV) con Lugar de estudio (LU), Estado físico del escolar (ES), Plan de trabajo (PL), Técnicas de estudio (TE), Exámenes y trabajos (EX), Trabajos (TR) las significancias asintóticas son de 0,044; 0,023; 0,015; 0,008; 0,035; 0,047 respectivamente. La correlación de: Inteligencia no verbal (INV) con Estado físico del escolar, Técnicas de estudio (TE), Trabajos (TR) las significancias asintóticas son de 0,009; 0,036; 0,013 respectivamente. La correlación de: Inteligencia general (IG) con Plan de trabajo (PL), Técnicas de estudio (TE), Exámenes y trabajos (EX), Trabajos (TR) las significancias asintóticas son de 0,005; 0,039; 0,031 respectivamente. Y finalmente en la correlación de: Memoria (IM) con Estado físico del escolar (ES), Plan de trabajo (PL) las significancias asintóticas son de 0,017; 0,003 respectivamente, por lo tanto, se correlacionan las dimensiones analizadas.

Según la investigación, las funciones cognitivas; inteligencia y memoria mejoran con la adquisición y uso de hábito y técnicas de estudio efectivas. Esto esta en línea con la epistemología cognitiva que incluye grandes exponentes como Jean Piaget, Jerome Bruner, David Ausubel y Lev Vygotsky quienes consideraban que estrategias cognitivas, como la organización de la información, la elaboración de conexiones y la aplicación de técnicas de memoria y recuperación influyen en los canales naturales de información, como los sentidos, la percepción, la memoria y el comportamiento.

## CONCLUSIONES

La investigación resalta el impacto significativo que tienen las funciones cognitivas, específicamente la inteligencia y la memoria en la adquisición y uso de hábitos de estudio, subrayando su importancia en el rendimiento académico y su capacidad para mejorar áreas cognitivas que presenten limitaciones.

En esencia, se establece que la investigación se fundamenta sobre bases sólidas de conocimiento, los resultados fortalecen la teoría previamente revisada al estar respaldados por análisis estadístico y a su vez confirman que los cuestionarios implementados son herramientas fiables para la recolección de datos y la obtención de resultados válidos.

La investigación ofrece una visión detallada sobre las funciones cognitivas de inteligencia y memoria a través de la diversidad de datos y experiencias recopiladas, lo cual es esencial para desarrollar estrategias educativas efectivas y personalizadas que optimicen el proceso de aprendizaje. En la investigación es posible identificar las magnitudes de las correlaciones observadas con resultados que caen por debajo del umbral de significancia ( $P < 0.05$ ), lo que sugiere la presencia de una correlación positiva entre las dimensiones de las variables en estas instancias.

Los instrumentos de evaluación validaron la hipótesis alternativa propuesta, al arrojar resultados confiables y significativos para la investigación. A pesar de que existen dimensiones con una correlación no lineal, la presencia de una correlación positiva en la mayor parte de las dimensiones evaluadas y al obtener respuestas coherentes en ambos instrumentos por parte de las dos poblaciones encuestadas, se refuerza la validez de los resultados obtenidos.

## BIBLIOGRAFÍA

- Ağırkan, Murat, y Tuncay Ergene. «¿Qué significan las intervenciones de aprendizaje social y emocional (SEL)? Un meta-análisis.» *Revista de Psicodidáctica* 27, n° 2 (2022): 97-108.
- Alaniz, Fatima, Jesús Cisneros, Fernanda Durán , Gelacio Guzmán , Brenda Quijano, y Tamara Salas. «Memoria: Revisión conceptual.» Vol. 9. n° 17. Toluca: Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula, 2022. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/article/view/8156>
- Arán Filippetti, Vanessa, y otros. «Estrategias cognitivas y de autorregulación, compromiso académico y rendimiento académico en estudiantes de educación superior. El papel mediador de la comprensión lectora.» *Propósitos y Representaciones* 11, n° 1 (2023): 1651. <https://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/1651>
- Bernal Gonzalez, Ana, y Carlos Ramos Galarzaa. «Alteraciones neuropsicológicas de la memoria, la atención y el lenguaje en el Síndrome Postraumático Craneal Leve.» *Revista chilena de neuro-psiquiatría* 58, n° 2 (2020): 95-105. [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272020000200095](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272020000200095)
- Bernal-Ruiz, Francisca, Damián Duarte, Fernanda Jorquera, Maturana Desanka, Catalina Reyes, y Enzo Santibáñez. «Memoria de trabajo y planificación como predictores de las competencias matemáticas tempranas.» *Suma Psicológica* 29, n° 2 (2022): 129-137. <https://psycnet.apa.org/record/2024-05970-005>
- Boetto, Carolina , Ricardo Rosas, y Verónica Jordán. «Introducción al estudio de la inteligencia.» *Revista Latinoamericana de Psicología* (Fundación Universitaria

- Konrad Lorenz) 35, nº 1 (2023): 104-105.  
<https://www.redalyc.org/pdf/805/80535116.pdf>
- Castro, Mirian, y Ángela Cevallos . «La estimulación del cerebro y su influencia en el aprendizaje de los niños de preescolar.» *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales* 6, nº 1 (enero - febrero 2021): 49-56.  
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202020000100273](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202020000100273)
- Cheng, Chen , y Melissa Kibbe. «Development of updating in working memory in 4-7-year-old children.» *Dev Psychol* 58, nº 5 (2022): 902-912.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35311308/>
- Diamond, Adele. «Executive functions.» *Handb Clin Neurol* 173 (2020): 225-240.DOI. 10.1016/B978-0-444-64150-2.00020-4
- Döbel, Sabine. «Repensar la función ejecutiva y su desarrollo.» *Perspectivas de la ciencia psicológica* 15, nº 4 (2020): 942-956. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32348707/>
- Elvira, Javier. *La inteligencia verbal : el lenguaje como reforzador cognitivo*. Madrid, Madrid: Visor Libros, 2020. <http://digital.casalini.it/9788498956511>
- Gámez-Calvo, Luisa, Víctor Hernández-Beltrán, Serafín Delgado-Gil, Lourdes Pimienta-Sánchez, y José Gamonales. «Revisión sistemática de programas de intervención para promover hábitos saludables de actividad física y nutrición en escolares españoles.» *Archivos Latinoamericanos de Nutrición* 72, nº 4 (2022): 294-305. <https://www.alanrevista.org/ediciones/2022/4/art-7/>
- Giraldo Urrego, Laura. «Organización del Espacio del Aula Infantil y Creencias Asociadas.» *Zona Próxima* 36 (2022): 28-48. <https://doi.org/10.14482/zp.36.372.21>
- Hernández, Cesar, Raúl Prada, y Audin Gamboa. «Formación inicial de maestros: escenarios activos desde una perspectiva del aula invertida.» *Scielo* 13, nº 5 (febrero - abril 2020): 213-222.  
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062020000500213>
- Jones, David., y Jonathan. Graff-Radford. «Disfunción ejecutiva y corteza prefrontal.» *Continuum (Minneap Minn)* 27, nº 2 (2021): 1586-1601.DOI: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34881727/>
- Malvárez, Melissa. «Sustratos neuronales del hábito.» *J Neurosci Res* 98, nº 6 (2020): 986–997. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31693205/>
- Manuely, Renata, Tatiana Pontrelli, Jacob Laros, Elizeu Coutinho, y Lowenthal Rosane. «Transtorno do Espectro Autista: Avaliação de habilidades cognitivas utilizando o teste não-verbal SON-R 6-40.» *Psicologia: Teoria e Pesquisa* 36 (2020): 3624.  
<https://www.scielo.br/j/ptp/a/MJkYhcXRFw7gSbVTH8TZC5y/>

- Martí-Nicolovius, Margarita. «Efectos del sobrepeso y la obesidad en las funciones cognitivas de niños y adolescentes.» *Rev Neurol* 75, n° 3 (2022): 59-65. <https://neurologia.com/articulo/2022173>
- Molina-Montes, Arelis, Dalia Pérez Villamizar, Dexy Domínguez-Angarita, Yesmin Yohaid, Jhon Rojas-Caballero, y Karime Lizcano-Gómez. «La metacognición como factor de potenciación y desarrollo de competencias de aprendizaje en los estudiantes.» *AiBi Revista de Investigación, Administración e Ingeniería* 11, n° 3 (2023): 23–35. DOI: [10.15649/ISSN.2346-030X](https://doi.org/10.15649/ISSN.2346-030X)
- Muchiut, Álvaro., Paola. Vaccaro, y Marcos. Pietto. «Inteligencia, funciones ejecutivas y rendimiento académico de adolescentes de 13 y 14 años de Resistencia (Chaco, Argentina).» *Interdisciplinaria* 38, n° 3 (2021): 83-102. <https://www.redalyc.org/journal/180/18067032005/html/>
- Mujica Stach, Ana. «Formación de hábitos en la primera infancia: tiempos de pospandemia.» *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales* 19, n° 2 (2023): 271-288. <https://doi.org/10.18004/riics.2023.diciembre.271>
- Navas Espinosa, Rosa. «Hábitos cognitivos, ejecutivos, afectivos y éticos modificados durante la cuarentena en Ecuador.» *Revista Científica UISRAEL* 8, n° 3 (2021): 51-72. <https://doi.org/10.35290/rcui.v8n3.2021.378>
- Olivares, Scarlet, Katuska Salas , y Walter Arias. «Nonverbal intelligence in adolescents and young adults playing video games.» *Revista Educación y Sociedad* 3, n° 5 (2022): 37–47. <https://portal.amelica.org/amei/journal/590/5903866005/>
- Padre, Marise., Suzanne. Higgs, Lucy. Cheke, y Scott. Kanoski. «Memoria y alimentación: una relación bidireccional implicada en la obesidad.» *Reseñas de neurociencia y biocomportamiento* 132 (2022): 110-119. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34813827/>
- Peralta Lara, Lara, y Verónica Guamán Gómez. «Metodologías activas para la enseñanza y aprendizaje de los estudios sociales.» *Sociedad & Tecnología* 3, n° 2 (2020): 2–10. <https://doi.org/10.51247/st.v3i2.62>
- Ramos Gutiérrez, Juan, y Carlos Valiente Barroso. «Memoria secuencial auditiva y memoria verbal.» *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 18, n° 2 (2020): 279-302. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/3041>
- Requejo, Katya, y Sandra Ramajo. «Predictores de las habilidades académicas en niños de 9 años: cociente intelectual, funciones ejecutivas e inteligencia emocional.» *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 19, n° 55 (2021): 533-582. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/4546>
- Reyes, Eufemia. «Metodología de la Investigación Científica.» En *Metodología de la Investigación Científica*, de E. Reyes. Page Publishing, 2022.

- Reyes-González, Nicolás, Alba Meneses-Báez, y Alejandro Díaz-Mujica. «Planificación y gestión del tiempo académico de estudiantes universitarios.» *Formación universitaria* 15, n° 1 (2022): 57-72. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062022000100057>
- Román Fuentes, Juan Carlos, Rafael Franco Gurría, y Rebeca Román Julián. «Diagnóstico sobre hábitos de estudio en universitarios de nuevo ingreso como herramienta para identificar oportunidades de mejora.» *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo* 11, n° 21 (2020). <https://doi.org/10.23913/ride.v11i21.692>
- Ruiz-Segarra, María. «Ansiedad ante exámenes y hábitos de estudio.» *Horizontes Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*. 4, n° 16 (2020): 461-468. <http://orcid.org/0000-0002-4432-7449>
- Sastre, Sylvia. «Funcionamiento ejecutivo y metacognición en la alta capacidad intelectual.» *Medicina* 84 ( Suppl 1 ) (2024): 72-78. [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0025-7680202400020072&lng=es](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0025-7680202400020072&lng=es).
- Seabrook, Lauren, y Stephanie Borgland. «La corteza orbitofrontal, la ingesta de alimentos y la obesidad.» *J Psiquiatría Neurología* 45, n° 5 (2020): 304-312. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32167268/>
- Sevilla Vera, Yolanda, Miriam Valles Casas, Mara Navarro Valdelvira, Raquel Fernández, y Natalia Solano Pinto. «Hábitos saludables en la niñez y la adolescencia en los entornos rurales. Un estudio descriptivo y comparativo.» *Nutrición Hospitalaria* 38, n° 6 (2021): 1217-1223. <https://www.nutricionhospitalaria.org/articles/03484/show>
- Trassi, Angélica, Katya Oliveira, y Amanda Inácio. «Reading Comprehension, Learning Strategies and verbal reasoning: Possible Relationships.» *Psico-USF* 24, n° 4 (2019): 615 - 624. <https://www.scielo.br/j/psuf/a/xt7J3VFmM3G6sWmDxLsNkVq/>
- Zamora, Eliana, Isabel Introzzi, Macarena Del Valle, y María Richard's. «Marco teórico del efecto de interferencia en contextos neutrales y emocionales.» *Escritos de Psicología* 13, n° 1 (2020): 23-33. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1989-38092020000100003&lng=es&nrm=iso](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1989-38092020000100003&lng=es&nrm=iso)
- Zhang, Ximeng . «Evaluación de la eficacia de la escritura en distintos medios para mejorar las competencias lingüísticas de los niños: un estudio educomunicativo del desarrollo del lenguaje en China.» *Comunicar* 32, n° 78 (2024): 191-204. <https://www.revistacomunicar.com/ojs/index.php/comunicar/article/view/115766>

Las opiniones, análisis y conclusiones del autor son de su responsabilidad y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Inclusiones**.