

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA DE MEDICINA HUMANA



**Asociación entre hábitos de estudio, autorregulación de la motivación y
rendimiento en el examen de internado EsSalud, Lambayeque, 2020**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
MÉDICO CIRUJANO**

AUTOR

Milagros Geraldine Quiroz Sanchez

ASESOR

Franklin Saavedra Idrogo

<https://orcid.org/0000-0003-0951-5441>

Chiclayo, 2022

**Asociación entre hábitos de estudio, autorregulación de la
motivación y rendimiento en el examen de internado EsSalud,
Lambayeque, 2020**

PRESENTADA POR

Milagros Geraldine Quiroz Sanchez

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

MÉDICO CIRUJANO

APROBADA POR

Winston Gomez Maldonado

PRESIDENTE

Henry Ricardo Villarreal Trujillo

SECRETARIO

Franklin Saavedra Idrogo

VOCAL

DEDICATORIA

Para Mavila y Jimmy, mis padres, por permitirme soñar con esta carrera y hacerla posible, por lidiar con mi mal genio en momentos en los que el estrés era pan de todos los días durante los años más fuertes de la carrera, por ser mi fortaleza en los días donde me cuestioné si esta carrera era para mi y por supuesto por los consejos realistas que me terminaba repitiendo como mantra para hacerle paso a la vida, por todo esto, muchas gracias.

AGRADECIMIENTOS

A Esperanza, mi abuela, por las tazas de chocolate caliente en las madrugadas , por ser mi despertador en la época de exámenes y por las miles de anécdotas que terminan siendo un mate de risa.

A Frey Merino , mi tío , por ser el apoyo que necesité los primeros años de la carrera y enseñarme con actos el significado de unidad familiar.

A todos los pacientes que vi durante la carrera y sobre todo durante el internado, aprendí mucho con sus historias clínicas pero sobre todo fueron la respuesta que necesité a mis dudas sobre si estaba en el camino correcto.

Índice

Resumen	5
Abstract	6
Introducción	7
Revisión de la literatura	8
Materiales y Métodos	10
Resultados y Discusión	12
Conclusiones	19
Recomendaciones	19
Referencias	20
Anexos	22

Resumen

Introducción: El examen de internado se realiza al terminar el sexto año de la carrera para alcanzar una plaza de algún hospital, siendo necesaria una nota mayor a 13 para aprobar. Por otro lado, diversos estudios peruanos han demostrado la influencia de los hábitos de estudio en los estudiantes sobre su rendimiento académico. **Objetivo:** Por lo que en este estudio se buscó determinar la asociación entre la autorregulación de la motivación, los hábitos de estudio con el rendimiento en el examen de internado EsSalud del año 2020 de la región Lambayeque. **Metodología:** El estudio fue observacional, transversal y analítico. El muestreo fue de tipo censal, conformado por 125 estudiantes que rindieron el examen de internado. **Resultados:** La población estuvo conformada por la misma proporción de varones y mujeres. Además, la edad promedio fue de 25,5 años (DE 2,2 años). No se encontró asociación entre los hábitos de estudio y las notas obtenidas en el examen, sin embargo, existe mayor número de aprobados en aquellos con tendencia de buenos hábitos vs aquellos con tendencia negativa. Por otro lado, no existe asociación entre la autorregulación de la motivación y el puntaje obtenido en el examen. Sin embargo, sí se encontró asociación entre el haber sido seleccionado o desaprobado en el examen y el nivel de nerviosismo durante el mismo ($p < 0,01$).

Palabras clave: internado, motivación, hábitos de estudio (Fuente: DeCS BIREME)

Abstract

Introduction: The boarding examination is carried out at the end of the sixth year of the race to reach a place in a hospital, a grade greater than 13 being necessary to pass. On the other hand, several Peruvian studies have shown the influence of study habits in students on their academic performance. **Objective:** This study sought to determine the association between self-regulation of motivation, study habits and performance in the 2020 EsSalud boarding examination in the Lambayeque region. **Methodology:** The study observational, cross-sectional and analytical. The sampling was of census type, consisting of 125 students who took the boarding examination. **Results:** The population was made up of the same proportion men and women. In addition, the average age was 25.5 years (2.2 years). No association was found between the study habits and the marks obtained in the exam, nor between the self-regulation of the motivation and the score obtained in the exam. However, an association was found between having been selected or disapproved in the examination and the level of nervousness during the examination ($p < 0.01$).

Keywords: Internship, motivation, study habits

Introducción

La UNESCO sugiere que, el actuar médico que nuestra sociedad actualmente requiere e implica la necesidad de un gran y fuerte sentido social, algo que inherentemente se relaciona con el proceso de aprendizaje llevado a cabo durante toda la formación académica, con los hábitos de estudio desarrollados, el nivel de motivación y el nivel de autorregulación de la motivación del propio estudiante durante su carrera. (1)

Existe una correlación positiva entre la motivación y los hábitos de estudio con el rendimiento académico, pero en grados muy variados, dependiendo de la materia analizada, la población, la edad, entre otras variables; sin embargo, lo que aún ha sido poco estudiado es la relación entre la autorregulación de la motivación y el rendimiento académico. (2,3–6)

En el Perú, el examen de internado es un momento clave durante la formación académica de todo estudiante de medicina; se realiza al terminar el sexto año de la carrera para alcanzar una plaza de algún hospital, ya sea en el Ministerio de Salud, EsSalud o Policía Nacional, éste se realiza a nivel regional, siendo necesaria una nota mayor a 13 para aprobar, y mientras mayor sea el puntaje, mayor será la probabilidad de asegurar una plaza en el hospital deseado. Además, aprobar el examen es un requisito para ejercer la carrera pues es una forma de evaluar los conocimientos que se debieron haber aprendido a lo largo de toda la formación académica. (4)

Asimismo, el examen de internado 2020 tuvo cambios concernientes a la evaluación que consisten en que el valor total del examen está determinando por el puntaje obtenido, a diferencia de años anteriores que se tenía en cuenta el promedio del proceso académico. Esto permite reflejar totalmente los hábitos de estudio y la motivación del estudiante puesta en dicho examen. Actualmente, son escasas las investigaciones sobre la relación entre los hábitos de estudio y el puntaje obtenido en el examen de internado EsSalud; incluso la información sobre la influencia de la autorregulación de la motivación en las notas obtenidas en dicho examen es prácticamente inexistente. Además, es relevante porque el examen de internado EsSalud es una evaluación realizada cada año a los internos de medicina, cuya aprobación es necesaria para ejercer la carrera, evaluando si se lograron o no las competencias necesarias para el actuar médico. Y aunque la forma de aprendizaje es particular en cada persona, este estudio pretende buscar aquellas estrategias que hayan demostrado tener un papel fundamental en el desempeño académico de los internos, permitiendo a los demás estudiantes conocer distintas formas de asegurar u optimizar su aprendizaje durante la preparación para el examen o a lo largo de la carrera. Para ello, primero es necesario explorar la relación del puntaje obtenido en el examen con factores como los hábitos de estudio, la autorregulación de la motivación. (5) En ese

sentido, en el presente estudio, se buscó determinar la asociación entre la autorregulación de la motivación, el nerviosismo y los hábitos de estudio; con el rendimiento mostrado en el examen de internado EsSalud, región Lambayeque, año 2020.

Revisión de la literatura

Antecedentes

Huertas N. (2015), en un estudio correlacional, transversal con una muestra de 60 estudiantes de la facultad de educación de la Universidad José Faustino Sánchez Carrión-sede Huaral, se buscó determinar la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los universitarios; utilizándose el cuestionario CASM-85 de Vicuña para evaluar hábitos de estudio y las calificaciones de los estudiantes para evaluar rendimiento académico; demostrando que sí existe una relación entre ambas variables. Y concluyéndose que una mejora en los hábitos de estudio mejoraría el rendimiento (5).

Pineda L, et al. (2018), en una investigación descriptiva-correlacional y transversal realizada en la Universidad San Pedro de Sula a una muestra de 238 estudiantes de álgebra durante el año académico 2016, con la finalidad de determinar la relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico, se utilizó el instrumento de Mena, Golbach y Veliz (2009) para evaluar hábitos de estudio y se formó cinco categorías con las notas en sistema centesimal para evaluar el rendimiento ; lográndose demostrar la existencia de una relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico, obteniendo que el 55,5% de los estudiantes que tenían un buen rendimiento, tenían adecuados hábitos de estudio (6).

Jurado G, et al. (2018), en una investigación descriptiva, correlacional y una muestra de 123 estudiantes que pertenecían a un curso del primer año de la carrera de Medicina Humana de la Universidad San Pedro de Chimbote, se buscó determinar la relación entre hábitos de estudios y rendimiento académico, empleándose el instrumento CASM-85 y el registro de notas; encontrándose una asociación significativa entre ambas variables ($p=,042$). El 32,5 % se ubicó en tendencia positiva para los hábitos de estudio y el 47,2% tuvo un regular rendimiento académico (7).

Picasso M, et al. (2015), realizaron un estudio observacional, descriptivo y transversal en internos de odontología de la Universidad de San Martín de Porres, con el fin de determinar una relación entre hábitos de lectura, estudio y el rendimiento académico. Se utilizó el cuestionario de Gilbert Wrenn para evaluar hábitos de estudio y una encuesta de diez preguntas para evaluar los hábitos de lectura; determinándose que el 62% de la muestra tenía bajo

rendimiento y solo leía de manera ocasional por lo que no se encontró asociación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico (p: 0,89). (4)

Estudios similares se han llevado a cabo en países vecinos, demostrando también un papel fundamental de los hábitos en el desempeño académico de dichos estudiantes. Un estudio transversal realizado en 108 estudiantes de una Universidad de Colombia tuvo por objetivo estudiar la relación entre la motivación y los hábitos de estudio. Se obtuvo que una mayor motivación se relacionaba con una mayor realización de resúmenes y a una mayor revisión de fuentes. Concluyéndose una relación positiva entre ambas variables (8). En otro estudio descriptivo en Poza Rica-Tuxpan, el objetivo fue encontrar la relación entre los hábitos de estudio y rendimiento académico. Demostrándose al final una correlación significativa entre las variables. (8)

La motivación es un estado interno, si bien cuenta con múltiples definiciones, autores coinciden en definirla como “los factores o determinantes internos que incitan a una acción”, que bien puede estimular a ejecutar o poner en obra algo, o a dejar de hacerlo. (9,12)

Existen diferentes explicaciones sobre cómo se origina la motivación, la más común es la división entre la teoría de la motivación intrínseca y la teoría de la motivación extrínseca. La teoría de la motivación intrínseca proviene del entendimiento del mundo, tiene su origen en la misma persona, por el contrario, la motivación extrínseca requiere de un estímulo externo, y se proporciona como un medio para alcanzar un fin. Se ha demostrado que la motivación intrínseca provoca un mayor resultado en el proceso de aprendizaje. (9)

Por otro lado, la autorregulación de la motivación es considerada como “la capacidad de un estudiante de regular su propia motivación para alcanzar sus objetivos propuestos a pesar del aburrimiento o frustración que pueda experimentar”. Otra variable son los hábitos de estudio, los cuales tienen una asociación significativa con rendimiento académico; sin embargo, el grado de dicha asociación variaba muchísimo según variables de sexo, tipo de estudio, evaluación entre otras. (9)

En el caso de la motivación en relación al estudio, se ha demostrado que la motivación intrínseca ocasiona que los estudiantes participen en el proceso de aprendizaje en mayor medida, y que eso mejora sus habilidades y capacidades. Existe mayor motivación cuando los estudiantes desean aprender un tema per se y no solo por conseguir calificaciones, cuando consideran que tienen control sobre sus capacidades (locus de control), y cuando consideran que tienen las habilidades necesarias para conseguir el objetivo de aprendizaje, denominado autoeficacia.(10)

Asimismo, la autorregulación emocional es definida como “la capacidad de responder a las demandas continuas de una manera socialmente tolerable y lo suficientemente flexible como para permitir reacciones emocionales espontáneas”.(11)

La autorregulación de la motivación en el ámbito educativo va ligada sobre todo a la ejecución de tareas que puedan mermar la motivación para ejecutarlas, o completarlas, tal sería el caso por ejemplo de la preparación para un examen muy competitivo, donde el estudiante podría sentirse hastiado o fallido. El estudiante autorregulado es capaz de persistir en su afán de lograr el objetivo propuesto, y por ende superar su carencia de motivación, utilizando pensamientos y hechos.

Los hábitos, son definidos por la Real Academia Española como “una forma habitual de proceder lo cual es adquirido por repetición de actos iguales o semejantes”(12) entonces, los hábitos de estudio se refieren a conductas rutinarias de estudio. Los hábitos de estudio se forman durante la vida escolar y secundaria, durante la vida universitaria deben ser mejorados, y se ha observado que guardan relación con el desempeño académico,(2,3,5,13) aunque otros factores como la autorregulación de la motivación también son importantes.

Materiales y Métodos

Se realizó un estudio observacional, transversal y analítico. La población estuvo conformada por estudiantes que rindieron el examen de EsSalud durante el año 2020 y que formaron parte de universidades de la región Lambayeque. El tipo de muestreo fue censal, es decir, se solicitó la participación de la población como muestra. La muestra por tanto estuvo conformada por 125 estudiantes que rindieron el examen de internado en Lambayeque. El criterio de inclusión fue contar con la aprobación del consentimiento informado. Y entre los criterios de exclusión se tomaron en cuenta las encuestas incompletas y aquellas en las cuales no se había firmado el consentimiento informado.

Se empleó una ficha de recolección de datos en la cual se incluyó información sociodemográfica como: sexo (femenino y masculino), edad (años) y universidad de procedencia dentro de la región Lambayeque (Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Universidad Particular de Chiclayo, Universidad Señor de Sipán y Universidad San Martín de Porres- Filial Chiclayo) y otras variables como: nerviosismo el día del examen (según escala de Likert), horas de sueño diaria, tiempo de estudio diario para el examen (horas), datos que caracterizaron a los estudiantes que rindieron el examen de EsSalud durante el año 2020 de la región Lambayeque. Además, se utilizaron dos cuestionarios para medir los hábitos y la autorregulación de la motivación estudiantil.

El cuestionario CASM – 85, fue elaborado por Vicuña, cuenta con una confiabilidad elevada, alfa de Cronbach 0,81.(14) Está conformado por 53 ítems, con alternativas “siempre” y “nunca”, a las que se le asigna el puntaje uno o cero, respectivamente.(2) Además de la presentación por puntaje, el instrumento establece categorías de hábitos, designados como: Muy negativo, negativo, tendencia negativa, tendencia positiva, positivo, y muy positivo.

Y el otro cuestionario sobre estrategias de autorregulación de la Motivación fue creado por Wolters y Benzon en el año 2013, y validado para su uso en español y en estudiantes universitarios por Rojas – Ospina en el año 2019. La consistencia interna fue elevada, alfa de Cronbach ($0,70 > \text{alfa} < 0,80$).⁽⁹⁾ La versión validada al español por Rojas-Ospina cuenta con 22 ítems evaluados por la escala de Likert de siete puntos, y cinco factores: estructuración ambiental, auto consecuencias, regulación del interés situacional, regulación del valor de la tarea, y regulación de metas de aprendizaje.

Para la recolección de datos se empleó la técnica de encuesta tomando en cuenta los dos instrumentos. Se buscó la lista de postulantes al examen EsSalud del año 2020 de la región Lambayeque en el portal del Seguro Social de Salud ubicado en la dirección electrónica <http://www.EsSalud.gob.pe/programa-de-internado-medico/>, posteriormente se procedió a contactarlos vía redes sociales, a través de referencias.

Una vez que se encuestó a toda la población, se extrajo los datos del sistema *Google Form*, para crear una base de datos en Microsoft Excel versión 2010, luego se exportó al software libre R, versión 4.0.2 para Windows® (84 megabytes, 32/64 bit) en el que se realizaron todos los análisis estadísticos.

Se analizó la correlación lineal entre los puntajes de hábitos según el instrumento CASM – 85, y el puntaje obtenido en el examen de internado EsSalud 2020. Así mismo, se buscó correlacionar linealmente el puntaje de la autorregulación de la motivación según el instrumento de las Estrategias de la Autorregulación de la Motivación y el puntaje del examen de internado. Los análisis de asociación se realizarán con las pruebas de Correlación lineal de Pearson, o Spearman según corresponda.

La variable hábitos y autorregulación de la motivación, también se presentó en su forma cualitativa, por lo que se calculó frecuencias absolutas y relativas. Las variables cuantitativas se resumieron con medidas de tendencia central y medidas de dispersión, previa evaluación de la normalidad con la prueba de Kolmogorov – Smirnov, y el coeficiente de variación cuando este es mayor al 30%.

Se buscó describir los hábitos y las motivaciones según otras variables. Para representar la información se emplearán tablas y figuras.

Resultados y Discusión

El 24,6%, pertenecieron a la USAT seguido de la UDCH. En cuanto a los hábitos de estudio; la mayor parte de los estudiantes presentaron hábitos de estudio positivos (40,5%), seguidos de hábitos con tendencia positiva (31,7%) y menos del 15% presentó hábitos con tendencia negativa.

Tabla 1. Distribución de estudiantes según sexo, universidad de procedencia, nerviosismo durante el examen, y hábitos de estudio.

Variable	N	%
Sexo		
Masculino	64	50,8
Universidad de procedencia		
USAT	31	24,6
UDCH	30	23,8
USMP-sede norte	24	19,0
UNPRG	23	18,3
USS	18	14,3
Hábitos de estudio		
Muy positivo	17	13,5
Positivo	51	40,5
Tendencia positiva	40	31,7
Tendencia negativa	18	14,3

N = 126 estudiantes. USAT = Universidad Santo Toribio de Mogrovejo; UDCH = Universidad de Chiclayo; USMP-sede norte = Universidad San Martín de Porres – sede norte; UNPRG = Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo; USS = Universidad Señor de Sipán.

La edad promedio de los estudiantes que rindieron el examen de internado EsSalud-2020 fue de 25 ± 2 años y la nota promedio obtenida en el examen fue de 12,1 puntos (DE: 1,9 puntos). Además, la mediana de las horas de estudio diarias en los estudiantes, para el examen, fue de 5 horas por día (RIC: 4-6 horas). Así mismo, el promedio de horas de sueño en los estudiantes, durante su preparación, fue de 6,3 horas (DE: 1,4 horas). Mientras que, los promedios de los puntajes obtenidos en las preguntas de la sección -Autorregulación de la motivación- fueron: Regulación del valor de la tarea, 33,8/42 puntos. (DE: 8,1 puntos); regulación de metas de desempeño, 32,7 puntos. (DE: 8,0 puntos). Auto consecuencias, 15,6 puntos. (DE: 4,3 puntos); estructuración ambiental, 15,8 puntos. (DE: 4,2 puntos); regulación del interés situacional, 19,4 puntos. (DE: 5,8 puntos).

Tabla 2. Tendencia central y dispersión de datos de resultados relacionados al examen de internado EsSalud año 2020.

Variable	X	D.E.
Edad	25,5	2,2
Nota examen internado	12,1	1,9
Horas estudio para examen por día*	5	4 – 6
Horas de sueño durante preparación	6,3	1,4
Hábitos de estudio	35,6	7,2
¿Cómo estudia usted?	8,4	1,6
¿Cómo hace usted sus tareas?	7,6	2,0
¿Cómo prepara sus exámenes?	7,5	2,1
¿Cómo escucha las clases?	7,1	2,6
¿Qué acompaña sus momentos de estudio?	5,1	1,9
Autorregulación de la motivación	117,2	26,2
Regulación del valor de la tarea	33,8	8,1
Regulación de metas de desempeño	32,7	8,0
Auto consecuencias	15,6	4,3
Estructuración ambiental	15,8	4,2
Regulación del interés situacional	19,4	5,8

X = promedio; D.E. = Desviación Estándar. * Mediana (Rango Intercuartílico)

En cuanto a la proporción de seleccionados o aprobados en el examen, según su nivel de nerviosismo, se obtuvo que 26 estudiantes estuvieron poco nerviosos, de los cuales el 65% (17) aprobaron el examen; 49 estudiantes estuvieron regularmente nerviosos, de los cuales el 43% (21) aprobaron el examen; 5 estudiantes estuvieron nada nerviosos, de los cuales el 40% (2) aprobaron el examen; 18 estudiantes estuvieron muy nerviosos, de los cuales el 33% (6) aprobaron el examen; 28 estudiantes estuvieron nerviosos, de los cuales el 18% (5) aprobaron el examen.

Tabla 3. Resultado en el examen según nivel de nerviosismo.

Variable	Seleccionados	Total	%
Poco nervioso	17	26	65%
Regularmente nervioso	21	49	43%
Nada nervioso	2	5	40%
Muy nervioso	6	18	33%
Nervioso	5	28	18%

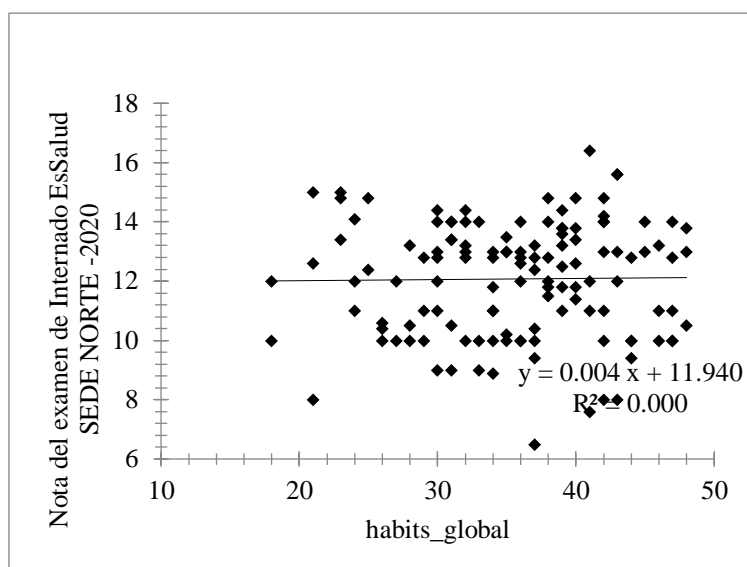
Al compararse los hábitos de estudio de los participantes con el nivel de nerviosismo que consideraron tener durante el examen se obtuvo que del total de estudiantes con hábitos muy positivos (17) ; dos dijeron estar muy nerviosos, uno dijo estar nada nervioso, dos dijeron estar nerviosos, seis dijeron estar poco nerviosos y otros seis dijeron estar regularmente nerviosos; así como del total de personas (51) con hábitos positivos ; seis dijeron estar muy nerviosos, uno dijo estar nada nervioso, 15 dijeron estar nerviosos, 12 dijeron estar poco nerviosos y otros 17 dijeron estar regularmente nerviosos; por último del total de personas (18) con hábitos muy positivos, cinco dijeron estar muy nerviosos. Además, se encontró asociación entre el haber sido seleccionado o desaprobado en el examen y el nivel de nerviosismo durante el mismo ($p < 0,01$).

Tabla 4. Nivel de nerviosismo en el examen según los hábitos de estudio

		Hábitos				Total
		Muy	Positivo	Tendencia	Tendencia	
¿Cómo considera usted, fue su nivel de nerviosismo durante el examen?	Muy nervioso	2	6	5	5	18
	Nada nervioso	1	1	2	1	5
	Nervioso	2	15	2	9	28
	Poco nervioso	6	12	1	7	26
	Regularmente	6	17	8	18	49
Total		17	51	18	40	126

No se encontró asociación, correlación lineal, entre el puntaje del instrumento diseñado por Vicuña para medir los hábitos de estudio y las notas obtenidas en el examen, se obtuvo un R^2 de 0%, lo cual indicaría que ninguna de las variaciones del puntaje de hábitos explicaría las variaciones de notas obtenidas para el examen de internado.

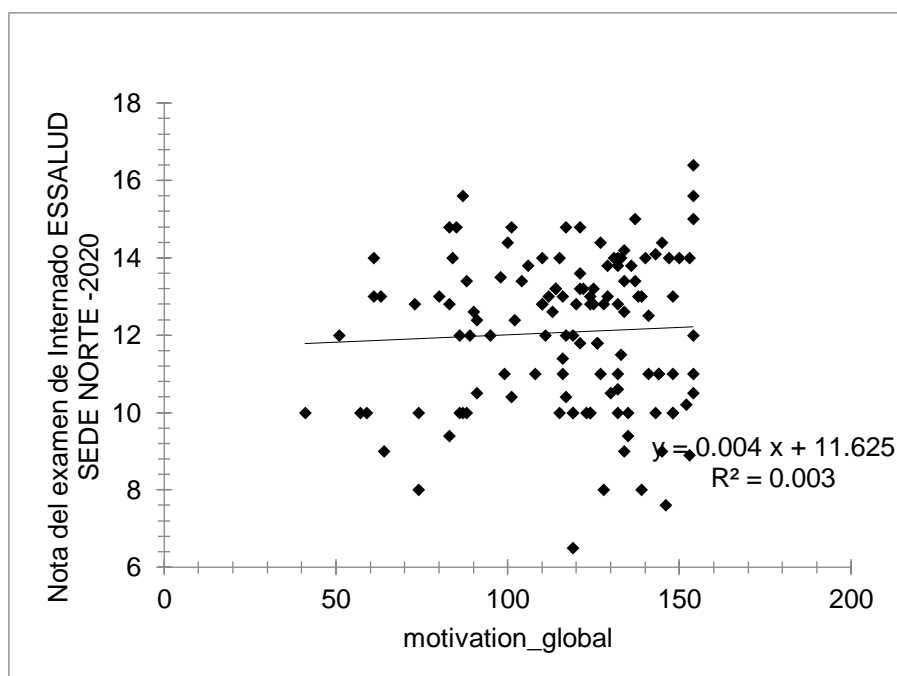
Gráfico 1. Correlación y regresión lineal entre el puntaje del instrumento sobre hábitos de estudio y las notas del examen de internado EsSalud año 2020.



$R^2 = 0$ y 1

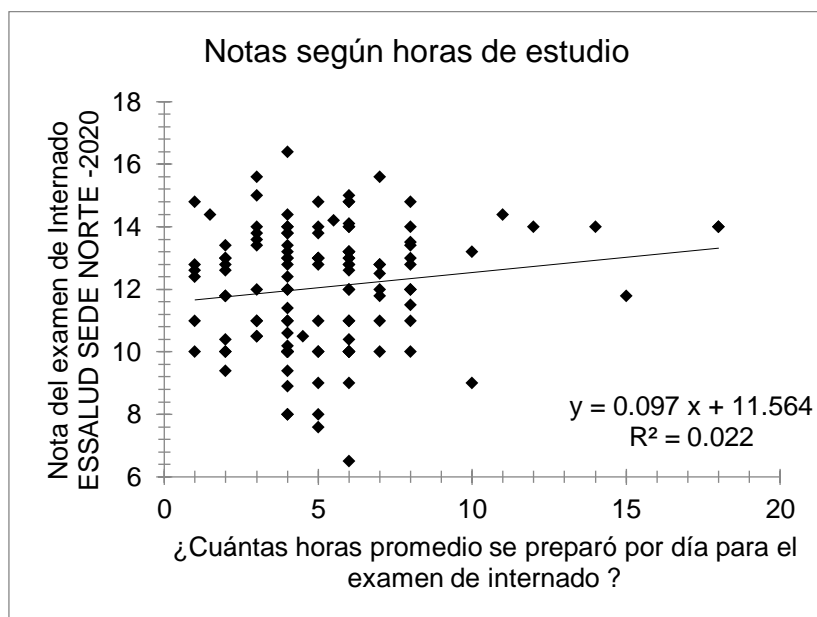
0 = Sin correlación 1 = correlación perfecta

Gráfico 2. Correlación y regresión lineal entre el puntaje del instrumento sobre autorregulación de la motivación y las notas del examen de internado EsSalud año 2020.



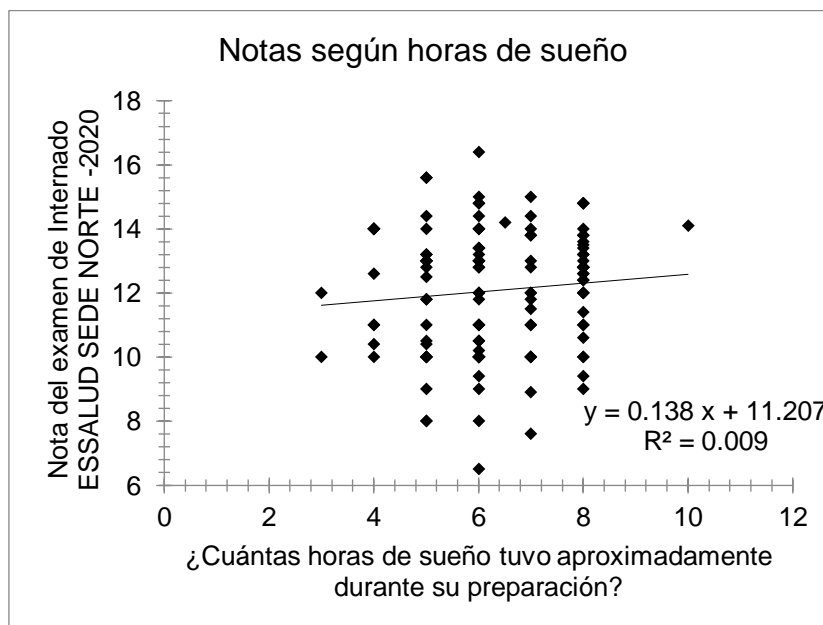
También se encontró un porcentaje de R2 (0%) cuando se evaluó la relación lineal entre en puntaje respecto de la autorregulación de la motivación y el puntaje obtenido en el examen.

Gráfico 3. Correlación lineal y regresión entre el puntaje obtenido en el examen EsSalud año 2020 y las horas de estudio.



Solamente el 2% de las variaciones de las horas de estudio podrían explicar las variaciones de la nota obtenida en el examen ($R^2 = 0,02$).

Gráfico 4. Correlación lineal y regresión entre el puntaje obtenido en el examen EsSalud año 2020 y las horas de sueño.



De la misma manera, solamente el 1% de las variaciones de dichas notas podrían ser explicadas por variaciones de las horas de sueño estudiantes durante la preparación para el examen ($R^2 = 0,01$).

La autorregulación de la motivación no está correlacionado al rendimiento en el examen de internado. Según los resultados, hubo un porcentaje R^2 de 0%, indicando que no hay correlación (gráfico 2). Respecto al tema los expertos difieren de nuestro hallazgo, entre ellos Castillo M. et al. , sostienen que el desempeño académico depende en gran medida del grado de motivación que muestre el estudiante. Pues para ellos, la motivación es el motor de la conducta humana, muy relacionada al interés y a la necesidad que tiene una persona cuando quiere alcanzar algo.(15) Además, los resultados encontrados en un estudio realizado en 108 estudiantes universitarios en Bogotá evidenciaron que existe una clara relación entre el grado de motivación que muestran los estudiantes con los hábitos de estudio que usan para mejorar su rendimiento académico.(16) Si bien todos estos autores defienden una fuerte correlación entre aprendizaje y motivación, en el presente estudio se puede hipotetizar que los resultados se expliquen porque no existiría un interés real por aprender todos esos temas, sino presión por aprobar un examen, haciendo que la verdadera razón de retener los conocimientos no sea el aprendizaje sino superar una nota.

No se encontró correlación entre los hábitos de estudio y el rendimiento en el examen de internado. Se obtuvo un R^2 de 0%, lo cual indicaría que ninguna de las variaciones del puntaje de hábitos explicaría las variaciones de notas obtenidas para el examen de internado (gráfico 1). Estos resultados concuerdan con los encontrados en un estudio realizado en estudiantes de odontología de una universidad peruana, en el cual se evaluó la relación existente entre el rendimiento académico y los hábitos de lectura, así como los hábitos de estudio; encontrándose que, aunque la mayoría de dichos estudiantes de ciencias de la salud presentaban hábitos de lectura y de estudio deficientes, estos hábitos no se correlacionaron con su rendimiento académico 4. Sin embargo, otros estudios como el de Cepeda I, describieron la existencia de relación significativa, representativa y de dependencia entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico.(17) En estudios mejor relacionados con el tema, como el que se realizó la UNMSM internos en el ENAM en el año 2012 se encontró que el mejor predictor de rendimiento académico era el promedio ponderado universitario o PPU, el cual a su vez dependía en gran medida de los hábitos de estudio que logró aprender durante dicho proceso. (18) Lo mismo encontró Salazar O. en otro estudio realizado en la Universidad de Lima, donde el PPU también era uno de los factores asociados a una mayor calificación en el ENAM. (19) El mismo resultado también fue obtenido por Huamani C. al demostrar la correlación entre las

notas obtenidas en el ENAM y el promedio ponderado universitario (PPU). (20) Otro estudio similar, pero esta vez realizado en estudiantes de una facultad de enfermería en Veracruz-México, demostró también la existencia de una correlación significativa entre los hábitos de estudio y el desempeño académico en dichos estudiantes. (8) La razón de las diferencias entre nuestro estudio y la literatura se explica por el uso de diferentes instrumentos, en el cual se recalca que el usado por nosotros, no considera algunas variables que si están incluidos en los estudios que muestran una correlación.

El haber sido seleccionado o desaprobado en el examen está asociado con el nivel de nerviosismo durante el examen de internado por parte de los postulantes. Según los resultados se encontró asociación entre el haber sido seleccionado o desaprobado en el examen y el nivel de nerviosismo durante el mismo con un valor de $p < 0,01$. Esto según la literatura es porque se activa el sistema nervioso simpático y terminaciones nerviosas a nivel del área de la memoria a corto y mediano plazo se bloquean, haciendo que lo leído previamente no pueda ser recepcionado por el individuo, esta teoría podría explicar los resultados del examen en base al nivel de nerviosismo hallados en esta investigación.

Los estudiantes con hábitos de tendencia positiva aprueban con mayor frecuencia el examen de internado que aquellos con hábitos con tendencia negativa. En la investigación hecha por Cepeda I, se reconoce como hábitos de tendencia positiva a aquellos que contribuyen en el estudiante a los procesos de concentración, organización, responsabilidad y aprendizaje, como por ejemplo: destinar un lugar o área específica para la realización de actividades académicas; que dicho lugar de estudio esté alejado de ruidos, en orden e iluminado; etc. (17) Picasso M, menciona algo similar en su estudio, señalando que existen comportamientos que además de influir en el buen o mal estado de salud del estudiante, también influyen, inevitablemente, en el desempeño académico.(4) En otro estudio peruano, realizado en Trujillo en estudiantes del II ciclo de la carrera de Medicina humana en el curso Biología, se clasificaron los hábitos de estudio de los estudiantes en hábitos de estudio muy positivos, positivos, con tendencia positiva, con tendencia negativa y negativos; encontrándose que la mayoría (41,8%) poseía hábitos con tendencia positiva. Determinándose al final que sí existía una correlación significativa entre el rendimiento y los hábitos. (13) Asimismo, otro estudio similar realizado en Chimbote por Jurado G. con una población muestral de 123 estudiantes universitarios encontró también una relación significativa entre el desempeño académico y los hábitos de estudio, encontrando que la mayoría de esos estudiantes (el 32,5%) poseían hábitos de estudio con tendencia positiva. 22 Indudablemente los hábitos poseen una gran influencia en el aprendizaje, estos si bien varían según cada estudiante, según Chilca ML aspectos como repasar lo estudiado después de cuatro

a ocho horas y estudiar por lo menos dos horas diarias para la preparación de un examen son dos hábitos de estudio de tendencia positiva que están muy relacionados a resultados académicos óptimos.(21)

Los alumnos estudian una mediana cinco horas por día. En el estudio realizado por Picasso M., se encontró un resultado similar, sin embargo, al igual que en esta investigación, dicho hallazgo no contribuyó en el rendimiento académico. La razón por podría estar relacionada al hecho de que otros factores como los hábitos de lectura y la concentración en ese tiempo eran ineficientes, llegando a la conclusión final de que no existía correlación alguna. Lo anterior demuestra que este hábito de horas de estudio por día no es determinante en el rendimiento del examen de internado.

Conclusiones

No existe correlación entre la autorregulación de la motivación y el puntaje obtenido en el examen. Se encontró asociación entre el haber sido seleccionado o desaprobado en el examen y el nivel de nerviosismo durante el mismo. No se encontró correlación entre los hábitos de estudio y las notas obtenidas en el examen de internado EsSalud del año 2020 de la región Lambayeque, existe mayor número de aprobados en aquellos con tendencia de buenos hábitos vs aquellos con tendencia negativa.

Recomendaciones

Se recomienda realizar el análisis de autorregulación de la motivación antes de la prueba, o inmediatamente después de esta, ya que una de las limitaciones fue que se evaluó la autorregulación meses después de haber sido aplicada la prueba. Finalmente, se recomienda realizar programas o implementar intervenciones preventivo promocionales de control del nerviosismo previa a las pruebas de internado, toda vez que encontramos que aquellos que se sentían menos nerviosos tendían a aprobar en mayor proporción. Se recomienda realizar estudios longitudinales para tener una visión más amplia de los hábitos de estudio y la autorregulación de la motivación global de un estudiante, y no solamente previa a la prueba de internado.

Referencias

1. Maira Pardo, Yainet Cruz, María Cruz MS. Motivación y reafirmación vocacional en estudiantes de 2do y 3er año de la carrera de medicina. En: Primer Congreso Virtual de Ciencias Morfológicas. La Habana; 2011. p. 1-8.
2. Armas KES, Rojas MR. Relación entre los hábitos de estudio y el rendimiento académico en los estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Nacional de la Amazonia Peruana – Iquitos. 2016.
3. Mena A, Golbach M, Véliz M. Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento de alumnos ingresantes. Tucumán: Universidad Nacional de Tucumán; 2009. p. 3-15.
4. Picasso, M., Villanelo, M. y Bedoya L. Habits of reading and study and its relationship to academic achievement in dental students of a Peruvian University. *Kiru*. 2015;12(1):19-27.
5. Huertas N. Hábitos de estudio y rendimiento académico de los estudiantes de la facultad de educación de la universidad nacional José Faustino Sánchez Carrión. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle; 2015. p. 1-10.
6. Pineda Lezama OB, Alcántara Galdámez NJ. Hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Innovare Rev Cienc y Tecnol*. 2018;6(2):19-34.
7. Jurado G, Nora N. Hábitos de estudios y rendimiento académico en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad San Pedro – Chimbote, 2017. 2018.
8. Cruz Núñez F, Quiñones Urquijo A. Hábitos de estudio y rendimiento académico en enfermería, Poza Rica, Veracruz México. Vol. 11, Actualidades Investigativas en Educación. 1970.
9. Rojas-Ospina T, Valencia-Serrano M. Adaptation and validation of a questionnaire on motivation self-regulation strategies in college students. *Psyche*. 2019;28(1):1-15.
10. Ryan RM, Deci EL. Intrinsic and Extrinsic Motivations: Classic Definitions and New Directions. *Contemp Educ Psychol*. 2000;25(1):54-67.
11. Cole PM, Michel MK, Teti LOD. Th development of Emotion Regulation and Dysregulation: a Clinical Perspective. *Monogr Soc Res Child Dev*. 1994;59(2-3):73-102.
12. Pinillos JL. Principios de psicología. 22.a ed. Alianza Universidad. Madrid: Alianza; 2006. p.731.
13. Domínguez Calle C. Hábitos de estudio y rendimiento académico de la Asignatura de Biología en los estudiantes del II Ciclo de Medicina en una universidad particular de Trujillo, 2016. Universidad César Vallejo. 2018.

14. Figueroa-Quñones J, Pomahuacre Carhuayal JW, Chávez Y, Gómez H, Portocarrero R, Gamero-Vega G, et al. Propiedades psicométricas del Inventario de Hábitos de Estudio CASM-85: un estudio multicéntrico con estudiantes de secundaria peruanos. *Lib Rev Perú Psicol.* 2019;25(2):139-58.
15. Mariana, Padilla J, Rosero T, Villagómez MS. La motivación y el aprendizaje. *Alteridad Rev Educ.* 2009;4(2):20-32
16. Jiménez-reyes A, Molina L. Asociación entre motivación y hábitos de estudio en educación superior. *J Psychol Educ.* 2019;14(1):50-62.
17. Cepeda I. Influencia de los hábitos de estudio en el rendimiento académico de los estudiantes. Universidad de Guayaquil; 2012.
18. Arenas-Significación FR, Gonzáles Medina CA, Remuzgo Artezano F, Guardia Espinoza E, Herrera Hurtado GL del C. Factores asociados a la calificación del Examen Nacional de Medicina 2012 en internos de la UNMSM. *An la Fac Med.* 2014;75(1):43.
19. Salazar O. Factores Asociados a La Calificación Obtenida En El Examen Nacional De Universidad Pública Peruana De Lima. Universidad Nacional Mayor de San Marco; 2015.
20. Huamaní C, Gutiérrez C, Mezones-Holguín E. Correlación y concordancia entre el examen nacional de medicina y el promedio ponderado universitario: análisis de la experiencia peruana en el periodo 2007 - 2009. *Rev Perú Med Exp Salud Pública.* 2011;28(1):62-71.
21. Chilca ML. Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Represent.* 2017;5(1):71-127.

Anexos

Anexo 1. Instrumento sobre hábitos de estudio de Vicuña.

I. ¿COMO ESTUDIA USTED?	SIEMPRE	NUNCA	PD
1. Leo todo lo que tengo que estudiar subrayando los puntos más importantes			
2. Subrayo las palabras cuyo significado no sé			
3. Regreso a los puntos subrayados con el propósito de aclararlos.			
4. Busco de inmediato en el diccionario el significado de las palabras que no se			
5. Me hago preguntas y me respondo en mi propio lenguaje lo que he entendido			
6. Luego escribo en mi propio lenguaje lo que he comprendido			
7. Doy una leída parte por parte y repito varias veces hasta recitarlo de memoria			
8. Trato de memorizar lo que estudio			
9. Repaso lo que he estudiado después de 4 a 8 horas			
10. Me Limito a dar una leída general a lo todo lo que tengo que estudiar			
11. Trato de relacionar el tema que estoy estudiando con otros temas estudiados			
12. Estudio solo para los exámenes			

¿COMO ímo HACE USTED SUS TAREAS?	SIEMPRE	NUNCA	PD
13. Leo la pregunta, busco en el libro y escribo la respuesta así como dice el libro			
14. Leo la pregunta, busco en el libro, leo todo y luego contesto como he comprendido			
15. Las palabras que no entiendo las escribo como están en el libro sin averiguar su significado			

16. Le doy más importancia al orden y presentación del trabajo que a la comprensión del tema			
17. En mi casa me falta tiempo para terminar con mis tareas, las completo en la universidad preguntado a mis amigos			
18. Pido ayuda a mis padres u otras personas y dejo que me resuelvan todo o gran parte de la tarea			
19. Dejo para último momento la ejecución de mis tareas por eso no los concluyo dentro del tiempo fijado			
20. Empiezo a resolver una tarea, me canso y paso a otra			
21. Cuando no puedo resolver una tarea me da rabia o mucha cólera y no lo hago			
22. Cuando tengo varias tareas empiezo por lo más difícil y luego voy pasando a las más fáciles			

III. ¿COMO PREPARA USTED SUS EXAMENES?	SIEMPRE	NUNCA	PD
23. Estudia por lo menos dos horas todos los días			
24. Espero que se fije la fecha de un examen o paso para ponerme a estudiar			
25. Cuando hay un paso oral recién en el salón de clase me pongo a revisar mis apuntes			
26. Me pongo a estudiar el mismo día del examen			
27. Repaso momentos antes del examen			
28. Preparo un plagio por si acaso me olvido un tema			
29. Confío que mi compañero me "sople" alguna respuesta en el momento del examen			
30. Confío en mi buena suerte por eso solo estudio aquellos temas que supongo que el profesor preguntara			
31. Cuando tengo dos o más exámenes el mismo día, empiezo a estudiar por el tema más difícil y luego el más fácil			
32. Me presento a rendir mis exámenes sin haber concluido con el estudio de todo el tema			
33. Durante el examen se me confunden los temas, se me olvida lo que estudie			

IV. ¿COMO ESTUDIA USTED SU CLASE?	SIEMPRE	NUNCA	PD
34. Trato de tomar apuntes de todo lo que dice el profesor			
35. Solo tomo apuntes de las cosas más importantes			
36. Inmediatamente después de una clase ordeno mis papeles			
37. Cuando el profesor utiliza alguna palabra que no se, levanto la mano y pido su significado			
38. Estoy más atento a las bromas de mis compañeros que a la clase			
39. Me canso rápidamente y me pongo a hacer otras cosas			
40. Cuando me aburro me pongo a jugar o a conversar con mi amigo			
41. Cuando no puedo tomar nota de lo que dice el profesor me aburro y lo dejo			
42. Cuando no entiendo un tema me pone a pensar, soñando despierto			
43. Mis imaginaciones o fantasías me distraen durante las clases			
44. Durante mis clases me distraigo pensando lo que voy a hacer a la salida			
45. Durante las clases me gustaría dormir o tal vez irme de clase			

V. ¿QUE ACOMPAÑA SUS MOMENTOS DE ESTUDIO?	SIEMPRE	NUNCA	PD
46. Requiere de música sea de la radio, CD o la computadora			
47. Requiere la compañía de la TV			
48. Requiere de tranquilidad y silencio			

49. Requiere de algún alimento que como mientras estudio			
50. Su familia, que conversan, ven tv o escuchan música			
51. Interrupciones por parte de sus padres pidiéndoles algún favor			
52. Interrupciones de visitas, amigos, que le quitan el tiempo			
53. Interrupciones sociales, fiestas, paseos, citas, etc.			

Fuente: Estudio sobre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de odontología de Armas (2016).(4)

Anexo 2. Instrumento sobre autorregulación de la motivación.

Para cada pregunta marcar en un valor del 1 al 7, según la siguiente descripción:

1=Nunca; 2= Casi nunca; 3=Pocas veces;4=Regularmente;5=Algunas veces;6=Casi siempre; 7=Siempre

Nunca

Casi nunca

Pocas veces

Regularmente

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

Pregunta	1	2	3	4	5	6	7
1. Me digo a mí mismo que es importante aprender el material porque lo necesitare más adelante en mi vida.							
2. Trato de hacerme ver a mí mismo que conocer el material es personalmente relevante. REGULACIÓN							
3. Trato de lograr que el material parezca más útil, relacionándolo con lo que quiero hacer en mi vida. REGULACIÓN							
4. Pienso en situaciones en las que sería útil para mí conocer el material o las habilidades. REGULACIÓN							
5. Me reto a mí mismo para completar el trabajo y aprender tanto como sea posible. REGULACIÓN							
6. Me persuado a mí mismo de mantenerme estudiando solo para ver qué tanto puedo aprender. REGULACIÓN							
7. Me recuerdo a mí mismo lo importante que es realizar bien los exámenes y tareas en este curso. METAS							
8. Me convengo a mí mismo de seguir trabajando pensando en obtener buenas calificaciones. METAS							
9. Hago un trato conmigo mismo, que si logro cierta cantidad de trabajo puedo hacer algo divertido después.							
10. Me digo a mí mismo que puedo hacer algo que me gusta después, si ahora mismo hago el trabajo que tengo que tener listo. METAS							
11. Si termino el trabajo asignado ahora, me prometo a mí mismo que puedo hacer algo que quiera después.							
12. Me prometo a mí mismo alguna clase de recompensa si realizo mis lecturas o si estudio.							
13. Trato de deshacerme de cualquier distracción que este a mi alrededor.							
14. Me aseguro de tener tan pocas distracciones como sea posible.							
15. Cambio mis alrededores para que así sea fácil concentrarme en el trabajo.							

16. Hago el estudio más agradable convirtiéndolo en un juego.							
17. Trato de hacerme ver a mi mismo que hacer el trabajo puede ser divertido.							
18. Trato de hacer un juego del aprendizaje del material o de completar la tarea.							
19. Pienso en una manera de hacer que el trabajo parezca agradable de completar.							
20. Pienso acerca de cómo se verá afectada mi calificación si no hago mi lectura o si no estudio. METAS							
21. Me digo a mi mismo que necesito seguir estudiando para hacerlo bien en este curso.							
22. Me recuerdo a mi mismo lo importante que es realizar bien los exámenes y tareas en este curso.							

Fuente: "Adaptación y Validación de un Cuestionario Sobre Estrategias de Autorregulación de la Motivación en Estudiantes Universitarios" de Rojas – Ospina (2019).(2)

Anexo 3. Consentimiento informado

Título del estudio:

"Asociación entre hábitos de estudio, autorregulación de la motivación y rendimiento en el examen de internado ESSALUD, Lambayeque, 2020"

Antecedentes y Objetivos del estudio

Información General

Es necesario entender los factores que podrían estar relacionados con el rendimiento en el examen de internado ESSALUD. Dos factores importantes destacados son los hábitos de estudio y la autorregulación de la motivación.

Objetivo

Determinar la asociación entre hábitos de estudio, autorregulación de la motivación y rendimiento en el examen de internado ESSALUD, Lambayeque, 2020.

Procedimiento

De aceptar participar en esta investigación, llenará una ficha que contiene datos sobre su edad, sexo, procedencia, entre otras. Además, completará dos cuestionarios el instrumento "CASM – 85" sobre hábitos de estudio, y el "Cuestionario de estrategias de autoregulación de la motivación".(2,4) El

cuestionario es anónimo, los datos se mantendrán en absoluta reserva, la información consignada solo será utilizada para fines de la presente investigación.

Riesgos e Incomodidades

La participación en este estudio no supone riesgos para su salud, será anónima, y la información que será procesada solo por los investigadores.

Beneficios esperados

El cuestionario que responda no le dará ningún beneficio directo a usted, excepto contribuir con los fines de la investigación y el posterior uso de los resultados por parte de las autoridades que tomen decisiones respecto de la educación médica y la preparación para el examen de internado.

Compensación por la participación

Usted no recibirá ningún pago por su participación en este estudio.

Costos para Usted

Los procedimientos y las pruebas asociadas con este estudio se realizarán sin costo alguno para usted.

Divulgación de los Registros médicos y Confidencialidad

La información obtenida a partir de este estudio será tratada con total confidencialidad en el grado permitido por Ley. Los datos obtenidos se incluirán en una base de datos de manera codificada por lo que no aparecerán nombres ni apellidos. Los resultados de este estudio pueden ser presentados en conferencias o en publicaciones científicas; sin embargo, no se revelará su identidad en dichas presentaciones.

Participación/ Retiro Voluntario

Su participación en este estudio es voluntaria. Usted puede decidir dejar de participar en este estudio en cualquier momento sin que ello implique alguna amonestación para usted o problema legal.

Aceptación del proyecto.

Clicando en el ícono “Sí, aceptar”, pongo en conocimiento que he aceptado voluntariamente participar en este estudio luego de que se me explicó el objetivo del estudio, los procedimientos involucrados, los riesgos e incomodidades, así como los potenciales beneficios.

Participante



No, rechazar



Sí, aceptar

Anexo 4. Ficha de recolección de datos

Edad: _____ años

Sexo:

- Varón
- Mujer

Puntaje en el examen de ingreso: _____ puntos

Universidad de procedencia

- Universidad Particular de Chiclayo
- Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo
- Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
- Universidad Señor de Sipán
- Universidad San Martín de Porres – sede norte

Cómo considera usted fue su nivel de nerviosismo en el examen

- Nada nervioso
- Poco nervioso
- Regularmente nervioso
- Nervioso
- Muy nervioso

¿Cuántas horas por día estudió para el examen?: _____ horas

¿Cuántas horas de sueño dormía cuando se preparaba para el examen?: _____ horas