

Administración del tiempo en estudiantes de cuarto semestre de la Licenciatura en Enfermería

Claudia Cortez Aguirre

Dra. en Educación, Facultad de Enfermería y Obstetricia UAEMéx

<https://orcid.org/0009-0004-4768-8823>

ccorteza191@profesor.uaemex.mx

Oscar Ferrer Gutiérrez

Dr. en Educación, Plantel Cuauhtémoc de la Escuela Preparatoria UAEMéx

<https://orcid.org/0009-0005-3723-2918>

oferrerg@uaemex.mx

RESUMEN

El tiempo es una variable de gran importancia en la vida de cada individuo, todos nos regimos por él y nuestras actividades se ven determinadas por tiempos. Con frecuencia se escucha decir que no alcanza el tiempo para hacer todas las tareas establecidas o que el tiempo se va volando, nos llenamos de compromisos imposibles de cumplir, aunado a ello nos responsabilizan de entregar cosas a la brevedad pero que requieren varias horas de trabajo, ocasionando cumplir, pero sin alcanzar la calidad requerida, lo que lleva a plantearse si se está haciendo una adecuada administración del tiempo. Cuando nos encontramos en formación académica, las tareas que deben cumplirse son bastas y en un tiempo establecido. Los alumnos de Enfermería no son la excepción, alternar clases y prácticas clínicas hacen que sus tiempos escolares se vuelvan complicados y deben dar prioridad a aquellas actividades que requieren su total participación, ya que en el turno matutino asisten a clases y por la tarde van a prácticas hospitalarias o viceversa, dejando poco tiempo a otras tareas que deben realizar, incluso para el ocio. El objetivo de la investigación fue analizar la administración del tiempo de los estudiantes. El levantamiento de datos se realizó mediante la aplicación de un cuestionario en línea a estudiantes de la carrera mencionada.

Palabras clave: Horas de trabajo, tiempo escolar, ocio, administración de tiempo.

Time Management in Fourth-Semester Nursing Students

ABSTRACT

Time is a variable of great importance in the life of each individual, we are all governed by it and our activities are determined by time. We often hear people say that there is not enough time to do all the

established tasks or that time flies, we fill ourselves with commitments that are impossible to fulfill, in addition to this we are held responsible for delivering things as soon as possible but that require several hours of work. , causing compliance, but without achieving the required quality, which leads to the question of whether adequate time management is being done. When we are in academic training, the tasks that must be completed are extensive and within an established time. Nursing students are no exception, alternating classes and clinical practices make their school time complicated and they must give priority to those activities that require their full participation, since in the morning shift they attend classes and in the afternoon they go to hospital practices or vice versa, leaving little time for other tasks they must perform, even for leisure. The objective of the research was to analyze students' time management. Data was collected by administering an online questionnaire to students in the aforementioned program.

Keywords: Work hours, school time, leisure, time management.

Introducción

La vida de un estudiante universitario debe ser una grata experiencia y un cúmulo de conocimientos tanto académicos como personales. En su paso por la Facultad cada alumno aprenderá y desarrollará hábitos que le permitirán ir avanzando de manera paulatina a cada semestre que conforma su plan de estudios. Los estudiantes que pertenecen a la Licenciatura en Enfermería deben adaptarse a una dinámica de arduo trabajo, ya que parte de su formación implica que a partir del cuarto semestre acudan a clases y prácticas profesionales.

Estando en la escuela, los alumnos invierten suficientes horas en las aulas y deben darse el tiempo de consumir sus alimentos, hacer tareas que les encomiendan tanto sus profesores de clases teóricas como personal de enfermería y docente de campo clínico, acudir a la biblioteca, visitar la sala de cómputo, atender el llamado de sus tutores académicos, realizar algún trámite escolar, asistir a eventos académicos y culturales, además es preciso considerar los tiempos de traslado de su hogar a la Facultad e institución hospitalaria y el retorno a casa, entre otras actividades propias de la formación escolar.

Es trascendental para el futuro profesional de los alumnos que aprendan a organizar adecuadamente su tiempo, ya que desempeñar el rol de estudiante donde es necesario realizar varias funciones con diversos grados de complejidad representa un reto para los universitarios. Es de suma importancia formar capital humano con la habilidad de administrar el tiempo y autodisciplina.

Existen muchas definiciones de la palabra “tiempo”, la real academia española (2024), la define como “la magnitud física que permite ordenar la secuencia de los sucesos, estableciendo un pasado, un presente y un futuro, y cuya unidad en el sistema internacional es el segundo”.

De acuerdo con Fernández (2015), citado en García y director (2020), el tiempo tiene la característica de ser uno de los recursos más relevantes, ya que avanza, no retrocede, no lo podemos recuperar y a pesar de ello, lo desperdiciamos. Conocer metas, objetivos y prioridades es muy importante para administrar el tiempo.

Administrar el tiempo entre otras cosas, es “administrar la jornada laboral de manera que se obtenga la mayor productividad posible, priorizando las tareas de acuerdo a su importancia y a su impacto en el logro de los objetivos planteados” (Ramos Fuentes, 2018).

Así también el tiempo académico se gestiona mediante la disposición del aprendizaje y se asocia a elementos de la regulación cognitiva, orientada a las conductas para la obtención de actividades dirigidas a una meta y asociada con objetivos, planificación de tiempos y recursos para su consecuente cumplimiento (Schraw & Denninson, 1994) citado en Reyes-González et al. (2022).

Diseño de la Investigación

La presente investigación fue cuantitativa, ya que se realizó un análisis estadístico, con un alcance exploratorio y el tipo de estudio es no experimental.

La recolección de la información se llevó a cabo utilizando un cuestionario tomado de la Unidad de Orientación Educativa perteneciente a la Coordinación de Servicios Académicos del Centro Universitario Tonalá de la Universidad de Guadalajara, ha sido validado por pares académicos de los autores de este artículo.

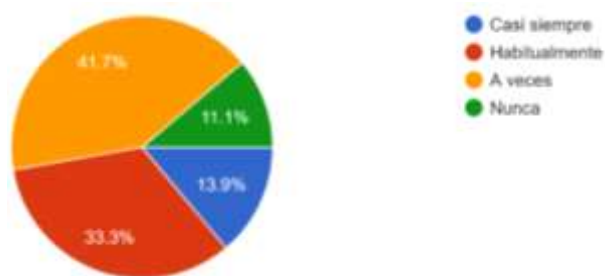
La población estudiantil de la Licenciatura en Enfermería que se encuentran estudiando el cuarto semestre del programa de estudios mencionado oscila en un rango de edad entre los 19 y 21 años, en este periodo los alumnos asisten a clases teóricas y en el turno contrario acuden a realizar prácticas hospitalarias, la muestra es no probabilística, en la subclasificación de muestra por conveniencia, ya que es el total de alumnos que acuden a prácticas en un hospital de Toluca cerca de las inmediaciones de la Facultad, el instrumento se aplica a los alumnos que seleccionaban la respuesta a partir de una escala de tipo Likert, de 4 puntos, que varía de 0= nunca a 3= casi siempre, dicho instrumento se aplicó a través de la técnica CAWI (Computer Assist Web Interviewing).

Resultados

De acuerdo con el instrumento de recolección de datos aplicado a estudiantes de cuarto semestre de la Facultad de Enfermería se determina que el 50% de estudiantes habitualmente es consciente de a qué dedica su tiempo diariamente. El 41.7% registra por escrito sus metas y objetivos personales y académicos. El 22.2% de los alumnos casi siempre dedican periódicamente tiempo para reflexionar sobre su futuro.

Gráfica 1:

Planifico y programo mi trabajo por escrito



Fuete: Elaboración propia

El 41.7% de estudiantes planifica y programa su trabajo por escrito.

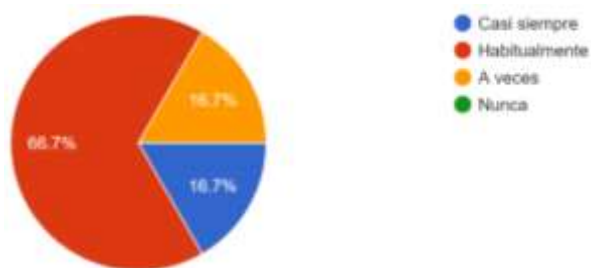
El 36.1% de encuestados refiere que nunca lleva una agenda consigo ni la consultan habitualmente. El 63.9% de alumnos habitualmente se marca plazos para realizar sus tareas y posteriormente las cumple.

El 63.9% habitualmente tiene claramente establecidas sus prioridades. El mismo porcentaje de alumnos, habitualmente sabe identificar qué actividades determinan los resultados.

La mayoría de alumnos aborda las tareas por orden de importancia. El 50% solo a veces se concentra con facilidad. El 55.6% de los estudiantes habitualmente evita las interrupciones durante su trabajo académico.

Gráfica 2:

Aprovecho los tiempos de espera y traslados



Fuente: Elaboración propia.

El 52.8% de estudiantes durante su tiempo de ocio se relaja y deja de lado los problemas, las preocupaciones y los pendientes de práctica y académicos. 41.7% habitualmente aprovecha las horas de sueño para descansar lo suficiente. El 50% de universitarios habitualmente intenta respetar el tiempo de sus compañeros.

El 52.8% casi siempre llega puntual a las prácticas, a sus clases y citas en general.

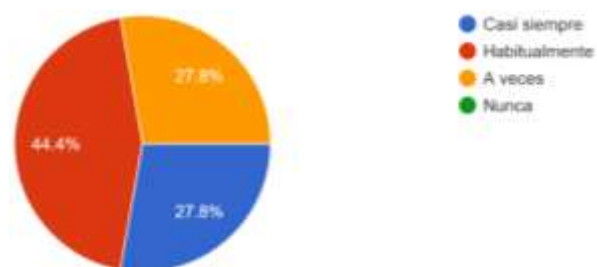
El 66.7% de estudiantes aprovecha los tiempos de espera y los tiempos de traslado para dar continuidad a sus trabajos escolares y extraescolares.

El 55.6% toman decisiones con facilidad. El 61.1% habitualmente resuelve los asuntos en el momento, evitando dejarlos para más tarde.

El 66.7% de alumnos considera que habitualmente realizan trabajos de calidad. Un 47.25% de alumnos habitualmente delega actividades en otras personas. El 52.8% de los estudiantes tiene organizado el material con el que va a trabajar sus actividades académicas y las encuentra con facilidad y rapidez, el mismo porcentaje dispone de un sistema ordenado para localizar todo lo relativo a sus tareas académicas.

Gráfica 3:

Dispongo de tiempo suficiente para dedicarlo a familia, amistades y ocio.



Fuente: Elaboración propia.

La mayoría de los alumnos habitualmente tiene todo su material y mesa de trabajo en orden. El 44.4% habitualmente dispone de suficiente tiempo para dedicarlo a su familia, amistades y ocio.

Para dar una interpretación de puntos obtenidos que proporciona el cuestionario aplicado se emiten los siguientes puntos de corte:

Menos de 30 puntos; Hay muchos aspectos que mejorar en la relación con el tiempo.

Entre 30 y 60 puntos, Hay algunos aspectos que mejorar en la planeación del tiempo.

Más de 60 puntos significa que muestra una adecuada administración del tiempo.

Y una puntuación cercana a los 90 puntos son indicios de las personas con conciencia de la importancia del tiempo y su gestión.

Por lo anterior, se puede determinar que, de forma grupal se obtuvo un puntaje de 52, lo que significa que los alumnos tienen muchos aspectos que mejorar en la planificación de su tiempo.

Discusión

Se hace revisión de literatura donde se analiza y resalta la opinión de diversos autores respecto del tema de esta investigación:

“Los estudiantes universitarios se enfrentan cada día a mayores desafíos, por lo que, gestionar adecuadamente el tiempo, ayudaría a solventar con mayor facilidad los obstáculos, y dedicar el espacio necesario a cada una de las tareas para el logro de metas u objetivos establecidos” (Plutín et al., 2023).

“Una adecuada y eficaz gestión del tiempo repercute de manera positiva en el ámbito académico del alumnado, reflejado en su rendimiento y éxito académico. Además, en el ámbito personal, manifestado tanto en el grado de autoeficacia como en el grado de estrés y ansiedad que presentan, todo ello se proyecta en su nivel de bienestar personal”, esto en palabras de Morillo (2020) citado en (Plutín et al., 2023).

Es necesario mencionar que los alumnos además de permanecer en el hospital y en la Facultad puedan tener un momento de ocio y esparcimiento, pues ambos son necesarios para tener un equilibrio en todos los aspectos de su vida, es importante la vida académica de los estudiantes universitarios, pero igual de importante resulta su vida personal que muchas ocasiones dejamos de lado.

Para Broc (2011), citado en Roblero (2020), la administración del tiempo “puede ser afectada por la cognición; además, los estudiantes deben ser capaces de manejar y regular su tiempo, su ambiente y contexto de estudio. El manejo del tiempo incluye un horario o programación horaria, planificación y manejo del propio tiempo de estudio. Esto incluye no sólo establecer períodos de tiempo para estudiar, sino también el uso efectivo de ese tiempo de estudio, así como establecer metas realistas”.

De acuerdo con Alfie Kohn (2008), citado en (Contreras et al., 2015) “la autodisciplina se puede definir como el control de la propia fuerza de voluntad para cumplir cosas que generalmente se ven como deseables, lo que requiere para la gestión del aprendizaje, una dedicación permanente en las tareas propuestas, fundamentada en la definición de objetivos, su ejecución, seguimiento y control que, acompañados por la decisión, la motivación y la perseverancia, lo conducen hacia el logro de sus metas”.

Es ideal agendar y programar cada entrega de tareas en tiempo y forma considerando la calidad requerida para dar cumplimiento y evitar sanciones por entregas extemporáneas, falta de entregas, no cumplir con los criterios de evaluación, etcétera. Para Marcén y Martínez-Caraballo (2012) “el diseño de las actividades va a condicionar la propia independencia y la autonomía del alumno. Supondrán una guía de trabajo que va a restringir al alumno en la manera de gestionar sus actividades a lo largo del tiempo”.

Durante la consulta de diversos artículos que se relacionan con el tema, se encontró un documento sobre ¿cómo organizan su tiempo los universitarios?, donde “se investiga la forma en que administran su tiempo los universitarios que además de estudiar, trabajan para soportar el costo que sus estudios lo demandan. Con el apoyo invaluable de los estudiantes de la Carrera de Psicología que cursan las asignaturas de Taller de Estadística Computacional y Psicoestadística” se realizó ese artículo (Jiménez, 2015).

En la literatura consultada, se encontró una investigación que tuvo por objetivo evaluar las características psicométricas del Time Management Behavior Questionary (TMBQ), uno de varios instrumentos utilizados para determinar el manejo del tiempo. El objetivo fue describir el nivel de manejo del tiempo entre jóvenes de Venezuela recientemente ingresados a la Universidad Simón Bolívar. Los resultados muestran puntajes altos en las dimensiones percepción de control y establecimiento de objetivos y prioridades y de acuerdo con sus autores es indicativo de un perfil adecuado de manejo del tiempo (Durán & Pujol, 2013).

Ballenato (2007), citado en Villegas et al., (2021), señala que deben detectarse las prioridades y concentrarse en las actividades importantes para conseguir el logro de éstas. Ahora dirigiendo el tema al ámbito universitario, el estudio cualitativo de Yucra (2011), citado también en Villegas et al., (2021) que involucró estudiantes encontrando que estos planifican ocasionalmente el tiempo para el estudio.

Conclusiones

Toda nuestra vida se relaciona con el tiempo, y hablando de la vida universitaria de los alumnos que cursan el cuarto semestre de la Licenciatura en Enfermería está llena de compromisos académicos y extraescolares a veces imposibles de cumplir. Por ello es necesario tener una administración del tiempo, que nos permitirá tener un orden cronológico de las actividades a desarrollar para maximizar nuestras capacidades y lograr todo lo propuesto.

Una vez analizados los resultados de la investigación, de manera particular se concluye que los estudiantes de cuarto semestre de la Facultad de Enfermería tienen aspectos que mejorar en su administración del tiempo, ya que si bien, habitualmente tienen planificado su tiempo les faltan herramientas que les permitan tener un adecuado control de éste. Es necesario que los alumnos emprendan estrategias adecuadas para

que no se saturen de trabajos, no sobrecarguen de compromisos que no podrán cumplir y tengan una trayectoria académica adecuada.

Los alumnos no deben olvidar que la falta de administración del tiempo puede impactar negativamente en sus calificaciones académicas y que cada tarea encomendada, cada actividad que se establecen de manera personal deben cumplirla a cabalidad, con la calidad requerida y con la mejor actitud para que desarrollen las habilidades que el campo laboral requiere.

De ahí, la necesidad de que los alumnos administren bien su tiempo para que no se generen consecuencias en su vida académica, obteniendo malas notas, entregando trabajos a destiempo, reprobando materias, dando de baja prácticas o materias teóricas, incluso llegar a bajas temporales o bajas definitivas de su programa de estudios.

Es comprensible que los alumnos no hagan una adecuada administración de su tiempo puesto que están inmersos en muchas actividades a la vez, tratando de ir liberando tareas poco a poco, durmiendo un mínimo de horas, alimentándose de forma insuficiente, aquellos alumnos que tuvieron que dejar su lugar de origen debido a sus estudios lejos del hogar deben visitar a la familia que les extraña y apoya en este arduo camino universitario, podemos sumar a esta lista aquellos alumnos que tienen hijos y que son jefes de familia, aquellos otros que además trabajan para poder cubrir las cuotas semestrales y permanecer en la escuela y normalmente lo hacen en fin de semana, todos los alumnos con características muy particulares pero con un común denominador: hacer que las horas del día sean tan productivas como sea posible.

Algunas estrategias que puede hacer el alumnado para mejorar su administración del tiempo son: Llevar agenda de su día a día, incluso semanal o mensualmente, para ello hay variedad de aplicaciones que se tienen en los móviles, gratuitos o de paga, o bien, hacerlo en una agenda o libreta convencional, la intención es calendarizar las actividades para no empalmar y obstaculizar el tiempo. Pueden también hacer notas pequeñas anotando las prioridades del día. Establecer tiempos para cada actividad que se debe realizar.

Aprender a decir que no, cuando es necesario, será siempre la mejor opción, así se evitará la carga extrema de trabajo y compromisos. Anotar en una lista todos los pendientes e ir marcando los ya realizados. Identificar prioridades es de suma relevancia a la hora de administrar el tiempo. Mantener el lugar de trabajo en orden es prudente para optimizar recursos y tiempos.

Establece objetivos, es decir, qué se pretende alcanzar en determinado tiempo. Si la actividad se puede realizar de inmediato, de preferencia que sea así, ya que postergarlo podría hacer que se olvide o que por otros motivos no se realice. Ser consciente de a qué dedicamos el tiempo será útil para detectar cómo es nuestra organización del tiempo, tomar en cuenta que hay diversas técnicas avaladas para gestionar el tiempo.

Una adecuada administración del tiempo permitirá que los alumnos no se sienten abrumados y de esa manera será posible lograr las competencias que requiere el perfil de egreso de los futuros profesionales de la salud.

Referencias Bibliográficas

- Contreras, P. A. R., González, B. M., & Paniagua, P. M. M. (2015). El rol del estudiante en los ambientes educativos mediados por las TIC. Redalyc.org. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=69542291025>
- Durán-Aponte, E., & Pujol, L. (2013). Manejo del tiempo académico en jóvenes que inician estudios en la Universidad Simón Bolívar. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 11(1), 93-108.
- García, M. L. L., & director. (2020, 1 octubre). La Administración del tiempo y su impacto en la productividad. <https://ri-ng.uaq.mx/handle/123456789/2350>
- Jiménez, H. C. L. (2015). ¿cómo organizan su tiempo los universitarios? http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322015000200008
- Marcén, M., & Martínez-Caraballo, N. (2012). Gestión eficiente del tiempo de los universitarios: evidencias para estudiantes de primer curso de la Universidad de Zaragoza. Redalyc.org. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81824123011>
- Plutín, Y. S., Llanesa, M. F. G., & Santiago, D. V. (2023, 18 agosto). Validación de contenido del Time Management Behavior Questionnaire en estudiantes universitarios de La Habana. Soto Plutín | *Revista del Hospital Psiquiátrico de la Habana*. <https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/375/202>
- Ramos Fuentes, M. (2018). Instituto de Salud Pública. Ministerio de Salud Pública. Gobierno de Chile. Obtenido de <https://www.ispch.cl/sites/default/files/NotaTecnicaGestionTiempo.pdf>
- Reyes-González, N., Meneses-Báez, A. L., & Díaz-Mujica, A. (2022). Planificación y gestión del tiempo académico de estudiantes universitarios. *Formación Universitaria*, 15(1), 57-72. <https://doi.org/10.4067/s0718-50062022000100057>
- Roblero, G. (2020). Validación de cuestionario sobre gestión del tiempo en universitarios mexicanos. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 22, 1-11. <https://doi.org/10.24320/redie.2020.22.e01.2136>
- Real Academia Española. (2024). Definición de tiempo. Recuperado 27 de mayo de 2024, de <https://dle.rae.es/tiempo>

Villegas Ríos, F., Acosta Ospina, J. D., & Gamboa Mora, M. C. (2021). Evaluación de factores asociables a la administración del tiempo en estudiantes universitarios de educación a distancia. Escuela de Ciencias de la Educación, Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Bogotá, Colombia.