EFECTIVIDAD DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO "MASTERMIND" PARA EL FORTALECIMIENTO DEL CONTROL INHIBITORIO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Autores:

Laura Mishell Ibarra Acero, Universidad de Pamplona, laura.ibarra@unipamplona.edu.co

Leonardo Becerra-Millán, Universidad de Pamplonaleonardo.becerra@unipamplona.edu.co

Autora de correspondencia; Laura Mishell Ibarra Acero, Universidad de Pamplona, laura.ibarra@unipamplona.edu.co

Resumen

Introducción

El control inhibitorio, como función ejecutiva esencial, permite la regulación de conductas, el manejo de impulsos y la focalización de la atención en estímulos relevantes, en el contexto universitario, estas capacidades son determinantes para el éxito académico y la adaptación socioemocional de los adultos jóvenes.

Objetivos:

La presente investigación tiene como objetivo determinar la efectividad del programa "Mastermind" en el fortalecimiento del control inhibitorio en estudiantes universitarios de la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander,

Metodología:

Se propone un estudio de enfoque cuantitativo con un diseño pre-experimental de tipo pretest-postest con un solo grupo cuya muestra será seleccionada mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. La intervención consiste en el programa, estructurado en ocho sesiones de entrenamiento cognitivo especializado, para la recolección de datos se realizará mediante pruebas neuropsicológicas estandarizadas de ejecución continua y tareas tipo stroop.

Resultados

Finalmente como resultados al ser una propuesta de intervención, se espera que los resultados preliminares tras la aplicación del postest revelen una mejora estadísticamente significativa en los niveles de inhibición conductual y cognitiva de los participantes, esto se traduciría en un incremento de la atención selectiva y una optimización de la autorregulación emocional, para las conclusiones se espera que la validación de la eficacia de Mastermind permitiría consolidar un protocolo de intervención breve y focalizado, transferible al ámbito de bienestar universitario para potenciar el funcionamiento ejecutivo, donde el fortalecimiento de estos procesos no solo impacta el rendimiento académico, sino que robustece la salud mental y la capacidad de toma de decisiones en la adultez joven.

Palabras clave: Control inhibitorio; Funciones ejecutivas; Estudiantes universitarios; Rendimiento académico; Entrenamiento cognitivo.

Referencias

Alarcón, R. D. (2019). La salud mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, *30*(4), 219–221.

Aron, A. R., Robbins, T. W., Poldrack, R. A. (2004). Inhibition and the right inferior frontal cortex. *Trends in Cognitive Sciences*, *8*(4), 170–177. https://doi.org/10.1016/j.tics.2004.02.010

Baars, M., Bijvank, M., Tonnaer, G., Jolles, J. (2015). Self-report measures of executive functioning are a determinant of academic performance in first-year students at a university of applied sciences. *Frontiers in Psychology*, *6*. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01131

Cabanes Flores, L., Amayuela Mora, G., Martín Bonet, N. M. (2023). Neuroeducación. Una mirada a su importancia en el proceso de enseñanza-aprendizaje. *Didáctica y Educación*, *14*(3), 216–238.

Cerda, G., Pérez, C., Romera, E. M., Casas, J. A., Ortega-Ruiz, R. (2017). Influence of cognitive and motivational variables in academic mathematics performance in Chilean students. *Educación XX1*, *20*(2), 365–385.

Condeña Melgar, E. (2023). *Control inhibitorio y estrategia de aprendizaje asociado al rendimiento académico en matemáticas en estudiantes de 3° a 5° de secundaria del colegio privado Newton de Huaral* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana].

Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual Review of Psychology*, *64*, 135–168. https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143750

Dvořák, M. (2024). Inhibitory control and academic achievement – a study of the relationship between Stroop effect and university students' academic performance. *BMC Psychology*, *12*. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01984-3

Fernández, M. F. P., Araújo, A. M., Vacas, C. T., Almeida, L. S., González, M. S. R. (2017). Predictors of students' adjustment during transition to university in Spain. *Psicothema*, *29*(1), 67–72. https://doi.org/10.7334/psicothema2016.40

Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill.

Jamey, K., et al. (2023). Does music training improve inhibition control in children? *bioRxiv*. https://doi.org/10.1101/2023.02.08.527718