

*El mejor método para estudiar :*  
Es mejor hacer tests que repasar

**Practicar lo aprendido con pruebas cortas refuerza la memoria, según los expertos**



Estudiantes de una facultad del campus universitario de Valencia.-

**El tiempo que los estudiantes invierten en releer o revisar sus notas y material de enseñanza para aprender estaría mejor invertido en hacer tests periódicamente, según un experimento reciente. Los estudiantes que leyeron un texto sobre un tema científico y luego se hicieron una prueba para recuperar de la memoria lo que habían leído recordaron una semana después un 50% más que los que utilizaron cualquiera de otros dos métodos distintos.**

Con el texto delante los alumnos  
**CREEN QUE SABEN MÁS DE LO QUE REALMENTE RETIENEN**

**En dos estudios distintos, participó un total de 200 estudiantes. Se utilizaron tres métodos:**

- **la lectura simple o repetida de un texto,**
- **la lectura con el complemento de elaborar mapas de concepto (un método de codificación que consiste en hacer diagramas de las conexiones de lo que se estudia) y**
- **la lectura y posterior práctica de tests de recuperación de los conceptos estudiados.**

**Esto último consistió en que, sin el texto delante, los estudiantes escribieron lo que recordaban de este de forma libre en 10 minutos. A la**

**semana se les hizo a todos un corto test para comprobar lo que recordaban.**

**Los dos primeros métodos son muy populares y hacen creer a los estudiantes que aprenden mejor de lo que lo hacen en realidad, creen estos expertos. "Cuando los estudiantes tienen el material delante, creen que lo conocen mejor de lo que lo conocen de verdad",** explica Jeffrey Karpicke, psicólogo de la Universidad Purdue (EE UU), que ha dirigido el trabajo, publicado en la [revista Science](#).

**"Muchos estudiantes no se dan cuenta de que guardar el material y practicar el recuerdo es una estrategia de estudio muy potente".**

"Este trabajo es interesante en la medida en que revela que mucha riqueza en la adquisición de información no es algo necesariamente positivo, aunque estuvo de moda en educación (de memoria).

**De hecho, centrarse en cómo recordar la información relevante parece claramente mejor para afianzar el aprendizaje, al menos a medio plazo",** opina Roberto Colom, catedrático de Psicología de la Universidad Autónoma de Madrid.

**Sin embargo, este experto encuentra un problema en este trabajo: "El test de conocimientos se produce con una semana de separación del evento de aprendizaje, por lo que se abre la posibilidad de que a más largo plazo los efectos de los métodos utilizados se inviertan, algo que puede ocurrir fácilmente".**

**Karpicke reconoce que el estudio elaborado (con codificación) es bueno para aprender, pero cree que la recuperación es aún mejor.**

Sin embargo, reconoce que están viendo la forma de combinar ambos métodos.

**Colom cree que sería lo mejor, porque "contraponer los procesos de codificación y de recuperación es bastante poco inteligente".**

**"Sería mucho más relevante probar el efecto combinado de ambos",** dice.

Por: MALEN R. DE ELVIRA

Publicado en El País de Madrid el 30/01/2011