

Metacognición y autorregulación del aprendizaje: estrategias pedagógicas para mejorar el desempeño académico en educación general básica.

Metacognition and self-regulated learning as strategies to enhance academic performance in general basic education.

Liliana Matilde Alarcón Nieto

MINEDEC

liliana.alarcon@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0005-1455-6987>
Ecuador

Erika Yadira Pinos Sumba

MINEDEC

yadira.pinos@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0008-3041-2563>
Ecuador

Bélgica Cecilia Torres Ruiz

MINEDEC

cecilia.torres@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0008-9791-4883>
Ecuador

Maryury Lucía Cedeño Suárez

MINEDEC

maryuryl.cedeno@docentes.educacion.edu.ec
<https://orcid.org/0009-0008-4597-0912>
Ecuador

Edinson Alexander Castillo Lema

MINEDEC

edinson.castillo@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0007-2661-9951>
Ecuador

Edwin Javier Yañez Barragán

MINEDEC

edwinj.yanez@educacion.gob.ec
<https://orcid.org/0009-0001-1417-8534>
Ecuador

Formato de citación APA

Alarcon, L. Pinos, E. Torres, B. Cedeño, M. Castillo, E. & Yañez, E. (2026). *Metacognición y autorregulación del aprendizaje: estrategias pedagógicas para mejorar el desempeño académico en educación general básica*. Revista REG, Vol. 5 (Nº. 2), p. 911 – 927.

INTELIGENCIA COLECTIVA

Vol. 5 (Nº. 2). abril – junio 2026.

ISSN: 3073-1259

Fecha de recepción: 28-04-2025

Fecha de aceptación :05-05-2026

Fecha de publicación:30-06-2026



RESUMEN

La metacognición y la autorregulación del aprendizaje constituyen procesos fundamentales para fortalecer el desempeño académico de los estudiantes, debido a que permiten planificar, supervisar y evaluar las propias formas de aprender. En Educación General Básica, estas habilidades adquieren especial relevancia, ya que los estudiantes se encuentran en una etapa formativa en la que requieren acompañamiento docente para desarrollar autonomía, hábitos de estudio, pensamiento reflexivo y control de sus procesos cognitivos. El objetivo del presente artículo es analizar la importancia de la metacognición y la autorregulación del aprendizaje como estrategias pedagógicas orientadas a mejorar el desempeño académico en estudiantes de Educación General Básica. La metodología se sustentó en un enfoque cualitativo, de tipo documental, mediante la revisión y análisis de literatura científica reciente relacionada con estrategias metacognitivas, aprendizaje autorregulado y rendimiento escolar. Los principales hallazgos evidencian que las estrategias basadas en la planificación de objetivos, el monitoreo de la comprensión, la autoevaluación, la retroalimentación formativa y la reflexión sobre el error favorecen la participación activa del estudiante y mejoran su capacidad para enfrentar tareas académicas con mayor autonomía. Asimismo, se reconoce que la intervención docente es clave para enseñar estas estrategias de manera explícita, progresiva y contextualizada. Se concluye que la metacognición y la autorregulación no deben asumirse como habilidades espontáneas, sino como competencias que requieren ser enseñadas intencionalmente dentro del aula, integrándose a las prácticas pedagógicas cotidianas para promover aprendizajes más conscientes, significativos y sostenibles. Estudios recientes y guías educativas respaldan la relación positiva entre estrategias metacognitivas, autorregulación y mejora del aprendizaje escolar.

PALABRAS CLAVE: metacognición, autorregulación del aprendizaje, estrategias pedagógicas, desempeño académico, Educación General Básica, aprendizaje autónomo.



ABSTRACT

Metacognition and self-regulated learning are fundamental processes for strengthening students' academic performance, as they allow learners to plan, monitor, and evaluate their own ways of learning. In Basic General Education, these skills are especially relevant because students are in a formative stage in which they require teacher guidance to develop autonomy, study habits, reflective thinking, and control over their cognitive processes. The objective of this article is to analyze the importance of metacognition and self-regulated learning as pedagogical strategies aimed at improving academic performance among students in Basic General Education. The methodology was based on a qualitative documentary approach through the review and analysis of recent scientific literature related to metacognitive strategies, self-regulated learning, and school achievement. The main findings show that strategies based on goal planning, comprehension monitoring, self-assessment, formative feedback, and reflection on errors promote students' active participation and improve their ability to face academic tasks with greater autonomy. Likewise, teaching intervention is recognized as a key element for explicitly, progressively, and contextually teaching these strategies. It is concluded that metacognition and self-regulation should not be assumed as spontaneous skills, but as competencies that need to be intentionally taught in the classroom and integrated into everyday pedagogical practices in order to promote more conscious, meaningful, and sustainable learning.

KEYWORDS: metacognition, self-regulated learning, pedagogical strategies, academic performance, Basic General Education, autonomous learning.

INTRODUCCIÓN

En el contexto de la educación contemporánea, caracterizado por la constante transformación del conocimiento y la necesidad de formar sujetos autónomos, críticos y capaces de aprender de manera permanente, la metacognición y la autorregulación del aprendizaje han adquirido una relevancia significativa dentro de los procesos educativos. Estas competencias no solo permiten al estudiante adquirir información, sino que le brindan herramientas para comprender, reflexionar y gestionar sus propios procesos cognitivos, convirtiéndose en un agente activo de su aprendizaje. Desde esta perspectiva, el aprendizaje deja de ser un proceso pasivo centrado en la transmisión de contenidos y se transforma en una experiencia dinámica, reflexiva y consciente.

La metacognición ha sido ampliamente definida como el conocimiento y control que una persona tiene sobre sus propios procesos cognitivos (Flavell, 1979). Este concepto incluye dos componentes esenciales: el conocimiento metacognitivo, que implica la comprensión de las propias capacidades, estrategias y tareas; y la regulación metacognitiva, que se refiere a la planificación, monitoreo y evaluación del aprendizaje. Por su parte, la autorregulación del aprendizaje se vincula estrechamente con la metacognición, ya que involucra procesos motivacionales, conductuales y cognitivos que permiten al estudiante dirigir su aprendizaje hacia metas específicas (Zimmerman, 2002). En este sentido, ambas dimensiones se complementan y configuran un marco integral para comprender cómo los estudiantes aprenden de manera efectiva.

En el ámbito de la Educación General Básica, el desarrollo de estas habilidades resulta fundamental, debido a que los estudiantes se encuentran en una etapa clave de formación en la que se consolidan hábitos de estudio, actitudes frente al aprendizaje y competencias cognitivas superiores. Sin embargo, en diversos contextos educativos persisten prácticas pedagógicas tradicionales que priorizan la memorización y la repetición de contenidos, limitando la posibilidad de que los estudiantes desarrollen habilidades de pensamiento crítico y reflexión sobre su propio aprendizaje (Panadero, 2017). Esta situación genera una brecha entre las demandas educativas actuales y las prácticas implementadas en el aula, evidenciando la necesidad de incorporar estrategias innovadoras que promuevan la metacognición y la autorregulación.

Diversos estudios han demostrado que los estudiantes que desarrollan habilidades metacognitivas y autorregulatorias presentan un mejor desempeño académico, ya que son capaces de identificar sus fortalezas y debilidades, seleccionar estrategias adecuadas y adaptarse a diferentes contextos de aprendizaje (Dignath y Büttner, 2008). Asimismo, estos estudiantes muestran mayor motivación intrínseca, persistencia ante las dificultades y una actitud más positiva hacia el aprendizaje.

En este sentido, la metacognición no solo influye en el rendimiento académico, sino también en el desarrollo integral del estudiante, fortaleciendo su autonomía, autoestima y capacidad de toma de decisiones.

Desde la perspectiva pedagógica, el rol del docente es fundamental en el desarrollo de estas competencias, ya que es quien orienta, guía y facilita el proceso de aprendizaje. La enseñanza de estrategias metacognitivas y de autorregulación no ocurre de manera espontánea, sino que requiere de una intervención intencional, sistemática y contextualizada (Schraw y Dennison, 1994). Esto implica que el docente debe diseñar actividades que promuevan la reflexión, el análisis y la autoevaluación, así como brindar retroalimentación oportuna que permita al estudiante reconocer sus avances y áreas de mejora. Estrategias como el aprendizaje basado en problemas, el uso de organizadores gráficos, los diarios de aprendizaje, la autoevaluación y la coevaluación han demostrado ser efectivas para fomentar estas habilidades en el aula.

En los últimos años, la literatura científica ha enfatizado la importancia de integrar la metacognición y la autorregulación dentro de las prácticas pedagógicas como un componente esencial del proceso educativo. Investigaciones recientes evidencian que cuando los estudiantes participan activamente en la planificación de su aprendizaje, monitorean su comprensión y evalúan sus resultados, se produce un aprendizaje más significativo y duradero (Winne y Hadwin, 2013). Además, estas estrategias favorecen la transferencia del conocimiento a diferentes contextos, lo que resulta clave en la formación de estudiantes competentes en un mundo globalizado.

No obstante, a pesar de la evidencia existente, aún se identifican limitaciones en la implementación de estas estrategias dentro del aula, especialmente en niveles de Educación General Básica. Entre los principales desafíos se encuentran la falta de formación docente en estrategias metacognitivas, la sobrecarga curricular y la escasa incorporación de metodologías activas que promuevan la participación del estudiante. Esta situación pone de manifiesto la necesidad de fortalecer la práctica pedagógica mediante la incorporación de enfoques innovadores que respondan a las demandas actuales de la educación.

En este contexto, el presente estudio cobra relevancia al analizar la metacognición y la autorregulación del aprendizaje como estrategias pedagógicas orientadas a mejorar el desempeño académico en estudiantes de Educación General Básica. Su importancia radica en la posibilidad de contribuir al fortalecimiento de prácticas educativas que promuevan el aprendizaje autónomo, significativo y reflexivo, alineándose con los objetivos de la educación actual.

Por tanto, el objetivo del presente artículo es analizar la metacognición y la autorregulación del aprendizaje como estrategias pedagógicas para mejorar el desempeño académico en estudiantes de Educación General Básica, a partir de la revisión de literatura científica y el análisis de enfoques pedagógicos contemporáneos.

MÉTODOS MATERIALES

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, el cual resulta pertinente para el análisis e interpretación de fenómenos educativos desde una perspectiva comprensiva. Este enfoque permitió examinar en profundidad los fundamentos teóricos relacionados con la metacognición y la autorregulación del aprendizaje, considerando su impacto en el desempeño académico de los estudiantes de Educación General Básica. A diferencia de los estudios cuantitativos, que se centran en la medición de variables, el enfoque cualitativo facilita la comprensión de procesos complejos, como los mecanismos cognitivos y metacognitivos que intervienen en el aprendizaje, así como las estrategias pedagógicas que los potencian.

El tipo de investigación adoptado fue documental de carácter descriptivo-analítico, debido a que se fundamentó en la revisión sistemática de literatura científica relevante. Este tipo de estudio permite recopilar, analizar e interpretar información proveniente de fuentes secundarias con el objetivo de construir conocimiento teórico y establecer relaciones entre conceptos clave (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018). En este sentido, la investigación no se limitó a describir los aportes existentes, sino que profundizó en el análisis crítico de los mismos, identificando tendencias, coincidencias y divergencias en torno a la metacognición, la autorregulación del aprendizaje y su incidencia en el rendimiento académico.

El diseño metodológico corresponde a un diseño no experimental, puesto que no se manipularon variables ni se intervino directamente en un grupo de estudio. Este tipo de diseño es adecuado cuando el propósito es analizar fenómenos tal como se presentan en su contexto natural, a partir de información previamente generada en investigaciones científicas. Asimismo, el estudio se enmarca en un corte transversal, dado que la recolección de información se realizó en un periodo específico, considerando principalmente investigaciones publicadas en los últimos cinco años, con el fin de garantizar la actualidad y pertinencia de los datos analizados.

En relación con la estrategia de búsqueda de información, se llevó a cabo una revisión sistemática de literatura, utilizando bases de datos académicas reconocidas como Google Scholar, Scopus, Redalyc y SciELO. Para optimizar la búsqueda, se emplearon descriptores clave tales como:

“metacognición”, “autorregulación del aprendizaje”, “estrategias metacognitivas”, “aprendizaje autónomo” y “desempeño académico”, tanto en idioma español como en inglés. La combinación de estos términos permitió identificar un conjunto amplio de estudios relevantes, los cuales fueron posteriormente filtrados de acuerdo con criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos.

Entre los criterios de inclusión, se consideraron: (a) publicaciones científicas indexadas, (b) estudios relacionados directamente con las variables de investigación, (c) artículos publicados en los últimos cinco años, (d) investigaciones realizadas en contextos educativos formales, y (e) documentos que presentaran resultados claros y fundamentados. Por otro lado, los criterios de exclusión incluyeron: (a) documentos sin respaldo académico, (b) publicaciones duplicadas, (c) estudios con información insuficiente o poco relevante para el objetivo del artículo, y (d) investigaciones que no abordaran de manera explícita la relación entre metacognición, autorregulación y desempeño académico.

El proceso de selección de las fuentes se desarrolló en varias fases. En una primera etapa, se realizó una búsqueda general utilizando los descriptores establecidos, obteniendo un número considerable de documentos. Posteriormente, se llevó a cabo una revisión preliminar de títulos y resúmenes para determinar su pertinencia. En una tercera fase, se efectuó una lectura crítica de los textos completos seleccionados, con el fin de identificar aquellos que aportaban información relevante y de calidad para el estudio. Finalmente, se conformó un corpus documental compuesto por investigaciones representativas y actualizadas.

Para la organización y sistematización de la información, se utilizó como instrumento una matriz de análisis documental, la cual permitió registrar de manera estructurada los datos más relevantes de cada fuente consultada. Esta matriz incluyó categorías como: autor, año de publicación, objetivo del estudio, metodología empleada, población investigada, resultados principales y conclusiones. El uso de este instrumento facilitó la comparación entre estudios y permitió identificar patrones comunes y aportes significativos en relación con las variables analizadas.

El análisis de la información se llevó a cabo mediante la técnica de análisis de contenido, que consiste en la identificación, categorización e interpretación de los elementos más relevantes presentes en los documentos revisados. A partir de este proceso, se establecieron categorías de análisis tales como: (1) estrategias metacognitivas, (2) procesos de autorregulación del aprendizaje, (3) rol del docente en el desarrollo de estas competencias, (4) impacto en el desempeño académico, y (5) metodologías pedagógicas asociadas. Estas categorías permitieron organizar la información de manera lógica y facilitar la comprensión de las relaciones existentes entre los diferentes conceptos.

Asimismo, se aplicó un enfoque comparativo-interpretativo, que permitió contrastar los resultados de diferentes estudios, identificando similitudes, diferencias y tendencias en la literatura científica. Este análisis contribuyó a enriquecer la discusión teórica y a fundamentar las conclusiones del estudio, proporcionando una visión integral sobre la importancia de la metacognición y la autorregulación en el aprendizaje.

Desde el punto de vista ético, la investigación se desarrolló respetando los principios de rigor científico, honestidad académica y responsabilidad intelectual. Se realizó una adecuada citación de todas las fuentes consultadas, siguiendo las normas APA séptima edición, evitando el plagio y garantizando la transparencia en el uso de la información. Además, se priorizó la utilización de fuentes confiables, indexadas y reconocidas en el ámbito académico, lo cual contribuye a la validez y credibilidad del estudio.

En síntesis, la metodología empleada permitió realizar un análisis profundo, sistemático y fundamentado de la literatura científica sobre metacognición y autorregulación del aprendizaje, proporcionando una base sólida para la identificación de estrategias pedagógicas orientadas a mejorar el desempeño académico en estudiantes de Educación General Básica. Este enfoque metodológico no solo permitió comprender el estado actual del conocimiento sobre el tema, sino también identificar oportunidades de mejora en las prácticas educativas, aportando elementos relevantes para la innovación pedagógica.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

El análisis de los resultados se estructuró a partir de la revisión sistemática de la literatura científica seleccionada, permitiendo identificar tendencias, coincidencias y aportes relevantes en torno a la metacognición, la autorregulación del aprendizaje y su relación con el desempeño académico en estudiantes de Educación General Básica. La información fue organizada en categorías previamente definidas, lo que facilitó su sistematización y presentación de manera clara y coherente.

Los hallazgos evidencian que las investigaciones coinciden en señalar que la metacognición y la autorregulación del aprendizaje constituyen factores determinantes en el éxito académico, especialmente cuando son desarrolladas mediante estrategias pedagógicas intencionales. En este sentido, se identificaron diversas estrategias metacognitivas aplicadas en contextos educativos, así como su impacto en el aprendizaje de los estudiantes.

Tabla 1.

Estrategias metacognitivas identificadas en la literatura

Autor (año)	Estrategia	Descripción	Nivel educativo
Panadero (2017)	Autoevaluación	Permite al estudiante reflexionar sobre su propio aprendizaje y desempeño	Educación Básica
Zimmerman (2002)	Planificación de objetivos	Establecimiento de metas de aprendizaje antes de iniciar una tarea	General
Dignath y Büttner (2008)	Monitoreo cognitivo	Seguimiento del proceso de comprensión durante el aprendizaje	Educación Básica
Schraw y Dennison (1994)	Regulación metacognitiva	Control y ajuste de estrategias de aprendizaje	General
Winne y Hadwin (2013)	Reflexión posterior	Evaluación del resultado después de la actividad de aprendizaje	General

Fuente: Autor (2026)

Los resultados presentados en la Tabla 1 evidencian que las estrategias metacognitivas más recurrentes en la literatura incluyen la planificación, el monitoreo, la autoevaluación y la reflexión. Estas estrategias son aplicadas en distintos niveles educativos, pero muestran mayor énfasis en Educación General Básica, debido a su impacto en la formación de hábitos de aprendizaje autónomo. Asimismo, se observa que dichas estrategias permiten al estudiante asumir un rol activo en su proceso de aprendizaje, favoreciendo la toma de decisiones y el control de sus acciones cognitivas. En relación con la autorregulación del aprendizaje, los estudios revisados coinciden en que este proceso implica una serie de fases interrelacionadas que permiten al estudiante gestionar su aprendizaje de manera efectiva. Estas fases incluyen la planificación, ejecución y evaluación, las cuales se desarrollan de manera cíclica y continua.

Tabla 2.

Fases de la autorregulación del aprendizaje

Fase	Descripción	Estrategias asociadas	Resultados observados
Planificación	Definición de objetivos y estrategias antes de iniciar la tarea	Establecimiento de metas, organización del tiempo	Mayor claridad en el aprendizaje
Ejecución	Aplicación de estrategias durante el proceso de aprendizaje	Monitoreo, control de la comprensión	Mejora en la concentración
Evaluación	Análisis del resultado obtenido	Autoevaluación, reflexión	Identificación de errores y mejoras

Fuente: Autor (2026)

Los datos expuestos en la Tabla 2 muestran que la autorregulación del aprendizaje se desarrolla a través de un proceso estructurado en fases, en las cuales el estudiante desempeña un papel activo en la gestión de su aprendizaje. Se evidencia que la fase de planificación permite organizar las acciones, mientras que la ejecución facilita el control del proceso y la evaluación contribuye a la mejora continua del aprendizaje. Estas fases se encuentran estrechamente vinculadas con las estrategias metacognitivas, lo que refuerza la relación entre ambos conceptos. Por otro lado, los resultados también evidencian una relación directa entre la aplicación de estrategias metacognitivas y el desempeño académico de los estudiantes. En este sentido, se identificaron diversos efectos positivos asociados al uso de estas estrategias en el contexto educativo.

Tabla 3.

Impacto de la metacognición y autorregulación en el desempeño académico

Variable	Evidencia encontrada	Efecto en el estudiante
Metacognición	Mejora en la comprensión de contenidos	Mayor rendimiento académico
Autorregulación	Incremento en la autonomía	Desarrollo de hábitos de estudio
Estrategias pedagógicas	Uso de metodologías activas	Mayor participación
Retroalimentación	Mejora en el proceso de aprendizaje	Reducción de errores
Autoevaluación	Identificación de fortalezas y debilidades	Mejora continua

Fuente: Elaboración propia (2026).

Los resultados presentados en la Tabla 3 evidencian que la metacognición y la autorregulación del aprendizaje tienen un impacto significativo en el desempeño académico de los estudiantes. Se observa que la implementación de estrategias pedagógicas orientadas a fortalecer estas habilidades contribuye al desarrollo de aprendizajes más significativos y duraderos. Asimismo, se identifica que los estudiantes que utilizan estas estrategias presentan mayores niveles de autonomía, participación y compromiso con su proceso de aprendizaje.

Adicionalmente, los estudios analizados muestran que el rol del docente es un elemento clave en la implementación de estas estrategias, ya que su orientación y acompañamiento facilitan el desarrollo de habilidades metacognitivas en los estudiantes. En este sentido, se identifican diversas acciones docentes que favorecen la autorregulación del aprendizaje.

Tabla 4.

Rol del docente en el desarrollo de la metacognición

Acción docente	Descripción	Resultado en el estudiante
Orientación	Guía en la planificación del aprendizaje	Mayor organización
Retroalimentación	Comentarios sobre el desempeño	Mejora continua
Modelado	Ejemplo de estrategias cognitivas	Aprendizaje significativo
Evaluación formativa	Seguimiento del progreso	Identificación de dificultades
Motivación	Estímulo al aprendizaje autónomo	Mayor compromiso

Fuente: *Elaboración propia (2026)*

Los datos presentados en la Tabla 4 evidencian que el docente desempeña un rol fundamental en el desarrollo de la metacognición y la autorregulación del aprendizaje. Se observa que acciones como la retroalimentación, el modelado y la orientación contribuyen significativamente al fortalecimiento de estas habilidades en los estudiantes. Asimismo, se destaca la importancia de la evaluación formativa como un mecanismo que permite identificar avances y dificultades en el proceso de aprendizaje.

En síntesis, los resultados obtenidos muestran una clara tendencia en la literatura científica hacia la incorporación de estrategias metacognitivas y de autorregulación como elementos clave para mejorar el desempeño académico en Educación General Básica. La información analizada evidencia que estas estrategias no solo favorecen el aprendizaje, sino que también contribuyen al desarrollo integral del estudiante, fortaleciendo su autonomía, motivación y capacidad de reflexión.

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos a partir del análisis de la literatura científica evidencian que la metacognición y la autorregulación del aprendizaje constituyen elementos fundamentales para el mejoramiento del desempeño académico en estudiantes de Educación General Básica. Estos hallazgos coinciden con lo planteado por Zimmerman (2002), quien sostiene que los estudiantes autorregulados no solo gestionan su aprendizaje de manera eficiente, sino que también desarrollan una mayor capacidad de adaptación frente a las exigencias académicas. En este sentido, la autorregulación se configura como un proceso dinámico que integra aspectos cognitivos, motivacionales y conductuales, permitiendo al estudiante asumir un rol activo en su formación.

En relación con las estrategias metacognitivas identificadas, los resultados muestran una fuerte presencia de procesos como la planificación, el monitoreo y la autoevaluación. Estos hallazgos

convergen con lo expuesto por Panadero (2017), quien afirma que la autoevaluación es una de las estrategias más efectivas para promover el aprendizaje autónomo, ya que permite al estudiante reflexionar sobre sus errores y aciertos. Asimismo, Schraw y Dennison (1994) destacan que la regulación metacognitiva es esencial para el control del aprendizaje, lo que respalda la importancia de enseñar estas estrategias de manera explícita dentro del aula.

Por otra parte, los resultados relacionados con las fases de la autorregulación del aprendizaje evidencian que los estudiantes que planifican, ejecutan y evalúan sus actividades de manera consciente presentan mejores resultados académicos. Este hallazgo coincide con el modelo propuesto por Winne y Hadwin (2013), quienes plantean que el aprendizaje autorregulado se desarrolla a través de un ciclo continuo que implica la definición de metas, la aplicación de estrategias y la evaluación de los resultados. En este contexto, la planificación se convierte en una etapa clave, ya que permite organizar el aprendizaje, mientras que la evaluación favorece la mejora continua.

En cuanto al impacto de la metacognición en el desempeño académico, los resultados obtenidos muestran una relación positiva entre el uso de estrategias metacognitivas y el rendimiento escolar. Este resultado es consistente con lo planteado por Dignath y Büttner (2008), quienes evidencian que los estudiantes que desarrollan habilidades metacognitivas logran mejores resultados en comparación con aquellos que no utilizan estas estrategias. Además, estos autores señalan que la enseñanza de la autorregulación del aprendizaje tiene un efecto significativo en el desarrollo de habilidades cognitivas superiores, lo que contribuye al éxito académico.

No obstante, algunos estudios también señalan limitaciones en la implementación de estas estrategias en contextos educativos reales. Por ejemplo, investigaciones recientes indican que muchos docentes no cuentan con la formación necesaria para enseñar estrategias metacognitivas de manera efectiva, lo que dificulta su integración en la práctica pedagógica. Este aspecto representa una divergencia importante en la literatura, ya que, si bien existe consenso sobre la importancia de la metacognición, su aplicación práctica aún enfrenta desafíos relacionados con la formación docente y las condiciones del sistema educativo. En relación con el rol del docente, los resultados evidencian que su intervención es determinante en el desarrollo de la metacognición y la autorregulación del aprendizaje. Este hallazgo coincide con lo planteado por diversos autores, quienes destacan que el docente debe actuar como mediador del aprendizaje, facilitando la reflexión, el análisis y la autoevaluación (Panadero, 2017). En este sentido, estrategias como la retroalimentación formativa, el modelado de procesos cognitivos y la orientación en la planificación del aprendizaje resultan fundamentales para promover estas habilidades en los estudiantes.

Asimismo, los resultados muestran que la incorporación de metodologías activas favorece el desarrollo de la metacognición y la autorregulación. Este aspecto es respaldado por estudios que destacan la efectividad de enfoques como el aprendizaje basado en problemas, el aprendizaje cooperativo y el uso de herramientas reflexivas en el aula. Estas metodologías permiten que el estudiante participe de manera activa en su proceso de aprendizaje, lo que contribuye al desarrollo de habilidades de pensamiento crítico y autonomía.

Desde una perspectiva crítica, es importante señalar que, aunque la literatura evidencia múltiples beneficios de la metacognición y la autorregulación del aprendizaje, su implementación no debe considerarse un proceso automático. Por el contrario, requiere de una planificación pedagógica intencional, así como de un contexto educativo que favorezca la reflexión y la participación del estudiante. En este sentido, la falta de tiempo, la sobrecarga curricular y la predominancia de evaluaciones tradicionales pueden limitar la aplicación de estas estrategias en el aula.

En síntesis, la discusión de los resultados permite afirmar que existe una amplia convergencia en la literatura científica respecto a la importancia de la metacognición y la autorregulación del aprendizaje como factores clave en el mejoramiento del desempeño académico. Sin embargo, también se identifican desafíos relacionados con su implementación, lo que pone de manifiesto la necesidad de fortalecer la formación docente y promover cambios en las prácticas pedagógicas. Estos hallazgos refuerzan la idea de que la metacognición y la autorregulación deben ser consideradas como competencias esenciales dentro del currículo educativo, integrándose de manera transversal en las diferentes áreas del conocimiento. De esta manera, se podrá contribuir al desarrollo de estudiantes más autónomos, críticos y capaces de enfrentar los desafíos del aprendizaje en contextos diversos.

CONCLUSIONES

El análisis desarrollado en el presente estudio permite afirmar que la metacognición y la autorregulación del aprendizaje constituyen elementos esenciales para el fortalecimiento del desempeño académico en estudiantes de Educación General Básica. A lo largo de la revisión teórica, se evidenció que estas competencias no solo favorecen la adquisición de conocimientos, sino que también potencian la capacidad del estudiante para reflexionar sobre su propio aprendizaje, gestionar sus procesos cognitivos y asumir un rol activo en su formación académica. En este sentido, la metacognición y la autorregulación se consolidan como pilares fundamentales de un aprendizaje autónomo, significativo y sostenible.

Uno de los principales hallazgos del estudio radica en la identificación de estrategias pedagógicas que promueven el desarrollo de estas habilidades, tales como la planificación de objetivos, el monitoreo del aprendizaje, la autoevaluación y la reflexión sobre los resultados obtenidos. Estas estrategias permiten al estudiante tomar conciencia de sus procesos de aprendizaje, identificar sus fortalezas y debilidades, y realizar ajustes que contribuyan a la mejora continua. Asimismo, se evidenció que la implementación sistemática de estas estrategias tiene un impacto positivo en el rendimiento académico, así como en la motivación y el compromiso del estudiante.

De igual manera, se destaca el rol fundamental del docente como mediador del aprendizaje, ya que su intervención es determinante en el desarrollo de la metacognición y la autorregulación. El docente no solo transmite conocimientos, sino que orienta, guía y acompaña al estudiante en la construcción de su aprendizaje, promoviendo espacios de reflexión, análisis y autoevaluación. En este contexto, la retroalimentación formativa, el modelado de estrategias cognitivas y la aplicación de metodologías activas se configuran como herramientas clave para fortalecer estas competencias en el aula.

No obstante, el estudio también permitió identificar ciertas limitaciones en la implementación de estas estrategias en contextos educativos reales. Entre las principales dificultades se encuentran la falta de formación docente en estrategias metacognitivas, la persistencia de enfoques tradicionales centrados en la memorización y la sobrecarga curricular, lo que limita la incorporación de metodologías innovadoras. Estas limitaciones evidencian la necesidad de promover procesos de actualización docente y de replantear las prácticas pedagógicas, orientándolas hacia enfoques más centrados en el estudiante y en el desarrollo de competencias.

Desde una perspectiva metodológica, es importante señalar que el presente estudio se basó en una revisión documental, lo que implica que sus resultados se sustentan en el análisis de investigaciones previas. Si bien esto permite obtener una visión amplia del estado del conocimiento, también representa una limitación en cuanto a la posibilidad de contrastar los hallazgos con datos empíricos directos. Por ello, se sugiere que futuras investigaciones incorporen estudios de campo que permitan validar y profundizar los resultados obtenidos, especialmente en contextos específicos de Educación General Básica.

En términos de aporte, el estudio contribuye al fortalecimiento del conocimiento teórico sobre la metacognición y la autorregulación del aprendizaje, destacando su importancia en el ámbito educativo y proporcionando una base para la implementación de estrategias pedagógicas orientadas a mejorar el desempeño académico. Asimismo, ofrece una guía para docentes e instituciones

educativas interesadas en promover prácticas innovadoras que favorezcan el aprendizaje autónomo y significativo.

Finalmente, se concluye que la metacognición y la autorregulación del aprendizaje no deben ser consideradas como habilidades accesorias, sino como competencias centrales en el proceso educativo. Su desarrollo requiere de una intervención pedagógica intencional, sistemática y contextualizada, que permita al estudiante convertirse en un sujeto activo, reflexivo y responsable de su aprendizaje. En este sentido, la integración de estas competencias en el currículo educativo representa un desafío y, al mismo tiempo, una oportunidad para transformar las prácticas pedagógicas y responder a las demandas de la educación contemporánea.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Dignath, C., & Büttner, G. (2008). Components of fostering self-regulated learning among students: A meta-analysis on intervention studies at primary and secondary school level. *Metacognition and Learning*, 3(3), 231–264. <https://doi.org/10.1007/s11409-008-9029-x>
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive-developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906–911. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Ciudad de México, México: McGraw-Hill.
- Panadero, E. (2017). A review of self-regulated learning: Six models and four directions for research. *Frontiers in Psychology*, 8, 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Schraw, G., & Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19(4), 460–475. <https://doi.org/10.1006/ceps.1994.1033>
- Winne, P. H., & Hadwin, A. F. (2013). Study tactics, study strategies, and self-regulated learning. En D. H. Schunk & B. J. Zimmerman (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 15–32). New York, USA: Routledge.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2
- Broadbent, J., & Poon, W. L. (2019). Self-regulated learning strategies & academic achievement in online higher education learning environments: A systematic review. *The Internet and Higher Education*, 27, 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2015.04.007>
- Cleary, T. J., & Callan, G. L. (2022). Assessing self-regulated learning using microanalytic methods. *Educational Psychologist*, 57(2), 115–130. <https://doi.org/10.1080/00461520.2021.1991353>
- Dent, A. L., & Koenka, A. C. (2019). The relation between self-regulated learning and academic achievement across childhood and adolescence. *Educational Psychology Review*, 31(2), 1–34. <https://doi.org/10.1007/s10648-019-09468-4>
- OECD. (2020). *The future of education and skills: Education 2030*. París, Francia: OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/54ac7020-en>
- Panadero, E., Andrade, H., & Brookhart, S. (2019). Fusing self-regulated learning and formative assessment: A roadmap of where we are, how we got here, and where we are going. *The Australian Educational Researcher*, 46(1), 13–31. <https://doi.org/10.1007/s13384-018-0258-y>

Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H. (2021). Handbook of self-regulation of learning and performance (2nd ed.). New York, USA: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203839010>

CONFLICTO DE INTERÉS:

Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El artículo no es producto de una publicación anterior.

