



El medio influye, pero no determina totalmente el aprendizaje

- **Papel/lápiz:** mejor codificación cognitiva, síntesis y recuerdo a largo plazo.
- **Digital:** velocidad y organización, pero riesgo de copia literal sin procesamiento.
- En estudiantes de salud, no hay diferencias claras en rendimiento global.

Efectos según el tiempo

- Corto plazo: notas activas mejoran el recuerdo inmediato.
- Largo plazo: combinación con pruebas de recuperación superan a solo apuntes.
- Revisar apuntes potencia el aprendizaje, especialmente si son manuscritos.

Bibliografía



La clave: procesamiento activo

- Resumir, reorganizar y estructurar = mejor rendimiento.
- Copiar literalmente = peores resultados en preguntas conceptuales.

Percepciones estudiantiles

- Apuntes ayudan a memoria, comprensión y rendimiento.
- Jóvenes prefieren digital; otros mantienen el papel.
- Papel: mejor recuerdo, menos distracciones externas.
- Digital: más rápido, mejor organización, pero más distracción interna.

Conclusión

- Lo decisivo es el método, no el medio, notas a mano aportan aprendizaje *in situ*.
- Lo óptimo: apuntes activos + pruebas de recuperación
- Los docentes deben enseñar estrategias de toma de apuntes

Paper or Digital? What Really Matters When Taking Notes

Medium Matters, But Doesn't Fully Determine Learning

• **Paper/Pencil**

- Better cognitive encoding
- Encourages synthesis
- Enhances long-term recall

• **Digital**

- Faster and more organized
- Risk of verbatim copying without processing

• **Health Students**

- No clear differences in overall performance

Student Perceptions

- Notes help with memory, understanding, and performance
- Younger students prefer digital
- Others stick with paper

• **Paper**

- Better recall
- Fewer external distractions

• **Digital**

- Faster
- Better organization
- More internal distractions

Conclusion

-  Method matters more than medium
-  Handwritten notes support *in situ* learning
-  Best combo: Active notes + retrieval practice
-  Teachers should teach note-taking strategies!

Active Processing is Key

- Summarizing
- Reorganizing
- Structuring
- Leads to better academic outcomes
-  Verbatim copying
- Poorer results on conceptual questions

Time-Based Effects

• **Short Term**

- Active notes improve immediate recall

• **Long Term**

- Notes + retrieval practice outperform notes alone
-  Reviewing notes
- Boosts learning, especially handwritten ones

Bibliography

