

UNIVERSIDAD CATÓLICA SEDES SAPIENTIAE

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD



Procrastinación académica y adicción a redes sociales en
estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa
en Comas

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

AUTORA

Lucero Lopez Huillca

ASESORA

María del Rosario Salazar Farfán

Lima, Perú

2025

METADATOS COMPLEMENTARIOS

Datos de los Autores

Autor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 3

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Autor 4

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (opcional)	

Datos de los Asesores

Asesor 1

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Asesor 2

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	
Número de Orcid (Obligatorio)	

Datos del Jurado

Presidente del jurado

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Segundo miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Tercer miembro

Nombres	
Apellidos	
Tipo de documento de identidad	
Número del documento de identidad	

Datos de la Obra

Materia*	
Campo del conocimiento OCDE Consultar el listado:	
Idioma	
Tipo de trabajo de investigación	
País de publicación	
Recurso del cual forma parte (opcional)	
Nombre del grado	
Grado académico o título profesional	
Nombre del programa	
Código del programa Consultar el listado:	

***Ingresar las palabras clave o términos del lenguaje natural (no controladas por un vocabulario o tesauro).**



**UNIVERSIDAD
CATÓLICA
SEDES SAPIENTIAE**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE PSICOLOGÍA
SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA LICENCIATURA**

ACTA N° 183-2025

En la ciudad de Lima, al primer día del mes de octubre del año dos mil veinticinco, siendo las 08:50 horas, la Bachiller Lucero Lopez Huilca, sustenta su tesis denominada "**Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas**" para obtener el Título Profesional de Licenciado en Psicología, del Programa de Estudios de Psicología.

El jurado calificó mediante votación secreta:

- | | |
|--|-------------------|
| 1.- Prof. Giovani Martin Diaz Gervasi | APROBADO: REGULAR |
| 2.- Prof. Caroline Gabriela Marin Cipriano | APROBADO: BUENO |
| 3.- Prof. Mauro Hector Ceron Salazar | APROBADO: BUENO |

Habiendo concluido lo dispuesto por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Católica Sedes Sapientiae y siendo las 09:45 horas, el Jurado da como resultado final, la calificación de:

APROBADO: BUENO

Es todo cuanto se tiene que informar.


Prof. Giovani Martin Diaz Gervasi

Presidente


Prof. Caroline Gabriela Marin Cipriano


Prof. Mauro Hector Ceron Salazar

Lima, 01 de Octubre del 2025

Anexo 2

CARTA DE CONFORMIDAD DEL ASESOR(A) DE TESIS CON INFORME DE EVALUACIÓN DEL SOFTWARE ANTIPLAGIO

Lima, 13 de diciembre de 2025

Doctor,
Yordanis Enriquez Canto
Jefe del Departamento de Investigación
Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Católica Sedes Sapientiae

Reciba un cordial saludo.

Sirva el presente para informar que la tesis bajo mi asesoría, con título: Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas, presentado por Lucero Lopez Huillca (código de estudiante 2016200068 y DNI 75420867) para optar el título profesional de Licenciado en Psicología ha sido revisado en su totalidad por mi persona y **CONSIDERO** que el mismo se encuentra **APTO** para ser publicado en el Repositorio Institucional Digital.

Asimismo, para garantizar la originalidad del documento en mención, se le ha sometido a los mecanismos de control y procedimientos antiplagio previstos en la normativa interna de la Universidad, **cuyo resultado alcanzó un porcentaje de similitud de 4 % (cuatro por ciento).*** Por tanto, en mi condición de asesor(a), firmo la presente carta en señal de conformidad y adjunto el informe de similitud del Sistema Antiplagio Turnitin, como evidencia de lo informado.

Sin otro particular, me despido de usted. Atentamente,



María del Rosario Salazar Farfán

DNI N°: 10690956

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7311-0863>

Facultad de Ciencias de la Salud

* De conformidad con el artículo 8°, del Capítulo 3 del Reglamento de Control Antiplagio e Integridad Académica para trabajos para optar grados y títulos, aplicación del software antiplagio en la UCSS, se establece lo siguiente:

Artículo 8°. Criterios de evaluación de originalidad de los trabajos y aplicación de filtros

El porcentaje de similitud aceptado en el informe del software antiplagio para trabajos para optar grados académicos y títulos profesionales, será máximo de veinte por ciento (20%) de su contenido, siempre y cuando no implique copia o indicio de copia.

Procrastinación académica y adicción a redes sociales en
estudiantes del grado de secundaria de una Institución
Educativa en Comas

DEDICATORIA

A mis padres, cuyo amor incondicional me motivó a perseverar y seguir adelante en mi realización profesional y a mi asesora, quien me guió en el desarrollo de esta investigación.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por darme las fuerzas y ayudarme a ser perseverante en el proceso. También, a cada persona que me ayudó a hacer posible el desarrollo de esta investigación.

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación existente entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en una muestra de 213 estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas, cuyas edades fluctuaron entre 11 a 17 años. **Materiales y métodos:** El presente estudio tuvo el enfoque cuantitativo, el diseño de investigación fue no experimental de corte transversal, el alcance fue correlacional. Las técnicas de investigación empleadas son pruebas estandarizadas a la realidad peruana: Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS); mientras que, el plan de análisis se realizó con el programa estadístico STATA Versión 15, con una significancia al nivel 0.05. Se empleó las pruebas estadísticas Chi cuadrado, Shapiro Wilk, U de Mann Whitney y Kruskal Wallis. **Resultados:** No se encontró una relación significativa entre la procrastinación académica y la adicción a redes sociales ($p=0.844$). También, se encontró una relación significativa entre la dimensión de autorregulación académica y el número de dispositivos electrónicos ($p=0.001$). Además, se encontró una relación significativa entre la adicción a redes sociales general y el tiempo de uso diario ($p=0.000$) y la dimensión de obsesión por las redes sociales se relacionó significativamente con el tiempo de uso diario ($p=0.000$). **Conclusión:** En relación a los hallazgos obtenidos, se recomienda que el Departamento Psicológico brinde asesorías a los tutores de manera informativa acerca de la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales.

Palabras clave: Procrastinación, adicción a redes sociales, estudiantes, secundaria (Fuente: DeCS).

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between academic procrastination and addiction to social networks in a sample of 213 high school students from an educational institution in Comas, whose ages ranged from 11 to 17 years. **Materials and methods:** The present study had a quantitative approach, the research design was non-experimental cross-sectional, the scope was correlational. The research techniques used were standardized tests for the Peruvian reality: Academic Procrastination Scale (EPA) and the Social Network Addiction Questionnaire (ARS); while the analysis plan was carried out with the statistical program STATA Version 15, with a significance at the 0.05 level. Chi-square, Shapiro Wilk, Mann Whitney U and Kruskal Wallis statistical tests were used. **Results:** No significant relationship was found between academic procrastination and social network addiction ($p=0.844$). Also, a significant relationship was found between the dimension of academic self-regulation and the number of electronic devices ($p=0.001$). In addition, a significant relationship was found between general social network addiction and daily usage time ($p=0.000$) and the dimension of social network obsession was significantly related to daily usage time ($p=0.000$). **Conclusion:** In relation to the findings obtained, it is recommended that the Psychological Department provide counseling to tutors in an informative manner about academic procrastination and addiction to social networks.

Key words: Procrastination, social network addiction, students, high school (Source: DeCS).

ÍNDICE

Resumen	v
Índice	vii
Introducción	viii
Capítulo I El problema de investigación	9
1.1.Situación problemática	9
1.2.Formulación del problema	9
1.3.Justificación de la investigación	10
1.4.Objetivos de la investigación	10
1.4.1.Objetivo general	10
1.4.2.Objetivos específicos	10
1.5.Hipótesis	11
Capítulo II Marco teórico	12
2.1.Antecedentes de la investigación	12
2.2.Bases teóricas	15
Capítulo III Materiales y métodos	20
3.1.Tipo de estudio y diseño de la investigación	20
3.2.Población y muestra	20
3.2.1.Tamaño de la muestra	20
3.2.2.Selección del muestreo	22
3.2.3.Criterios de inclusión y exclusión	22
3.3.Variables	22
3.3.1.Definición conceptual y operacionalización de variables	22
3.4.Plan de recolección de datos e instrumentos	25
3.5.Plan de análisis e interpretación de la información	27
3.6.Ventajas y limitaciones	27
3.7.Aspectos éticos	27
Capítulo IV Resultados	29
Capítulo V Discusión	38
5.1. Discusión	38
5.2. Conclusión	39
5.3. Recomendaciones	40
Referencias bibliográficas	41
Anexos	

INTRODUCCIÓN

La procrastinación académica refiere al acto de postergar la realización de tareas académicas, dando prioridad a realizar otras actividades satisfactorias como actividades de pasatiempo en dispositivos electrónicos, las cuales intervienen en la ejecución de los deberes académicos y se observa que permite la distracción de las mismas favoreciendo la procrastinación (Matalinares et al., 2017). También, se ha indicado que altos niveles de procrastinación en los estudiantes provocan problemas para el inicio y fin de sus labores, además de que se distraen con facilidad (Cahuana, 2019). Asimismo, se revela que el uso excesivo de las redes sociales genera dependencia, comportamientos inadecuados que pueden afectar el rendimiento escolar y sus relaciones con el resto (Cahuana, 2019). Por lo cual, se propone la siguiente pregunta de investigación: ¿cuál es la relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas? La presente investigación tiene como objetivo determinar la relación existente entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

Por consiguiente, la presente investigación busca aportar a posteriores estudios investigativos, también para concientizar a la población y su entorno. Además, para la adopción de medidas preventivas y de intervención en esta problemática. Las limitaciones de esta investigación fueron que el presente estudio es de corte transversal y existe la probabilidad de que las respuestas estén sujetas a una deseabilidad social al usar pruebas psicométricas. Respecto a las ventajas, estas fueron que la realización de las pruebas fue presencial y la estandarización de las pruebas a la realidad peruana.

Respecto a estudios nacionales, un estudio de Mamani y Gonzales (2019), deducen que si se presencia un número elevado de conductas desfavorables en relación a las redes, consecuentemente se presentará una mayor predisposición a la adopción de conductas de procrastinación en el contexto académica, de la misma manera, se presentan las extensiones de la variable adicción a la redes frente a la procrastinación académica. Se atestigua que, a mayor conducta adictiva a las redes sociales, mayor será la tendencia a procrastinar en las actividades académicas. La hipótesis general fue definir la relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

Según Quant y Sánchez (2012), la procrastinación es un patrón de conducta en el que se pospone de forma voluntaria la realización de actividades que tienen un plazo establecido. De acuerdo a Echeburúa y de Corral (2010), la adicción a las redes sociales se vincula con factores psicosociales como la vulnerabilidad emocional, los desencadenantes de estrés, y el apoyo familiar y social. Además, se considera que la adicción a internet refleja una falta de control y un uso perjudicial de esta tecnología. La presente investigación está distribuida en cinco capítulos. El primer capítulo hace mención al planteamiento del problema, la justificación, objetivos, hipótesis. Luego, se plantea el marco teórico, que está relacionado con las variables del presente estudio que son la procrastinación académica y la adicción a redes sociales. El tercer capítulo se refiere al método de trabajo, instrumentos, población, variables, ventajas y limitaciones y demás. En el cuarto capítulo, se plantean los resultados y el último capítulo está reservado a la discusión, conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO I EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1 Situación problemática:

Durante los últimos tiempos, la tecnología ha evolucionado, creando y modificando muchos aspectos de la vida, especialmente en los jóvenes y adolescentes. En el Perú, tras la llegada de la pandemia y el establecimiento de cuarentena en los hogares, la tecnología ha facilitado la continuación de los estudios por medio de la virtualidad. Por otro lado, se observó mucha deserción escolar al inicio de clases, otros perdieron el enfoque en los estudios por hacer uso del internet aplazando así sus responsabilidades. Sin embargo, se debe agregar que es un problema que lleva persistiendo en el tiempo y evolucionando continuamente.

Por ello, Álvarez (2010), define a la procrastinación académica como la tendencia de casi siempre o siempre postergar actividades académicas que se les designa a los alumnos. Según Chan (2011), ello se caracteriza por ser una dificultad para la gestión del autocontrol y administración del tiempo. Luego, Balarezo y Mayorga (2023), en su estudio, revelaron que un 66.4% de la muestra estudiada mostró elevados niveles de procrastinación académica. También, Yana et al. (2022), revelan que el 80.9% de estudiantes tiende a postergar sus tareas para pasar tiempo en redes sociales.

En México, Romero y Romero (2024), realizaron un estudio en adolescentes donde identificaron relación entre las variables y un nivel bajo de autorregulación se vinculó con un aumento en los problemas relacionados con el uso a las redes, por lo cual se explica que el uso en exceso de las redes permite la distracción de los deberes escolares. Luego, a nivel nacional, Bautista et al. (2023) efectuaron un estudio en estudiantes del quinto grado de secundaria, donde observaron que los estudiantes con bajo control personal presentaban una obsesión por el uso de las redes, postergando o no realizando sus deberes.

Vilca y Gonzales (2013), puntualizan a la adicción a las redes sociales como una alteración en la capacidad de autocontrol relacionada con la dependencia que se desarrolla, la cual provoca síntomas de abstinencia cuando no se puede acceder a las redes, lo que resulta en una disminución del rendimiento académico, problemas de interacción social y en otras actividades. Según Fernández (2013), ello se caracteriza por presentar saliencia, cambios en el estado de ánimo, abstinencia, conflictos a nivel social o laboral, interpersonal e intrapersonal; por último, la recaída. En Ecuador, según Aponte et al. (2017), la adicción a internet se presentó en un 35,8 % de casos como leve, en un 14,2 % como moderado y en un 1,5 % como grave. El mal uso del internet, que engloba estos tres niveles, alcanzó un 51,5 %.

Por todo lo expresado, se busca llevar a cabo el presente estudio, el que posee como objetivo general, establecer la relación existente entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

1.2 Formulación del problema

¿Cuál es la relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cuáles son las características de la adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?

¿Cuáles son las características de la procrastinación académica y sus dimensiones en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?

¿Existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?

¿Existe relación entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?

1.3 Justificación de la investigación

Ante la situación actual, tras la llegada de la pandemia se ha observado la problemática educativa que se originó y afectó tanto a estudiantes escolares como universitarios. Esto conllevó a que muchos abandonen sus estudios, debido a problemas económicos en su mayoría. Por otro lado, otros sí continuaron, pero la atención a los estudios no era la misma, se originó un desinterés y fuerte deserción escolar dando prioridad a otros aspectos de la vida.

Es de carácter primordial haber abordado esta situación problemática educativa para aportar información a las futuras investigaciones en adolescentes. La presente investigación se justifica a nivel teórico porque a pesar de la existencia de otros estudios sobre este tema, son escasos los estudios con ambas variables en esta población y en este entorno, por ello este estudio contribuirá al conocimiento teórico. Asimismo, se justifica a nivel práctico porque busca brindar apoyo al personal educativo, de la salud mental y familias para comprender cómo determinadas conductas habituales en esta población pueden influir en su desempeño, gestión del tiempo y uso de las redes sociales, de esta manera ello permitirá facilitar acciones preventivas y mejorar hábitos en el ámbito educativo y familiar. De igual forma, se justifica a nivel social, porque aborda problemáticas usuales en adolescentes y que pueden afectar su bienestar emocional y rendimiento escolar, por ello el presente estudio busca aportar información que permita generar conciencia en el contexto familiar, escolar y comunitario fomentando así hábitos más saludables y un desarrollo integral.

El presente estudio resulta útil porque ayuda a identificar la relación entre las variables de investigación en la población adolescente y si ésta se da de manera positiva o negativa. Los resultados brindan y sirven de ayuda no solo para aquellos investigadores con interés o que realicen estudios en adolescentes, sino también a los involucrados en este estudio, es decir, a las autoridades y personal del centro educativo, padres de familia, cuidadores y estudiantes.

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo general

Determinar la relación existente entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

1.4.2 Objetivos específicos

- Identificar las características de la procrastinación académica y sus dimensiones en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.
- Identificar las características de la adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.
- Determinar la relación existente entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.
- Determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

1.5 Hipótesis

1.5.1 Hipótesis general

H_G: Existe relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

H₀: No existe relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

1.5.2 Hipótesis específicas

- Existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.
- Existe relación entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes del Estudio

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Muñoz y Silva (2016), en su investigación en la Universidad Nacional de Chimborazo titulada “Estilos de apego y adicción al facebook en estudiantes de segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa “Pedro Vicente Maldonado”, la cual tuvo como objetivo estudiar las variables de investigación, aplicaron a 162 participantes el cuestionario de apego CaMir-R y el Inventario de redes sociales (UPAO). Este estudio concluye que la mayoría de los participantes mostraron un estilo de apego inseguro y que las variables de estudio se relacionan directamente. Asimismo, el estilo de apego seguro, indicó que se relaciona de forma directa con el 28% con el estilo de apego preocupado y con las demás áreas indica que tiene una relación indirecta o negativa.

Aponte (2017), en su investigación en la Universidad Nacional de Loja titulada “Adicción a internet y su relación con factores familiares en adolescentes de 15 a 19 años en la ciudad de Loja”, la cual tuvo como objetivo analizar la adicción a internet y factores familiares en la población adolescente, aplicó el Test de percepción de la funcionalidad familiar (FF SIL) y el Test de adicción a internet (IAT) de Young, un cuestionario de estratificación del nivel socioeconómico y un cuestionario sociodemográfico y de caracterización familiar, a 388 estudiantes con edades de 15 a 19 años. Concluye que aquellos estudiantes, que presentaron mayor riesgo de desarrollar adicción al internet, proceden de hogares pequeños con disfuncionalidad familiar y pertenecen al estrato socioeconómico medio típico. De la misma forma, sucedió en aquellos estudiantes que presentaron bajos niveles de afectividad, armonía, comunicación y cohesión. Los resultados atestiguan que los adolescentes con adicción a internet poseen más probabilidades de presentar disfuncionalidad familiar cuando provienen de familias pequeñas ($p < 0,002$) (OR: 15,1 IC: 1,8-124,5), cuando las redes sociales fueron el servicio más usado ($p < 0,034$) (OR: 2,27 IC: 1,05-4,91) y cuando pertenecieron al estrato socioeconómico medio típico ($p < 0,025$) (OR: 2,78 IC: 1,1-6,98).

Valdés (2019) realizó un estudio en la Universidad de Alicante titulada “Uso y abuso de Internet en adolescentes y su relación con la Inteligencia emocional”, el cual tuvo como objetivos comprender el nivel de uso y adicción al internet en los adolescentes, observar si el sexo, el curso, los modelos de enseñanza, incluyen diferencias en las variables y evaluar alguna relación existente; otro de los objetivos fue evaluar de forma psicométrica los instrumentos usados. La muestra fue de 5292 participantes de 11 a 19 años. Los instrumentos fueron el Test de dependencia a internet, TDI (Chóliz y Marco, 2012) y el Inventario de inteligencia emocional, la versión corta para jóvenes de Bar-On y Parker (2000), traducido al castellano por Caraballo y Villegas (2001). Una de las conclusiones es que se presentó una conexión entre los valores de uso/abuso de internet e inteligencia emocional. También, se halló que se muestra menos uso/abuso del internet en aquellos que poseen niveles más altos de inteligencia emocional. Se obtuvieron correlaciones significativas entre el factor pérdida de control y el factor obsesión ($r = .69, p = .00$), con el factor abuso ($r = .66, p = .00$) y con el factor abstinencia ($r = .57, p = .00$).

Pereda (2019) llevó a cabo una investigación en la Universidad de Alcalá titulada “Análisis descriptivo del uso de videojuegos en línea y apuestas online en una muestra de adolescentes madrileños”, cuyo objetivo fue evidenciar la presencia de un uso problema de los videojuegos y apuestas online en población juvenil. Para ello, se aplicó a 263 participantes, de 3º E.S.O a 1º de bachillerato, un cuestionario que sirvió de encuesta para reunir los datos correspondientes, el programa de análisis estadístico SPSS®, los cuestionarios CBJP y SOGS-RA e instrumentos de screening y diagnóstico. Los resultados mostraron que la mayoría hace uso de los videojuegos actualmente, mostrando un índice de uso superior en varones que en las mujeres, las razones por las cuales juegan es con un fin de divertirse y distraerse, otras razón interesante es por el hecho de sentirse bien, relajarse y olvidar sus

preocupaciones. Otra de sus conclusiones es que un 5,8% entre hombres y mujeres que apostaron estaría presentando un tipo de problemática. Por último, estas prácticas suelen ser de mayor relevancia en varones, por lo que las problemáticas están en mayor grado relacionadas a esta población. Ambos grupos presentan distribuciones parecidas en una gran variedad de ítems y tiene en común sus puntuaciones más altas en: perder la noción del tiempo (=1,65 chicos y =0,82 chicas), jugar más tiempo del que se pretendía (=1,59 chicos y =0,78 chicas) y sentirse molesto cuando alguien te interrumpe cuando estás jugando (=1,31 chicos y =0,76 chicas).

Vásconez (2019) realizó un estudio en la Universidad Técnica de Babahoyo titulada "Procrastinación académica y la formación de la identidad en los adolescentes de la unidad educativa La Mana", el cual tuvo como objetivo determinar la influencia de la variable de procrastinación académica en la formación de la identidad de población adolescente, a 130 participantes, para ello, se aplicó una encuesta en relación a las edades de los participantes elaborado por la autora. Concluye que la postergación de los deberes académicos y tareas cotidianas influye en la atención y hábitos que tienen las personas, lo que conlleva a creer que los que procrastinan suelen aplazar tareas que conciben como difíciles de hacer, de poco valor o incluso ellos mismos no se ven capaces de realizarlas, también estas tareas pueden asociarse a pequeñas retribuciones. De los estudiantes encuestados, el 30% aseveró que nunca se preocupa demasiado pensando en que se podría sacar una mala calificación, el 32% indicó que algunas veces y el restante 38% muy frecuente está preocupado sobremanera por su desempeño académico.

Garavito (2022), en su investigación en la Universidad Pedagógica Nacional titulada "Influencia de un andamiaje motivacional sobre la procrastinación, la autoeficacia y el logro de aprendizaje", cuyo objetivo fue analizar las variables de estudio, aplicó, a 87 estudiantes de grado séptimo de básica secundaria, una aplicación móvil, logro de aprendizaje, test de figuras enmascaradas EFT, MSLQ, subescala de autoeficacia online, escala procrastinación académica, procedimiento y el ambiente de aprendizaje M-Learning: Mundo Matemático. Concluye que la incorporación de aplicaciones móviles con andamiajes motivacionales en el aula de clase puede influenciar de forma significativa el aprendizaje de los estudiantes mejorando sus percepciones de autoeficacia tanto académica como online, reducir la brecha entre las diferencias existentes en el estilo cognitivo de cada estudiante, y disminuir la aversión a la tarea como factor de la procrastinación principalmente en los dependientes de campo. Asimismo, se atestigua que las variables logro final, aversión de la tarea, miedo al fracaso como parte de la procrastinación, autoeficacia académica y autoeficacia online se distribuyen de forma normal, entonces la prueba MANCOVA factorial es lo suficientemente sólida, por consiguiente, sus resultados son confiables.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Valencia (2017) realizó una investigación en la Pontificia Universidad Católica del Perú titulada "Funciones ejecutivas, procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes de secundaria", cuyo objetivo fue estudiar la correlación entre las variables de estudio y para lo cual se aplicó, a 187 participantes de 4º y 5º grado secundario de edades entre los 14 y 17 años, la Escala inventario de calificación de comportamiento de la función ejecutiva, (BRIEF 2, Gioia, Isquith, Guy y Kenworthy, 2015) y la Escala de procrastinación académica (EPA, Busko, 1998). Concluye que la carencia de regulación cognitiva tiene una relación significativa con la variable de procrastinación académica y la falta de regulación cognitiva se relaciona de manera negativa con la variable de rendimiento académico en el aspecto comunicativo, otra de sus conclusiones es que se halló que la variable de procrastinación académica no media entre el rendimiento académico en el aspecto comunicativa y la carencia para regular de las funciones ejecutivas, sin embargo se identificó una asociación de forma negativa, pero reveladora entre la variable de rendimiento académico en el aspecto comunicativo y la procrastinación académica. El análisis de

senderos expuso una relación positiva y significativa ($r = .32$ p $< .05$) entre la falta de regulación cognitiva (CRI) y la procrastinación académica, este resultado guarda relación con los encontrados por Rabin et al. (2011), quienes reportaron que la falta de regulación de los dominios de la función ejecutiva de iniciación, planificación/organización, inhibición, automonitoreo, memoria de trabajo, realización de tareas y organización de los materiales fueron predictores positivos significativos de la procrastinación académica.

Campos y Vílchez (2019), realizaron una investigación en la Universidad Peruana Unión titulada "Adicción a las redes sociales e impulsividad en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de dos instituciones educativas públicas de Lima Este". Esta investigación tuvo como objetivo estimar la correlación entre las variables de estudio en 253 estudiantes de 15 a 17 años de ambos sexos, para ello, se hizo uso de la Escala de Impulsividad de Barratt en adolescentes tempranos (BIS-11-A) y de la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales (CrARS). Concluyen los autores que los estudiantes que muestran altos niveles de impulsividad tienen más probabilidad de desarrollar una adicción a las redes sociales. Respecto al objetivo general, se percibió que sí existe relación significativa entre la adicción a redes sociales e impulsividad ($\rho = .445$, $p < .01$). En otras palabras, a mayor impulsividad, mayor será el riesgo de presentar adicción a las redes sociales. Por lo que se concluye que la impulsividad es un factor perjudicial para alguna adicción.

Mamani y Gonzales (2019), en su investigación en la Universidad Peruana Unión titulada "Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este", que tuvo como finalidad indagar sobre la similitud entre las variables de estudio, aplicaron, a 180 estudiantes pertenecientes al nivel secundaria de ambos sexos, la escala MEYVA y la escala de procrastinación académica (EPA). En sus conclusiones, deducen que si se presencia un número elevado de conductas desfavorables en relación a las redes, consecuentemente se presentará una mayor predisposición a adoptar conductas de procrastinación en el contexto académico. De la misma manera, se presentan las extensiones de la variable adicción a las redes frente a la procrastinación académica. Se apreció que el coeficiente de correlación de Spearman demuestra que sí existe relación altamente significativa ($\rho = .325^{**}$, $p < 0.05$) entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica, lo cual atestigua que, a mayor conducta adictiva a las redes sociales, mayor será la tendencia a procrastinar en las actividades académicas.

Cahuana (2019) llevó a cabo una investigación en la Universidad Peruana Unión titulada "Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa de Arequipa", la cual tuvo como objetivo identificar la correlación entre las variables de estudio. La muestra estuvo conformada por 113 participantes que cursaban el 3°, 4° y 5° grado secundario de ambos sexos, a los que se aplicó el inventario y medición a las redes sociales MEYVA y la Escala de procrastinación en adolescentes (EPA). Concluye que sí se demuestra una correlación entre las variables investigadas y que cuanto mayor es la adicción a las redes sociales, la procrastinación académica es mayor. También, halló que más de la mitad mostró un alto nivel adictivo y la mayoría un nivel adictivo medio, pero ninguno no mostró una no adicción, por otro lado, con la misma equivalencia para la variable de procrastinación académica, aproximadamente la mitad mostró un mayor índice de adicción y la mayoría un nivel medio de adicción. Se observó el grado de correlación y significancia por rho de Spearman, en la cual se contempla que existe relación directa y significativa entre procrastinación académica y adicción a redes sociales, ($\rho = 0,297$; $p < 0.05$), lo cual propone que a mayor adicción a redes sociales mayor será la procrastinación académica.

Angulo (2023), en su investigación en la Universidad César Vallejo titulada "Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa privada de Chiclayo", se planteó el objetivo de estudiar la correlación entre las variables de estudio. Se

usó la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) de Arévalo (2011) y el MEYVA de Mendoza y Vargas (2014), en 18 estudiantes del quinto grado de secundaria. Concluye que existe una relación significativa entre la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales en los educandos de la institución estudiada. Asimismo, la desmotivación expone una correlación alta con el conflicto (0.757). La dependencia presenta correlaciones altas con los cambios de humor (0.747) y el síndrome de abstinencia (0.774).

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Definición de Procrastinación académica

Álvarez (2010) la define como la “inclinación de casi siempre o siempre postergar actividades académicas que se les asignan a los alumnos” (p. 164). La procrastinación a menudo impide que las personas se enfoquen en alcanzar sus objetivos de manera efectiva. Como resultado, no solo se posponen las actividades, sino que también se pierde la importancia de realizar tareas de manera organizada, lo que afecta la satisfacción de cumplir con estos objetivos. Este problema se presenta en forma de perjuicio del aprendizaje y el rendimiento académico de los estudiantes.

Según Quant y Sánchez (2012), la procrastinación es un patrón de conducta en el que se pospone de forma voluntaria la realización de actividades que tienen un plazo establecido. Se ha desvelado una asociación entre los comportamientos procrastinadores con la baja autoestima, falta de autoconfianza, carencia de autocontrol, depresión, conductas desorganizadas y, en algunos casos, perfeccionismo, impulsividad disfuncional y ansiedad. En el ámbito académico, la procrastinación se refiere a retrasar tareas escolares, ya sean académicas o administrativas; también se ha observado que la procrastinación académica puede estar ligada con la tendencia a posponer actividades en otras áreas.

Dimensiones:

- **Autorregulación académica**

La autorregulación académica se refiere a la habilidad de los estudiantes para manejar y controlar su propio proceso de aprendizaje. Esto implica supervisar el comienzo y la conclusión adecuada de las tareas académicas, organizar el tiempo de manera eficiente, establecer objetivos claros y evaluar su propio avance. Este es un proceso intrincado que abarca aspectos cognitivos, emocionales y conductuales. Asimismo, es esencial para prevenir la procrastinación, lo cual es un problema frecuente entre los estudiantes.

- **Postergación de actividades**

Es la inclinación a demorar de forma deliberada el comienzo o la conclusión de las actividades académicas, aun cuando se es consciente de que esto podría acarrear consecuencias negativas. Esta actitud se relaciona con problemas en la administración del tiempo, falta de motivación y dificultades en la autorregulación.

2.2.2 Modelo de la teoría cognitiva conductual

Las teorías cognitivo-conductuales postulan que las actitudes, pensamientos y creencias que poseemos de nuestro entorno y nosotros mismos determinan nuestras acciones y sentimientos. Nuestras creencias, actitudes y pensamientos pueden resultar ser racionales y adaptativos al entorno, otras veces, es todo lo contrario, en efecto surgen conductas perjudiciales para el individuo. Dicho de otro modo, la interpretación cognitiva que le damos a ciertas situaciones vividas, genera nuestras emociones y conductas. Nuestras cogniciones

influyen sobre las creencias irracionales conservadas, sobre lo que hacemos y sentimos. Las creencias irracionales suelen manifestarse a través de demandas, “deberías”, entre otros (Natividad, 2014).

Este modelo está relacionado con las decisiones auto-limitantes, creencias irracionales, cogniciones de autocrítica e ideas negativas de sí mismo, las cuales provocan emociones que facilitan la acción de procrastinar.

Asimismo, se dan a conocer once pasos que realiza un procrastinador:

- Afán para realizar una tarea
- Analiza los beneficios de finalizar la tarea
- Decisión de hacerla
- Dilatar el tiempo para realizarla
- Toma en cuenta la ventajas de la dilatación
- Continúa la demora
- Se protege a sí mismo por la dilatación
- Continúa la demora
- Lleva a cabo la tarea, pero a “último minuto”
- Se enfada y reprende a sí mismo
- Se hace una promesa a sí mismo de no procrastinar
- Ante nuevos deberes o tareas, en las cuales identifica cierto grado de dificultad, vuelve a la acción de procrastinar.

Tres principales causas, que dan origen a la acción de procrastinar y logran hacer que el individuo cree y mantenga una visión tergiversada de sí mismo, de su entorno y del mundo: Limitación de sí mismo, poca tolerancia a la frustración y hostilidad.

- La primera, refiere a aquellos juicios o pensamientos de autocrítica y auto-afirmaciones negativas y desdeñosas de uno mismo, estas expresan malestar por las conductas procrastinadoras y se percibe sensaciones perjudiciales de depresión y ansiedad.
- La segunda, refiere a tolerar lo desagradable y el aplazamiento de satisfacción de los deseos. La acción de procrastinar genera en el individuo deseos de disminuir el sufrimiento por la realización de las tareas, lo que le lleva a crear ciertos hábitos de satisfacción momentáneas, es aquí donde el individuo comienza a procrastinar, y a desaprovechar su tiempo en estas actividades momentáneas y a disminuir la sensación de ansiedad.
- La tercera, refiere a lo que ocurrirá posteriormente de la acción de la postergación de actividades, es decir, el individuo empezará a reclamarse irracionalmente a sí mismo y a sentirse mal emocionalmente.

Se determina así la significativa relación entre las creencias no racionales y la procrastinación académica. También está ligada de manera significativa con los impulsos y con los niveles disminuidos de autorregulación académica. Asimismo, puede intervenir en la eficacia cognitiva como controlar las distracciones, aumentar la concentración e interés por cumplir con los deberes.

2.2.3 Definición de Adicción a redes sociales

Vilca y Gonzales (2013) definen la adicción de las redes sociales como “el deterioro en la capacidad de control, directamente relacionada con la dependencia que se genera. Presentándose un síndrome de abstinencia cuando no se puede acceder a las redes sociales. Que trae como consecuencia la disminución en el rendimiento académico, pérdida de interés por otras actividades y conflicto en el área social” (p. 34).

Según Echeburúa y de Corral (2010), la adicción a las redes sociales se vincula con factores psicosociales como la vulnerabilidad emocional, los desencadenantes de estrés, y el apoyo familiar y social. Además, se considera que la adicción a internet refleja una falta de control y un uso perjudicial de esta tecnología. Asimismo, los síntomas que se presentan son comparables a los de otras adicciones.

La adicción a las redes sociales refiere a una pérdida de control que genera dependencia y abstinencia al no usarlas. Se relaciona con la vulnerabilidad emocional, estrés, falta de apoyo social y puede derivar en problemas académicos, desinterés por otras actividades y conflictos interpersonales. Inicialmente resulta agradable, pero después puede volverse un hábito dañino que provoca ansiedad y dificultad para el control de la conducta.

Dimensiones:

- **Obsesión por las redes sociales**
Se conceptualiza como un estado mental en el cual la persona se encuentra involucrada, ya sea voluntaria o involuntariamente, con las redes sociales. En otras palabras, estas personas suelen pensar y fantasear con ellas constantemente y experimentan ansiedad y preocupación cuando no pueden acceder a ellas.
- **Falta de control personal en el uso de las redes sociales**
Se define como la inquietud que sienten las personas debido a su incapacidad para controlar sus emociones, lo que les ocasiona dificultades para conectarse o experimenta interrupciones en el uso de las redes sociales. Además, se incluye dentro de este concepto el descuido de las responsabilidades académicas.
- **Uso excesivo de las redes sociales**
Se conceptualiza como las dificultades que enfrentan las personas para gestionar su tiempo y emplear un uso en exceso de las redes sociales, incluyendo la incapacidad para desconectarse y la imposibilidad de reducir su uso.

2.2.4 Enfoque de Young

Según Young (1996), la adicción al internet es “Una afectación en el control personal de la utilización que suele evidenciarse con una sintomatología a nivel fisiológico, conductual y cognitivo, ocasionando distorsiones con relación a sus objetivos y metas propias, profesionales y familiares”.

Elementos y factores psicológicos

Young (1997) identifica los siguientes factores psicológicos:

Aplicaciones adictivas

Internet es el espacio virtual en el que existen diversas formas para buscar información o relacionarte con diferentes personas; por el contrario, en cuanto al empleo de las aplicaciones se muestra una discrepancia entre aquellos cibernautas que muestran dependencia y aquellos que no. Aquellos cibernautas que no mostraron dependencia emplean su tiempo en Internet para la indagación de información y mantenerse en contacto a través de la mensajería virtual. Por otro lado, aquellos cibernautas que sí mostraron dependencia hacen empleo de las redes para relacionarse con personas nuevas por medio de sitios virtuales más frecuentes.

Apoyo social

Las relaciones sociales pueden darse de manera rápida en la virtualidad, las personas se integran a grupos virtuales por medio de las aplicaciones más frecuentadas en las redes que permanecen a largo plazo en el tiempo, lo que crea un sentido o un porqué de pertenecer a cierto grupo. No existen reglas o normas para ser cortés, por lo cual pueden usar la

mensajería virtual para comunicarse de manera libre y abierta sobre uno mismo, esto promueve la intimidad en la comunicación entre los usuarios, entonces la comunicación se presenta como una necesidad social que es satisfecha por los que integran estos grupos virtuales.

Satisfacción sexual

En las redes sociales existen chats donde los usuarios pueden interactuar eróticamente y se pueden encontrar fácilmente en línea y de manera anónima. Los usuarios, especialmente aquellos que son dependientes pueden manifestarse libremente, estimularse mental y físicamente y satisfacer sus impulsos sexuales sin temor a adquirir algún tipo de enfermedad, los usuarios pueden interactuar de manera anónima, esto hace que se sientan desinhibidos al chatear, ya que la mayoría no está contento con su físico, tienen bajas habilidades sociales o baja autoestima.

Reconocimiento y poder

En la virtualidad, los usuarios crean perfiles anónimos o avatares para interactuar con otros dentro del ambiente de los videojuegos, esto los aleja del mundo real y se adentran en el mundo de la virtualidad haciéndolos sentir más desinhibidos, con más confianza y autoestima que en la vida real, ya que buscan experimentar estas sensaciones con el fin de tener poder y ser reconocidos, en general esto ocurre en aquellos usuarios dependientes.

También, el cyberbullying es un perjuicio para los usuarios, lo que afecta emocionalmente la vida del individuo, esto puede ser causado por el uso de la pornografía, la sugestión verbal y la violencia en el internet. Aquellos usuarios que permanecen expuestos ante este tipo de perjuicios son los adolescentes, debido a la etapa en la que se hallan, se sienten atraídos a descubrir y explorar más allá del límite y pueden mostrar conductas impulsivas. Según Young (1998), la adicción al internet comprende una serie de conductas que están ligadas a la dificultad para control de impulsos y lo dividió en 5 subtipos:

Cinco subtipos

- a) Adicción cibersexual: Cibersexo y ciber pornografía
- b) Adicción a las ciber-relaciones: Compromiso en exceso de las relaciones virtuales
- c) Compulsiones de la red: Obsesión por los juegos de azar o de otro tipo.
- d) Buscadores de información: Tildados como “vagabundos electrónicos” debido a su compulsiva navegación.
- e) Adicción a la computadora: Obsesión a los juegos del computador.

Según Young (1998), el trastorno obsesivo compulsivo por el empleo de internet está dividido en cuatro dimensiones:

- El uso en exceso: Imposibilidad de controlar la necesidad que tiene el individuo para usar el internet.
- La tolerancia: Reacción del individuo de manera compulsiva para saciar la necesidad de no usar internet.
- La abstinencia: Sentimientos de enojo, depresión y/o ansiedad en el individuo al no tener acceso al uso del internet, lo cual le afecta cognitiva y emocionalmente.
- Consecuencias negativas: Son las consecuencias debidas al uso compulsivo del internet, pueden ser: Mentir, el aislamiento social, el bajo rendimiento académico y la negligencia en actividades cotidianas.

Adolescencia

Según Hidalgo y Ceñal (2014), la adolescencia es un periodo del desarrollo humano caracterizado por diversos cambios físicos, psicológicos y sociales. Por otra parte, según lo mencionado por Allen y Waterman (2019) y Rubio (2021), acerca de las etapas de la adolescencia y sus características, se vislumbra lo siguiente:

Adolescencia temprana (10 a 14 años aproximadamente): Se caracteriza por ser el meollo de la pubertad donde se presentan de forma notoria los cambios a nivel físico.

1. **Cambios físicos:** Se presenta el crecimiento del vello corporal, aparición de acné y desarrollo de los órganos genitales. Asimismo, en la niñas se presenta el comienzo de la menarquía a las 12 años aproximadamente.
2. **Cambios psicológicos:** Se presenta menor interés parental, cambios de estado de ánimo, pensamiento idealista, búsqueda de independencia y mayor necesidad de privacidad.
3. **Cambios sociales:** Se presenta interés por relacionarse con sus pares, presión social, preocupación por la opinión del resto.

Adolescencia media (15 a 17 años): Esta etapa se distingue por los conflictos que ocurren a nivel familiar, ocasionado por la relevancia que tiene el grupo.

1. **Cambios físicos:** Los cambios a nivel físico continúan su curso, aunque en esta etapa los varones suelen desarrollar su estatura de forma más exponencial, así como presentar un tono de voz más grave. En el caso de las niñas, en su mayoría ya presentan ciclos menstruales regulares.
2. **Cambios psicológicos:** Se presenta mayor independencia, mayor conflicto con los padres, preocupación por la apariencia física
3. **Cambios sociales:** Se presenta mayor interacción social y se generan relaciones afectivas amorosas.

Adolescencia tardía (18 a 21 años): Esta etapa está marcada por la reincorporación de los principios parentales y por adoptar las responsabilidades que demandan la etapa de la adultez.

1. **Cambios físicos:** Se completa el crecimiento y desarrollo a nivel físico.
2. **Cambios psicológicos:** Se presenta un sentido más sólido de su identidad personal, así como de sus valores, se da la aceptación de sus cambios físicos, pero puede generarse preocupación si se presenta algún defecto. Asimismo, el adolescente establece su propia opinión, muestra mayor preocupación por sus metas a largo plazo.
3. **Cambios sociales:** Se presentan relaciones amicales y amorosas más estables.

CAPÍTULO III: MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 Tipo de estudio y diseño de la investigación

El diseño de la investigación fue de corte transversal-no experimental, el alcance fue correlacional (Hernández y Mendoza, 2018).

Los diseños transversales o transeccionales tienen como función recoger información en el momento o situación dada. Tiene el objeto de describir variables, evaluar el contexto y analizar la interrelación e incidencia en un momento determinado (Hernández y Mendoza, 2018). Para Hernández y Mendoza (2018), es “como “tomar una fotografía” de algo que acontece” (p. 176). También, para Ríos (2017), los diseños transversales, transeccionales o sincrónicos llevan a cabo la recopilación de datos dentro de un determinado periodo de tiempo. No estudia tendencias debido a sus particularidades.

Posee un enfoque cuantitativo, en el caso del diseño transversal descriptivo, tiene el objetivo de estudiar el grado y condición de las variables de investigación en un concreto grupo de estudio. En el caso del diseño transversal correlacional, tiene la finalidad de establecer el vínculo entre las variables de estudio en un momento único, en algunos casos de manera correlacional, en otros dependiendo de la correlación causa-efecto (Hernández y Mendoza, 2018).

3.2 Población y muestra

Para Hernández y Mendoza (2018) la muestra “es un subgrupo de la población o universo que te interesa, sobre la cual se recolectarán los datos pertinentes, y deberá ser representativa de dicha población” (p. 196). Para Ríos (2017), la muestra es lo que representa a la población, es el subgrupo que sale de ella, por lo tanto, lleva sus características.

Es preciso señalar, que en los diseños de investigación transeccionales son de carácter sustancial las muestras probabilísticas, ya sean diseños de investigación descriptivos al igual que los correlacionales-causales, según Hernández y Mendoza (2018).

La población estuvo conformada por 477 alumnos del nivel de secundaria de una Institución Educativa de Comas. Para ello se llevó a cabo la aplicación de las pruebas psicológicas en agosto del 2022, de manera presencial. Las características de la población fueron que los participantes son de ambos sexos, en cuanto a sus edades, fluctúan en edades desde los 11 a 17 años, son provenientes de distintos distritos de la ciudad de Lima y todos pertenecientes al nivel de secundaria.

3.2.1 Tamaño de la muestra

Por lo que concierne a la muestra, es de tipo probabilístico en relación con el enfoque cuantitativo de esta investigación. Según Hernández y Mendoza (2018), para conseguir una muestra adecuada, es preciso estimar una muestra que represente a la población o universo con cierta probabilidad de error y un grado de confianza; además, escoger los casos de forma que todos tengan la misma probabilidad de ser escogidos.

La muestra estuvo conformada por 213 alumnos del nivel de secundaria de una Institución Educativa de Comas.

La población es de carácter finito, así que, para valorar el tamaño de muestra, usaremos la siguiente fórmula:

$$n = \frac{N \cdot Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}{d^2 \cdot (N-1) + Z_{\alpha}^2 \cdot p \cdot q}$$

Cada componente significa:

- § **n**= Tamaño de muestra que se espera hallar.
- § **N**= Población total.
- § **Z_α**= 1.96 al cuadrado, siendo la confiabilidad del 95%.
- § **p**= proporción deseada 0.5.
- § **q**= 1-p (seria 1-0.5= 0.5).
- § **d**= precisión (5%).
- Al remplazar se obtiene:

$$477 \cdot 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5$$

$$5^2 \cdot (477-1) + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5$$

•

$$477 \cdot (3.8416) \cdot 0.5 \cdot 0.5$$

$$(25) \cdot (476) + (3.8416) \cdot 0.5 \cdot 0.5$$

•

$$458.1108$$

$$2.15$$

Por consiguiente, la muestra estuvo conformada por 213 alumnos del 1ro a 5to grado de secundaria de una Institución educativa de Comas.

3.2.2 Selección del muestreo

Para precisar el tamaño de muestra se empleó la técnica de muestreo probabilístico aleatorio simple, por lo cual cada participante tuvo la misma probabilidad de ser escogido.

3.2.3 Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión:

- Alumnos del nivel de secundaria con edades que fluctúan entre los 11 y los 17 años de ambos sexos
- Aceptar ser partícipe del estudio
- Aquellos cuyos padres hayan aceptado y leído el consentimiento informado (**Ver Anexo 5**)
- Aquellos estudiantes que hayan aceptado y leído el asentimiento informado (**Ver Anexo 6**)

Criterios de exclusión:

- Aquellos estudiantes del nivel secundario que no contesten de manera correcta los cuestionarios
- Aquellos estudiantes que no terminen de completar o no completen las o una de las pruebas
- Aquellos estudiantes que no quieran ser partícipes del estudio

3.3 Variables

3.3.1 Definición conceptual y operacionalización de las variables

Variable 1: Procrastinación académica

Definición conceptual:

De acuerdo con Busko (1998), la procrastinación académica consiste en “la tendencia autoinformada de siempre o casi siempre posponer las tareas académicas” (p. 29). La procrastinación a menudo impide que las personas se enfoquen en alcanzar sus objetivos de manera efectiva. Como resultado, no solo se posponen las actividades, sino que también se pierde la importancia de realizar tareas de manera organizada, lo que afecta la satisfacción de cumplir con estos objetivos. Este problema se presenta en forma de perjuicio del aprendizaje y el rendimiento académico de los estudiantes.

Definición operacional:

La variable de procrastinación académica se medirá con la Escala de procrastinación académica (EPA). Es una variable de naturaleza cualitativa, tipo politómica y una escala de

medición ordinal; se mide a través de las dimensiones de la autorregulación académica con sus categorías e indicadores: mayor (hasta 26), moderado (27 a 35) y menor (a partir de 36) y la dimensión de postergación de actividades con sus categorías e indicadores: menor (hasta 6) y mayor (7 a 35). **(Ver Anexo 8)**

Variable 2: Adicción a las redes sociales

Definición conceptual:

Escurra y Salas (2014) definen la adicción a las redes sociales como “comportamientos repetitivos que resultan placenteros en un primer momento, pero una vez que se instalan como hábitos, generan estados de necesidad que no pueden ser controlados y se asocian con altos niveles de ansiedad. Para reducir esta ansiedad las personas desarrollan el comportamiento adictivo; este se produce ya no tanto por la búsqueda de gratificación (placer), sino para reducir el nivel de ansiedad que les produce el hecho de no ejecutarlo (por evitación), en este círculo vicioso es que se desarrollan las adicciones” (p. 74).

Definición operacional:

La variable de adicción a redes sociales se medirá con el Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). Es una variable de naturaleza cualitativa, tipo politómica y una escala de medición ordinal; se mide a través de la sumatoria general con sus categorías e indicadores: adicción a redes sociales general: muy alto (80 a 99), alto (60 a 79), intermedio (40 a 59), bajo (20 a 39), muy bajo (0 a 19); también por dimensiones con sus categorías e indicadores: obsesión por las redes sociales, se categoriza en bajo (0 a 7), medio (8 a 19) y alto (20 a 30); falta de control personal en el uso de las redes sociales, se categoriza en bajo (0 a 6), medio (7 a 13) y alto (14 a 21) y el uso excesivo de las redes sociales, se categoriza en bajo (0 a 8), medio (9 a 16) y alto (17 a 25) **(Ver Anexo 9)**

Variables sociodemográficas

- **Sexo**

Definición conceptual

En una condición orgánica que distingue al varón de la femina, animales y plantas (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cualitativa dicotómica nominal, la que se categorizará en Masculino Femenino. **(Ver anexo 2)**

- **Edad**

Definición conceptual

Conceptualizado como el tiempo que vivió un ser humano, algunos vegetales o animales (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cuantitativa discreta de razón, que comprende de los 11 a 17 años de edad. La respuesta se verá expresada en la ficha sociodemográfica. **(Ver Anexo 2)**

- **Distrito**

Definición conceptual

Conceptualizado como cada una de las demarcaciones en que se divide una población o territorio para clasificar y organizar el desempeño de los derechos políticos y civiles, o de las funciones referidas al ámbito público, o de los servicios administrativos (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cualitativa politómica nominal, la que se categorizara en San Martín de Porres, Los Olivos, Comas y Puente Piedra. **(Ver anexo 2)**

Grado

Definición conceptual

Conceptualizado como las agrupaciones de estudiantes en secciones según edad, educación y conocimiento (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cualitativa politómica ordinal, la que se categorizará desde el primer año al quinto año de secundaria. **(Ver anexo 2)**

Sección

Definición conceptual

Conceptualizado como cada uno de los grupos en los que se divide o considera dividido un grupo de personas (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cualitativa politómica ordinal, la que se categorizará en A, B y Única. **(Ver anexo 2)**

Dispositivo

Definición conceptual

Conceptualizado como un mecanismo o artificio para realizar una acción prevista (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cualitativa politómica ordinal, la que se categorizará en solo uno, dos a más y cuatro a más. **(Ver anexo 2)**

Tiempo de uso

Definición conceptual

Conceptualizado como la magnitud física que posibilita ordenar la progresión de los sucesos, instituyendo un futuro, un presente y un pasado y cuya unidad en el sistema internacional es el segundo (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cualitativa politómica ordinal (treinta minutos, una hora, más de dos horas, más de cuatro horas y todo el día) **(Ver anexo 2)**

Actividades extraescolares

Definición conceptual

Conceptualizado como las actividades educativas, que se llevan a cabo fuera del centro de enseñanza o en un horario diferente al lectivo. (Real Academia Española, 2014).

Definición operacional

Variable cualitativa dicotómica nominal, el (la) estudiante marcará si realiza o no alguna actividad extraescolar, si en caso marque que sí realiza, especificará su respuesta, la cual se verá reflejada en la ficha sociodemográfica. **(Ver Anexo 2)**

3.4 Plan de recolección de datos e instrumentos

Para la recopilación de los datos requeridos, se consideraron las siguientes etapas: en primer lugar, se presentó una solicitud para obtener la autorización de la aplicación de los instrumentos a los estudiantes de primero a quinto grado de secundaria de una institución educativa pública de Comas. De esta forma, se seleccionaron mediante un muestreo probabilístico por conveniencia 20 aulas, cuya suma de alumnos era mayor o igual a 213. Al obtener el permiso requerido, se ingresó a cada aula seleccionada en el horario establecido para administrar los instrumentos a los alumnos que se hallaban presentes. Antes de rellenar los cuestionarios y la ficha de datos sociodemográfica, se les informó que la participación del estudio era totalmente voluntaria y que la información se mantendría de forma anónima para proteger su integridad. De esta forma, los que accedieron a participar firmaron el consentimiento informado. Luego se brindaron las indicaciones para el llenado de datos y resolución de los cuestionarios. Al término de las evaluaciones, se prosiguió con la calificación de cada una de las pruebas para su traslado a la base de datos (en Excel) y posterior análisis univariado y bivariado de las variables de estudio en el programa estadístico STATA Versión 15.

Instrumentos

Escala de Procrastinación Académica

- Nombre de la prueba: Escala De Procrastinación Académica (EPA)
- Autor: Deborah Ann Busko
- Adaptación peruana: Oscar Ricardo Álvarez Blas
- Procedencia y año: Canadá, 1998
- Cobertura: Adolescentes de 16 años a más
- Tipo de prueba: Bifactorial, conformado por 16 ítems
- Duración: De 8 a 12 minutos
- Administración: Individual o colectiva
- Puntaje y calificación: Esta prueba fue elaborada por Busko (1998) y adaptada a la realidad peruana por Alvarez (2010). Posteriormente, Domínguez et al. (2014), en su estudio menciona que está compuesta por 16 ítems con cinco alternativas de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre), designando a cada pregunta la puntuación de 1 (Nunca) a 5 (Siempre). Luego, Dominguez et al. (2014) componen el EPA en dos factores: autorregulación académica y postergación de actividades. El primer factor se compone de los ítems 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11 y 12, y se corrige de manera inversa, lo que significa que un puntaje más alto indica una menor autorregulación académica. El segundo factor está compuesto por los ítems 1, 6 y 7 y refleja que un mayor puntaje indica una mayor tendencia a postergar actividades académicas. En resumen un puntaje alto en el EPA indica una mayor tendencia a la procrastinación académica. Asimismo, esta prueba se respalda en el estudio de Aguilar y Cartagena (2022), quienes sostienen que la prueba posee validez y confiabilidad en adolescentes de 14 a 17 años.

- Validez y confiabilidad: Esta escala ha sido elaborada en el año 1998 por Busko y se validó usando una muestra de 112 estudiantes pertenecientes a pregrado cuyas edades rondaban los 22 años, se indicó un coeficiente de alfa de cronbach de 0.8648 en la consistencia interna. Puede administrarse individualmente o grupalmente, el tiempo varía entre 8 a 17 minutos y se responde mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos: siempre (5), casi siempre (4), a veces (3), pocas veces (2) y nunca (1). También, está conformada por un único factor: tendencia a la procrastinación académica (Álvarez Blas, 2010). En el Perú se hizo la adaptación al castellano por (Álvarez Blas, 2010), a 235 estudiantes escolares de diferentes instituciones educativas privadas, el análisis psicométrico evidenció una significación estadística en los ítems. Mediante el análisis factorial exploratorio se logró obtener una validez de constructo y se determinó una alta confiabilidad por el estadístico de alfa de Cronbach con un índice de 0.80.

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

- Nombre de la prueba: Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)
- Autores: Edwin Salas Blas y Miguel Ecurra Mayaute.
- Procedencia y año: Lima, 2014
- Cobertura: Adolescentes y jóvenes de grado superior
- Tipo de prueba: De potencia, psicométrica, objetiva, normativa, ejecución típica
- Administración: Individual o colectiva
- Puntaje y calificación: Fue elaborado y validado al contexto peruano por Ecurra y Salas (2014). También, según los autores, la prueba está conformada por tres dimensiones: obsesión por las redes sociales compuesta por 10 ítems, falta de control personal en el uso de las redes sociales compuesta por 6 ítems y uso excesivo de las redes sociales compuesta por 8 ítems. Asimismo, las respuestas incluyen diferentes alternativas “Nunca” a “Siempre”. Respecto a la calificación se designa un puntaje de 0 “Nunca”, 1 “Rara Vez”, 2 “algunas veces”, 3 “Casi siempre” y 4 “Siempre”; después, se agregan los puntajes correspondientes a cada factor. El puntaje de 0 refiere la ausencia de adicción, por ello el nivel de adicción será alto cuando llegue a la puntuación máxima de 96 según Ecurra y Salas (2014). Además, esta prueba se apoya en el estudio de Aguilar y Cartagena (2022), quienes exponen que la prueba posee validez y confiabilidad en adolescentes de 14 a 17 años.
- Validez y confiabilidad: El cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) fue elaborado en el año 2014, se validó en un total de 380 alumnos de pregrado provenientes de diversas universidades de Lima, con edades de los 16 y 42 años, obteniéndose mayor nivel porcentual de 63% en edades de 16 a 20 años y un 30% en aquellos de 21 a 25 años; la carrera de Ciencias Económicas con un 23% y Psicología fue la que tuvo mayor participación con un 50% (Ecurra y Salas, 2014). Tiene como sustento al DSM-IV, por sus ítems con criterio de dependencia a sustancias y se basaron en el modelo de la Teoría Respuesta Ítem (TRI) por ser ítems con varias alternativas, por consiguiente, se contó con la presencia de jueces para su respectiva evaluación hasta ser aprobado, después se efectuó una investigación preliminar con 48 estudiantes de pregrado, se decidió ponerle abreviaturas en vez de denominarlo cuestionario de adicción, luego de ello se procedió a modificar 3 ítems. Por otro lado, la consistencia interna demostró superar el índice de .85 y las propiedades psicométricas de sus tres dimensiones mostraron un elevado nivel de confiabilidad tales como la obsesión por las redes, carencia de control en su utilización y desmesurado uso empleado en las redes, además de la confiabilidad de cada factor se procedió al análisis de cada ítem por intermedio de la prueba factorial exploratoria. (Ecurra y Salas, 2014).

3.5 Plan de análisis e interpretación de la información

El presente estudio mantuvo un análisis cuantitativo. Para su posterior análisis se empleó el programa STATA Versión 15, con un nivel de significancia 0.05.

Análisis descriptivo

En cuanto a las variables cualitativas, se hizo uso de porcentajes (%) y las frecuencias (N). Para las variables cuantitativas se hizo uso de la desviación estándar y la media.

Análisis inferencial

- Para precisar la normalidad de la variable cuantitativa, se empleó la prueba de normalidad Shapiro Wilk.
- Para precisar la relación entre las variables cualitativas se empleó la prueba estadística Chi – Cuadrado.
- Para precisar la relación entre la variable cuantitativa y cualitativas se emplearon las pruebas estadísticas U de Mann Whitney y Kruskal Wallis.

3.6 Ventajas y limitaciones

Ventajas

- Llevar a cabo presencialmente la realización de las pruebas, lo cual facilitó la gestión de las mismas a diferencia de la forma virtual.
- La elección de las pruebas psicológicas estandarizadas a la realidad peruana, que también resultan ser de carácter sencillo y fáciles de comprender.

Limitaciones

- Debido a que el presente estudio es de corte transversal, esto no permite hacer seguimiento a las variables en un tiempo mayor, lo cual limita examinar la evolución de su conducta en un tiempo determinado.
- Existe la probabilidad de que las respuestas estén sujetas a una deseabilidad social, al hacer uso de pruebas psicométricas.

3.7 Aspectos éticos

En esta investigación prima el respeto hacia los seres humanos acatando los principios éticos, en conformidad se suscita el deseo del bien hacia uno mismo y hacia los demás, reconociendo y respetando cada aspecto de la persona: espiritual, social, psicológico y biológico.

Atendiendo al principio de autonomía e integridad de los participantes para decidir voluntariamente ser partícipes o no del estudio. Todos los participantes estuvieron aptos a ser partícipes del presente estudio, siguiendo el principio de justicia, pues se ofreció un trato por igual que no implicó algún tipo de discriminación. Acorde al principio de beneficencia, cualquier tipo de inquietud o molestia por parte de los participantes pudo ser justificada de acuerdo a los beneficios e interés del conocimiento a obtener.

La autora de esta averiguación se rigió bajo el siguiente código deontológico tanto de criterios y principios que se puntualizarán en seguida:

Respeto de la privacidad

Se respetan y protegen los derechos y la privacidad de los participantes; por tanto, la información recabada es de carácter confidencial.

No discriminación y libre participación

Cada participante tiene las mismas oportunidades de formar parte del presente estudio, ya que, se asegura la igualdad de trato sin discriminación. Asimismo, se respeta la decisión individual de cada participante a ser partícipe o no del presente estudio.

Consentimiento informado a los participantes de la investigación

Antes de proceder con la aplicación de las pruebas se verifican los consentimientos correspondientemente firmados, también se enfatizan en la libertad que posee cada participante para renunciar sin prejuicios. Asimismo, se aclaran el propósito del presente estudio como también, el posterior manejo de sus resultados.

Respeto por la calidad de la investigación, autoría y uso de los resultados

El presente estudio mejora las oportunidades de investigación futuras, los respectivos resultados también se centran en ser útiles para las personas. Cabe recalcar, que solo tienen acceso a los datos de los participantes la autora de la presente investigación y el asesor (a).

CAPITULO IV: RESULTADOS**Resultados**

En la tabla 1, de los 213 participantes, la edad promedio fue de $m=13.35$ años, el 52% fue del sexo femenino, el 24% indicó pertenecer al primer grado de secundaria, el 50% indicó pertenecer al distrito de San Martín de Porres, el 47% refirió usar dos a más dispositivos electrónicos, el 34% refirió usar algún dispositivo electrónico por más de dos horas diarias y el 68% refirió no realizar actividades extraescolares. El resto de los resultados se puede apreciar en la tabla 1.

Tabla 1. Descripción de las variables secundarias

	n	%
Sexo		
Femenino	111	52.11
Masculino	102	47.89
Edad (m \pmDS)	13.35 \pm 1.5	
Grado de secundaria		
Primero	53	24.88
Segundo	52	24.41
Tercero	51	23.94
Cuarto	28	13.15
Quinto	29	13.62
Distrito		
San Martín de Porres	108	50.70
Los Olivos	22	10.33
Comas	32	15.02
Puente Piedra	51	23.94
Número de dispositivos electrónicos		
Solo uno	82	38.50
Dos a más	102	47.89
Cuatro a más	29	13.62
Tiempo de uso diario		
Treinta minutos	14	6.57
Una hora	55	25.82
Más de dos horas	73	34.27
Más de cuatro horas	48	22.54
Todo el día	23	10.80
Actividades extraescolares		
Sí	68	31.92
No	145	68.08

En la tabla 2, de los 213 participantes, se encontró que el 79% presenta menor autorregulación académica y el 99% presenta mayor postergación de actividades. Asimismo,

se encontró que el 48% presenta un nivel bajo en adicción a redes sociales, el 53% presenta un nivel medio en obsesión por las redes sociales, el 53% presenta un nivel medio en falta de control personal en el uso de las redes sociales y el 42% presenta un nivel medio en el uso excesivo de las redes sociales. El resto de los resultados se puede observar en la tabla 2.

Tabla 2. Descripción de las variables principales

	n	%
Procrastinación académica		
Autorregulación académica		
Mayor	8	3.76
Moderado	35	16.43
Menor	170	79.81
Postergación de actividades		
Menor	2	0.94
Mayor	211	99.06
Adicción a redes sociales		
Alto	14	6.57
Intermedio	52	24.41
Bajo	104	48.83
Muy bajo	43	20.19
Obsesión por las redes sociales		
Bajo	71	33.33
Medio	113	53.05
Alto	29	13.62
Falta de control personal en el uso de las redes sociales		
Bajo	62	29.11
Medio	113	53.05
Alto	38	17.84
Uso excesivo de las redes sociales		
Bajo	67	31.46
Medio	90	42.25
Alto	56	26.29

En la tabla 3, no se encontró una relación significativa entre la procrastinación académica y la adicción a redes sociales ($p=0.844$); es decir, en la dimensión de autorregulación académica el 77.88% de los estudiantes que reportaron un nivel bajo de adicción a redes sociales general, presentaron un nivel menor de autorregulación académica. Asimismo, no se encontró una relación significativa entre la obsesión por las redes sociales general y la postergación de actividades ($p=0.679$), siendo el 99.04% de los estudiantes que reportaron un nivel bajo de adicción a redes sociales general presentaron un nivel mayor de postergación de actividades. El resto de los resultados se puede encontrar en la tabla 3.

Por otra parte, un nivel bajo de adicción a redes sociales general se reporta en estudiantes que presentaron un nivel mayor de postergación de actividades

Tabla 3. Relación entre las dimensiones de la procrastinación académica y las dimensiones de adicción a redes sociales

Adicción a redes sociales	Procrastinación académica						
	Autorregulación académica			p	Postergación de actividades		p
	Mayor n(%)	Moderado n(%)	Menor n(%)		Menor n(%)	Mayor n(%)	
Adicción a redes sociales general				0.844			0.679
Alto	1(7.14)	3(21.43)	10(71.43)		0(0.00)	14(100.00)	
Intermedio	1(1.92)	9(17.31)	42(80.77)		0(0.00)	52(100.00)	
Bajo	5(4.81)	18(17.31)	81(77.88)		1(0.96)	103(99.04)	
Muy bajo	1(2.33)	5(11.63)	37(86.05)		1(2.33)	42(97.67)	
Obsesión por las redes sociales				0.114			0.133
Bajo	2(2.82)	5(7.04)	64(90.14)		2(2.82)	69(97.18)	
Medio	5(4.42)	24(21.24)	84(74.34)		0(0.00)	113(100.00)	
Alto	1(3.45)	6(20.69)	22(75.86)		0(0.00)	29(100.00)	
Falta de control personal en el uso de las redes sociales				0.663			0.717
Bajo	1(1.61)	12(19.35)	49(79.03)		1(1.61)	61(98.39)	
Medio	6(5.31)	16(14.16)	91(80.53)		1(0.88)	112(99.12)	
Alto	1(2.63)	7(18.42)	30(78.95)		0(0.00)	38(100.00)	
Uso excesivo de las redes sociales				0.496			0.471
Bajo	1(1.49)	13(19.40)	53(79.10)		1(1.49)	66(98.51)	
Medio	3(3.33)	13(14.44)	74(82.22)		0(0.00)	90(100.00)	
Alto	4(7.14)	9(16.07)	43(76.79)		1(1.79)	55(98.21)	

En la tabla 4, se encontró una relación significativa entre la dimensión de autorregulación académica y el número de dispositivos electrónicos ($p=0.001$); es decir, el 89.22% de los estudiantes que reportaron tener dos a más dispositivos electrónicos presentaron un nivel menor de autorregulación académica. Asimismo, se encontró una relación significativa entre el tiempo de uso diario y la autorregulación académica ($p=0.006$), siendo el 76.71% de los estudiantes que reportaron usar algún dispositivo por más de dos horas diarias, presentaron un nivel menor de autorregulación académica. También, se encontró una relación significativa entre las actividades extraescolares y la autorregulación académica ($p=0.026$), siendo el 75.17% de los estudiantes que reportaron no realizar actividades extraescolares presentaron un nivel menor de autorregulación académica. El resto de los resultados se muestra en la tabla 4.

Tabla 4. Relación entre las dimensiones de la procrastinación académica y las variables secundarias

	Procrastinación académica						p
	Autorregulación académica			Postergación de actividades			
	Mayor n(%)	Moderado n(%)	Menor n(%)		Menor n(%)	Mayor n(%)	
Sexo				0.696			0.952
Femenino	4(3.60)	16(14.41)	91(81.98)		1(0.90)	110(99.10)	
Masculino	4(3.92)	19(18.63)	79(77.45)		1(0.98)	101(99.02)	
Edad(m±DS)	13.13(1.13)	13.69(1.68)	13.29(1.48)	0.4232	13(1.41)	13.36(1.51)	0.7771
Distrito				0.642			0.506
San Martín de Porres	6(5.56)	18(16.67)	84(77.78)		1(0.93)	107(99.07)	
Los Olivos	1(4.55)	4(18.18)	17(77.27)		0(0.00)	22(100.00)	
Comas	0(0.00)	7(21.88)	25(78.13)		1(3.13)	31(96.88)	
Puente Piedra	1(1.96)	6(11.76)	44(86.27)		0(0.00)	51(100.00)	
Grado de secundaria				0.413			0.421
Primero	1(1.89)	7(13.21)	45(84.91)		0(0.00)	53(100.00)	
Segundo	3(5.77)	10(19.23)	39(75.00)		1(1.92)	51(98.08)	
Tercero	3(5.88)	5(9.80)	43(84.31)		0(0.00)	51(100.00)	
Cuarto	1(3.57)	8(28.57)	19(67.86)		1(3.57)	27(96.43)	
Quinto	0(0.00)	5(17.24)	24(82.76)		0(0.00)	29(100.00)	

Tabla 4. Continúa:

Sección				0.332			0.532
A	5(6.33)	10(12.66)	64(81.01)		0(0.00)	79(100.00)	
B	2(2.60)	12(15.58)	63(81.82)		1(1.30)	76(98.70)	
Única	1(1.75)	13(22.81)	43(75.44)		1(1.75)	56(98.25)	
Número de dispositivos electrónicos				0.001			0.841
Solo uno	3(3.66)	25(30.49)	54(65.85)		1(1.22)	81(98.78)	
Dos a más	4(3.92)	7(6.86)	91(89.22)		1(0.98)	101(99.02)	
Cuatro a más	1(3.45)	3(10.34)	25(86.21)		0(0.00)	29(100.00)	
Tiempo de uso diario				0.006			0.107
Treinta minutos	0(0.00)	0(0.00)	14(100.00)		1(7.14)	13(92.86)	
Una hora	1(1.82)	3(5.45)	51(92.73)		1(1.82)	54(98.18)	
Más de dos horas	2(2.74)	15(20.55)	56(76.71)		0(0.00)	73(100.00)	
Más de cuatro horas	3(6.25)	15(31.25)	30(62.50)		0(0.00)	48(100.00)	
Todo el día	2(8.70)	2(8.70)	19(82.61)		0(0.00)	23(100.00)	
Actividades extraescolares				0.026			0.582
Sí	0(0.00)	7(10.29)	61(89.71)		1(1.47)	67(98.53)	
No	8(5.52)	28(19.31)	109(75.17)		1(0.69)	144(99.31)	

En la tabla 5, se encontró una relación significativa entre la adicción a redes sociales general y el tiempo de uso diario ($p=0.000$); es decir, el 58.90% de los estudiantes que reportaron usar algún dispositivo electrónico por más de dos horas diarias presentaron un nivel bajo de adicción a redes sociales general. El resto de los resultados se puede visualizar en la tabla 5.

Tabla 5. Relación entre la adicción a redes sociales general y las variables secundarias

	Adicción a redes sociales general				p
	Alto n(%)	Intermedio n(%)	Bajo n(%)	Muy bajo n(%)	
Sexo					0.149
Femenino	7(6.31)	31(27.93)	57(51.35)	16(14.41)	
Masculino	7(6.86)	21(20.59)	47(46.08)	27(26.47)	
Edad(m±DS)	13.57(1.70)	13.75(1.55)	13.19(1.44)	13.19(1.50)	0.1924
Distrito					0.528
San Martín de Porres	10(9.26)	23(21.30)	55(50.93)	20(18.52)	
Los Olivos	0(0.00)	9(40.91)	10(45.45)	3(13.64)	
Comas	1(3.13)	9(28.13)	15(46.88)	7(21.88)	
Puente Piedra	3(5.88)	11(21.57)	24(47.06)	13(25.49)	
Grado de secundaria					0.408
Primero	3(5.66)	9(16.98)	30(56.60)	11(20.75)	
Segundo	3(5.77)	12(23.08)	23(44.23)	14(26.92)	
Tercero	3(5.88)	11(21.57)	27(52.94)	10(19.61)	
Cuarto	2(7.14)	7(25.00)	15(53.57)	4(14.29)	
Quinto	3(10.34)	13(44.83)	9(31.03)	4(13.79)	
Sección					0.263
A	5(6.33)	19(24.05)	38(48.10)	17(21.52)	
B	4(5.19)	13(16.88)	42(54.55)	18(23.38)	
Unica	5(8.77)	20(35.09)	24(42.11)	8(14.04)	

Tabla 5. Continúa:

Número de dispositivos Electrónicos					0.111
Solo uno	5(6.10)	22(26.83)	43(52.44)	12(14.63)	
Dos a más	5(4.90)	25(24.51)	44(43.14)	28(27.45)	
Cuatro a más	4(13.79)	5(17.24)	17(58.62)	3(10.34)	
Tiempo de uso diario					0.000
Treinta minutos	0(0.00)	1(7.14)	4(28.57)	9(64.29)	
Una hora	3(5.45)	12(21.82)	29(52.73)	11(20.00)	
Más de dos horas	0(0.00)	12(16.44)	43(58.90)	18(24.66)	
Más de cuatro horas	7(14.58)	15(31.25)	22(45.83)	4(8.33)	
Todo el día	4(17.39)	12(52.17)	6(26.09)	1(4.35)	
Actividades extraescolares					0.827
Sí	5(7.35)	18(26.47)	30(44.12)	15(22.06)	
No	9(6.21)	34(23.45)	74(51.03)	28(19.31)	

En la tabla 6, se encontró una relación significativa entre la dimensión de obsesión por las redes sociales y el tiempo de uso diario ($p=0.000$); es decir, el 54.79% de los estudiantes que reportaron usar algún dispositivo electrónico por más de dos horas diarias presentaron un nivel medio de obsesión por las redes sociales. Asimismo, se encontró una relación significativa entre el tiempo de uso diario y la falta de control personal en el uso de las redes sociales ($p=0.003$), siendo el 47.95% de los estudiantes que reportaron usar algún dispositivo electrónico por más de dos horas diarias presentaron un nivel medio de falta de control personal en el uso de las redes sociales. También, se encontró una relación significativa entre el tiempo de uso diario y el uso excesivo de las redes sociales ($p=0.000$), siendo el 52.05% de los estudiantes que reportaron usar algún dispositivo electrónico por más de dos horas diarias presentaron un nivel medio de uso excesivo de las redes sociales. El resto de los resultados se puede hallar en la tabla 6.

Tabla 6. Relación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y las variables secundarias

	Obsesión por las redes sociales				Falta de control personal en el uso de las redes sociales				Uso excesivo de las redes sociales			
	Bajo n(%)	Medio n(%)	Alto n(%)	p	Bajo n(%)	Medio n(%)	Alto n(%)	p	Bajo n(%)	Medio n(%)	Alto n(%)	p
Sexo				0.691				0.142				0.671
Femenino	35(31.53)	62(55.86)	14(12.61)		26(23.42)	65(58.56)	20(18.02)		32(28.83)	48(43.24)	31(27.93)	
Masculino	36(35.29)	51(50.00)	15(14.71)		36(35.29)	48(47.06)	18(17.65)		35(34.31)	42(41.18)	25(24.51)	
Edad(m±DS)	13.11(1.42)	13.42(1.55)	13.66(1.52)	0.2721	13.34(1.50)	13.27(1.52)	13.61(1.48)	0.5702	13.34(1.50)	13.29(1.42)	13.46(1.65)	0.9033
Distrito				0.609				0.782				0.559
San Martín de Porres	32(29.63)	58(53.70)	18(16.67)		32(29.63)	57(52.78)	19(17.59)		37(34.26)	49(45.37)	22(20.37)	
Los Olivos	6(27.27)	13(59.09)	3(13.64)		4(18.18)	14(63.64)	4(18.18)		7(31.82)	7(31.82)	8(36.36)	
Comas	12(37.50)	18(56.25)	2(6.25)		12(37.50)	16(50.00)	4(12.50)		8(25.00)	13(40.63)	11(34.38)	
Puente Piedra	21(41.18)	24(47.06)	6(11.76)		14(27.45)	26(50.98)	11(21.57)		15(29.41)	21(41.18)	15(29.41)	
Grado de secundaria				0.351				0.845				0.248
Primero	20(37.74)	29(54.72)	4(7.55)		16(30.19)	31(58.49)	6(11.32)		16(30.19)	23(43.40)	14(26.42)	
Segundo	23(44.23)	21(40.38)	8(15.38)		14(26.92)	29(55.77)	9(17.31)		22(42.31)	19(36.54)	11(21.15)	
Tercero	14(27.45)	30(58.82)	7(13.73)		16(31.37)	25(49.02)	10(19.61)		13(25.49)	26(50.98)	12(23.53)	
Cuarto	7(25.00)	17(60.71)	4(14.29)		9(32.14)	14(50.00)	5(17.86)		10(35.71)	12(42.86)	6(21.43)	
Quinto	7(24.14)	16(55.17)	6(20.69)		7(24.14)	14(48.28)	8(27.59)		6(20.69)	10(34.48)	13(44.83)	
Sección				0.117				0.820				0.613
A	26(32.91)	39(49.37)	14(17.72)		22(27.85)	44(55.70)	13(16.46)		25(31.65)	33(41.77)	21(26.58)	
B	31(40.26)	41(53.25)	5(6.49)		24(31.17)	41(53.25)	12(15.58)		26(33.77)	35(45.45)	16(20.78)	
Unica	14(24.56)	33(57.89)	10(17.54)		16(28.07)	28(49.12)	13(22.81)		16(28.07)	22(38.60)	19(33.33)	

Tabla 6. Continúa:

Número de dispositivos electrónicos				0.064				0.639			0.265
Solo uno	18(21.95)	52(63.41)	12(14.63)		26(31.71)	39(47.56)	17(20.73)		25(30.49)	38(46.34)	19(23.17)
Dos a más	43(42.16)	47(46.08)	12(11.76)		30(29.41)	56(54.90)	16(15.69)		37(36.27)	39(38.24)	26(25.49)
Cuatro a más	10(34.48)	14(48.28)	5(17.24)		6(20.69)	18(62.07)	5(17.24)		5(17.24)	13(44.83)	11(37.93)
Tiempo de uso diario				0.000				0.003			0.000
Treinta minutos	10(71.43)	4(28.57)	0(0.00)		8(57.14)	6(42.86)	0(0.00)		12(85.71)	2(14.29)	0(0.00)
Una hora	19(34.55)	28(50.91)	8(14.55)		12(21.82)	33(60.00)	10(18.18)		18(32.73)	26(47.27)	11(20.00)
Más de dos horas	30(41.10)	40(54.79)	3(4.11)		30(41.10)	35(47.95)	8(10.96)		25(34.25)	38(52.05)	10(13.70)
Más de cuatro horas	9(18.75)	28(58.33)	11(22.92)		10(20.83)	25(52.08)	13(27.08)		10(20.83)	14(29.17)	24(50.00)
Todo el día	3(13.04)	13(56.52)	7(30.43)		2(8.70)	14(60.87)	7(30.43)		2(8.70)	10(43.48)	11(47.83)
Actividades extraescolares				0.128				0.932			0.932
Sí	29(42.65)	30(44.12)	9(13.24)		20(29.41)	35(51.47)	13(19.12)		21(30.88)	28(41.18)	19(27.94)
No	42(28.97)	83(57.24)	20(13.79)		42(28.97)	78(53.79)	25(17.24)		46(31.72)	62(42.76)	37(25.52)

CAPITULO V: DISCUSIÓN

5.1 Discusión

Los resultados demuestran que no existe una relación significativa entre la procrastinación académica y la adicción a redes sociales. Sin embargo, se observó que la dimensión autorregulación académica se relacionó significativamente con las variables secundarias de número de dispositivos electrónicos, tiempo de uso diario y actividades extraescolares. Asimismo, se observó que la adicción a redes general se relacionó significativamente con la variable secundaria de tiempo de uso diario. También, las dimensiones de obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales se relacionaron significativamente con la variable secundaria de tiempo de uso diario.

En esta asociación se pudo identificar que no se encontró una relación significativa entre la procrastinación académica y la adicción a redes sociales medida de forma general y sus dimensiones ($p=0.844$); sin embargo, se hallaron niveles elevados de procrastinación en estudiantes con bajo nivel de adicción: el 77.88% presentó baja autorregulación y el 99.04% alta postergación de tareas. De igual forma, este patrón se observó en aquellos que presentaron bajo uso excesivo de redes sociales (98.51%), por lo cual la ausencia de correlación podría explicarse por la intervención de factores como la desorganización personal o la baja motivación estudiantil. Paredes (2019) menciona que no existe relación entre estas variables en estudiantes escolares. Se explica que la procrastinación se presenta por otros factores, según Garcia y Zecenarro (2019) y cuan mayor esté desarrollada la autorregulación académica, menor será la probabilidad de presentar adicción a las redes, según Bedón (2023). Por el contrario, Camacho (2022) menciona que sí existe relación entre estas variables en estudiantes escolares. Se puede argumentar que cuan mayor sea el nivel de adicción a redes, mayor será el nivel de procrastinación de las labores, según Cahuana (2019) y Mamani y Gonzales (2019).

Además, se pudo identificar que los estudiantes que reportaron tener dos a más dispositivos electrónicos y aquellos que usan algún dispositivo por más de dos horas diarias, presentaron un nivel menor de autorregulación académica. Ugaz y Lizana (2019) mencionan que sí existe relación entre la procrastinación académica y la dependencia móvil, donde se presentó una alta dependencia al móvil. Se explica que, a mayor procrastinación académica, mayor será la dependencia móvil, según Rios et al. (2022) y Mamani y Gonzales (2019). Por otro lado, según Flores (2022), existe una relación positiva media entre la dependencia móvil y la autorregulación académica en estudiantes del cuarto nivel de secundaria. Se afirma que, si la adicción a redes sociales es superior, menor es el nivel de autorregulación académica, según Camacho (2022), o si se presencia un nivel mayor de uso en exceso respecto a la adicción al internet, menor será la autorregulación académica, según Rodriguez (2023).

En esta asociación se pudo identificar que los estudiantes que reportaron no realizar actividades extraescolares presentaron un nivel menor de autorregulación académica. Cevállos (2019) menciona en su estudio que existen diferencias entre la procrastinación académica y la ocupación. Según Sarango y Shugulí (2023), los estudiantes que estudian y poseen actividades laborales familiares son menos propensos a desarrollar conductas de procrastinación. Asimismo, poseer mucho tiempo libre genera conductas procrastinadoras, según Cevállos et al. (2021). No se encontraron otros resultados similares.

Por otro lado, se pudo identificar que los estudiantes que reportaron usar algún dispositivo electrónico por más de dos horas diarias presentaron un nivel bajo de adicción a redes sociales general. Sin embargo, según Chambi y Sucari (2017), la dependencia al móvil y la adicción al internet se correlacionan significativamente en estudiantes de una academia preuniversitaria, presentándose un nivel bajo de dependencia al móvil. Se explica que, actualmente el uso de la tecnología es recurrente durante la etapa adolescente porque

permite la interacción social con sus pares, lo cual es importante para ellos, según UNICEF (2020); pero el uso constante de ello contribuye a consecuencias negativas en su vida cotidiana, según Echeburúa y de Corral (2010). Por otro lado, Cabañas y Korzeniowski (2015) hallaron en su estudio un uso elevado del internet, en otras palabras, que se usaban las redes por más de tres horas diarias, esto en escolares de primero a tercer año de educación secundaria. Se explica que el uso de las redes sociales representan ser objeto de entretenimiento y socialización para los adolescentes, según Linne (2014); pero su uso inadecuado conlleva a efectos perjudiciales que involucran aspectos escolares, familiares y de relación con el resto, según Graner et al. (2007).

En esta asociación se pudo identificar que los estudiantes que reportaron usar algún dispositivo electrónico por más de dos horas diarias presentaron un nivel medio de obsesión por las redes sociales, de falta de control personal en el uso de las redes sociales y de uso excesivo de las redes sociales. Por otro lado, Reyna (2017) afirma en su estudio que hay niveles altos de adicción a redes en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria. Esto explica que existe una correlación entre el consumo de internet y tiempo de internet, según Barros et al. (2017). Además, según Molina y Toledo (2014), el uso excesivo de hasta tres horas al día genera alteración en el sueño, ansiedad y enojo. También, Cuyún (2013) menciona que un grupo del diecisiete por ciento usaba las redes sociales durante tres horas diarias, esto en estudiantes de segundo, tercero y cuarto de bachillerato. Según Fuertes y Armas (2017), si se presentaran actitudes de adicción a las redes esto haría más vulnerable a los adolescentes a adquirir alguna adicción según y las puntuaciones de adicción a internet son más altas cuando sobrepasan las diez horas semanales en internet, especialmente en las redes sociales y juegos, según Rojas (2021).

5.2 Conclusión

La procrastinación académica no se relaciona con la adicción a redes sociales, según los resultados obtenidos en la población estudiada, debido a que niveles bajos de adicción a redes pueden no relacionarse con el comportamiento procrastinador en adolescentes.

Igualmente, un nivel menor de autorregulación académica se presenta en estudiantes que reportaron un nivel bajo de adicción a redes sociales general; por lo tanto, se infiere que la baja capacidad para autorregular los pensamientos, sentimientos y acciones que poseen los estudiantes se presenta debido a otros factores que no se relacionan directamente con la adicción a redes sociales. Por el contrario, cuanto mayor esté desarrollada la autorregulación académica, menor será la posibilidad de presentar alguna adicción a redes.

Por otra parte, un nivel bajo de adicción a redes sociales general se reporta en estudiantes que presentaron un nivel mayor de postergación de actividades; por consiguiente, se interpreta que la alta tendencia a postergar las actividades se presenta a causa de otros aspectos que no se asocian directamente con la adicción a redes sociales, sin embargo, cuanto mayor sea la capacidad de autorregulación académica, menor será la posibilidad de adquirir alguna conducta de adicción a redes.

También, un nivel menor de autorregulación académica se refleja en estudiantes que poseen más de dos dispositivos y en aquellos que usan algún dispositivo por más de dos horas diarias, esto puede ser debido a que poseer varios dispositivos y hacer un uso constante de estos de forma diaria contribuye a poseer conductas procrastinadoras y disminuye en gran medida la actividad y autoexploración del aprendizaje empleado en el ámbito académico.

Asimismo, un nivel menor de autorregulación académica se refleja en estudiantes que no se dedican a realizar actividades extraescolares, de modo que el hecho de no participar en actividades fuera del entorno escolar puede generar una disminución de la actividad y

autoexploración del aprendizaje empleado en el ámbito académico, a la vez causar conductas de postergación de actividades.

Además, un nivel menor de adicción a redes sociales general se refleja en estudiantes que usan algún dispositivo por más de dos horas diarias, entonces hacer uso de manera constante de la tecnología es recurrente en la adolescencia porque permite la socialización y entretenimiento, pero su uso inadecuado puede generar efectos perjudiciales en la vida cotidiana del sujeto y su entorno.

De igual forma, un nivel medio de obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales y de uso excesivo de las redes sociales se refleja en aquellos estudiantes que hacen uso de algún dispositivo por más de dos horas diarias; por ende, el uso constante de la tecnología durante el día puede generar problemas en el hábito del sueño, ansiedad y enojo. Asimismo, ello hace que los adolescentes sean proclives a adquirir alguna adicción, aún más si el uso sobrepasa las diez horas semanales.

5.3 Recomendaciones

Acorde a lo encontrado, se recomienda que el Departamento Psicológico brinde asesorías a los tutores de manera informativa acerca de la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales, lo cual ayudará a enseñar y concientizar sobre esta problemática; también se enseñaría cómo afectan a la salud mental y al comportamiento; asimismo, es recomendable brindar estrategias para su prevención. En esta misma línea, se recomienda que el Departamento Psicológico brinde charlas a los estudiantes para concientizar sobre las problemáticas y brindar estrategias para su prevención. De esta forma, ellos lograrán identificarlas en su vida personal y escolar, posteriormente podrán ejecutar las estrategias aprendidas y evitar estas conductas. Además, se recomienda brindar charlas para los padres de familia para concientizar sobre esta problemática y enseñarles estrategias para prevenir y/o intervenir en estas conductas que se presenten de forma reciente o en el futuro, sea en el ámbito académico o en la vida cotidiana, asimismo, para hacer seguimiento constante a sus hijos. Adicionalmente, se recomienda a los estudiantes participar en actividades extracurriculares tales como las actividades deportivas, artísticas y otras en las que puedan desarrollar sus habilidades, de esta manera brindarles actividades diferentes a las que realizan en su rutina diaria. Lo mencionado, es beneficioso porque los ayudará a desarrollarse, descubrir nuevas habilidades y reducir el tiempo aplicado al uso de las redes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Achulli, M. & Vino, B. (2020). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de la Universidad Andina del Cusco, 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Andina del Cusco]. Repositorio digital Universidad Andina del Cusco. <https://hdl.handle.net/20.500.12557/3803>
- Aguilar, O. A. & Cartagena, K. R. (2022). *Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en adolescentes de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/107486>
- Allen, B., y Waterman, H. (21 de mayo de 2019). *Etapas de la adolescencia*. Healthy Children. <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>
- Álvarez, Ó. R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13(013), 159 - 177. <https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- Angulo, M. A. G. (2023). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de una institución educativa privada de Chiclayo* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/124139>
- Aponte, D. R. (2017). *Adicción a internet y su relación con factores familiares en adolescentes de 15 a 19 años en la ciudad de Loja* [Tesis de especialidad, Universidad Nacional de Loja]. Repositorio Digital - Universidad Nacional de Loja. <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/handle/123456789/18327>
- Aponte, D. R., Castillo, P., y González, J. E. (2017). Prevalencia de adicción a internet y su relación con disfunción familiar en adolescentes. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 10(3), 179 - 186.
- Balarezo, M. M., & Mayorga, P. M. (2023). Procrastinación académica y su relación con el estrés dominante y la ansiedad estado-rasgo en adolescentes de tercero de Bachillerato. *Uniandes Episteme*, 10(2), 166-179. <https://doi.org/10.61154/rue.v10i2.2919>
- Barros, S. M., Hernández, Y. de la C., Vanegas, O. S., Cedillo, M. de L., Alvarado, H., y Cabrera, J. A. (2017). Adolescentes de Básica Superior con Adicción a Internet y Redes Sociales y Relaciones interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 42 - 68. <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/61775>
- Bautista, J. A., Velazco, B., Estrada, E. G., Córdova, L. M. y Ascona, P. P. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular. *Universidad Y Sociedad*, 15(3), 509 – 517.
- Bedón, J. C. (2023). *Procrastinación Académica y Riesgo de Adicción a las Redes Sociales e Internet en Estudiantes de Bachillerato* [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Ambato]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/38600>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model* [Tesis de master, Universidad de Guelph]. The Atrium. <https://hdl.handle.net/10214/20169>

- Cabañas, M. y Korzeniowski, C. (2015). Uso de celular e Internet: su relación con planificación y control de la interferencia. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(1), 5 - 16.
- Cahuana, D. E. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa de Arequipa, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UpeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2822>
- Camacho, M. (2022). *Adicción A Las Redes Sociales y Procrastinación Académica en Adolescentes Escolares de San Juan De Miraflores, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1784>
- Campos, L. y Vilchez, W. (2019). *Adicción a las redes sociales e impulsividad en estudiantes de 4° y 5° grado de secundaria de dos instituciones educativas públicas de Lima Este* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UpeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1660>
- Cevallos, E. A. (2019). *Relación entre la edad, año escolar y procrastinación académica en una muestra de adolescentes de una institución educativa en la ciudad de Salcedo* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Biblioteca General PUCE.
- Cevallos, E. A., Larzabal, A., Mayorga, M. P., y Moreta, C. R. (2021). Factores sociodemográficos y educativos asociados a la procrastinación académica en adolescentes ecuatorianos. *Revista Investigación de Psicología*, 26(2), 119 - 129. <https://doi.org/10.53287/hcbq2761op29h>
- Chambi, S. & Sucari, B. A. (2017). *Adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en pre-universitarios de la Institución Educativa Privada Claudio Galeno, Juliaca 2017* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UpeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/664>
- Chan, L. A. (2011). Procrastinación académica como predictor del rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática Psicológica*, 7(7), 53 – 62. <https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2011.n7.807>
- Cuyún, M. I. (2013). *Adicción a Redes Sociales en Jóvenes (Estudio Realizado Con Jóvenes De 14-16 Años Del Colegio Liceo San Luis De Quetzaltenango)* [Tesis de licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. CRAI Landívar.
- Dominguez, S. A., Villegas, G., y Centeno, S. B. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293 – 304.
- Echeburúa, E. y de Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91 – 95. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- El impacto de internet en la salud mental de los jóvenes ya es cuantificable. (07 de marzo de 2019). ABC. https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html

- Escurra, M. y Salas, E. (2014). CONSTRUCCIÓN Y VALIDACIÓN DEL CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A REDES SOCIALES (ARS). *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20(1), 73 - 91.
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Salud Mental*, 36(6), 521-527.
- Flores, I. C. (2022). *Dependencia al móvil y procrastinación académica en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Tarapoto, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/80833>
- Fuertes, J. y Armas, L. (2017). Adolescentes adictos a redes sociales y tecnología. *Horizontes de Enfermería*, (7), 130 – 140. <https://doi.org/10.32645/13906984.163>
- Garavito, L. F. (2022). *Influencia de un andamiaje motivacional sobre la procrastinación, la autoeficacia y el logro de aprendizaje* [Tesis de grado, Universidad Pedagógica Nacional]. Repositorio Institucional UPN. <http://hdl.handle.net/20.500.12209/17476>
- García, D. y Zecenarro, L. A. (2019). *Adicción a internet, Adicción a las Redes Sociales, Dependencia al Móvil y su influencia sobre la Procrastinación Académica en una muestra de Adolescentes de la ciudad de Juliaca-2019* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UpeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/2132>
- Graner, P., Beranuy, M., Carbonell, X., Chamarro, A., y Castellana, M. (2007). ¿Que uso hacen los jóvenes y adolescentes de internet y del móvil?. *Comunicación e Xuventude*, 71 - 90.
- Hernández, R. y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education. <https://doi.org/10.22201/fesc.20072236e.2019.10.18.6>
- Hidalgo, M. I. y Ceñal, M. J. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Anales de Pediatría Continuada*, 12(1), 42 – 46.
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2017, junio). *El 28,2% de la población que usa internet lo hace exclusivamente por teléfono móvil*.
- Linne, J. (2014). Dos generaciones de nativos digitales. *Intercom - Revista Brasileira de Ciências da Comunicação*, 37(2), 203 - 221. <http://dx.doi.org/10.1590/1809-584420149>
- Mamani, A. L. y Gonzales, D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UpeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1697>
- Matalinares, M. L., Díaz, A. G., Rivas, L. H., Dioses, A. S., Arenas, C. A., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., Yaringaño, J. y Fernandez, E. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13), 63 – 81.
- Molina, G. y Toledo, K. (2014). *Las redes sociales y su influencia en el comportamiento de los adolescentes, estudio a realizarse en cuatro colegios de la ciudad de Cuenca con los*

- alumnos de Primer Año de Bachillerato* [Tesis de licenciatura, Universidad del Azuay]. Dspace de la Universidad del Azuay. <http://dspace.uazuay.edu.ec/handle/datos/3659>
- Muñoz, S. V. y Silva, C. B. (2016). *Estilos de apego y adicción al facebook en estudiantes de segundo año de bachillerato de la Unidad Educativa "Pedro Vicente Maldonado"* [Tesis de Maestría, Universidad Nacional de Chimborazo]. Repositorio Digital UNACH. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/3155>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral, Universitat de Valencia]. RODERIC. <http://hdl.handle.net/10550/37168>
- Núñez, R. y Cisneros, B. (2019). Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. *Nuevas Ideas en Informática Educativa*, 15(1), 114 - 120.
- Organismo de las Naciones Unidas [UNICEF] y Pontificia Universidad Católica del Perú [PUCP]. (2020). *Ser adolescente en el Perú*.
- Osorio, M., Molero, M., Pérez, M. y Mercader, I. (2014). Redes sociales en internet y consecuencias de su uso en estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 585 - 592. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v3.539>
- Paredes, A. M. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa del Distrito de Paján* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37872>
- Páucar, R. (2018). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de la Facultad de Ingeniería Agraria de una universidad privada de Lima Norte* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio Digital Institucional UCSS. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/948>
- Pereda, C. (2019). *¿Estamos actuando ante las adicciones online? Análisis descriptivo del uso de videojuegos en línea y apuestas online en una muestra de adolescentes madrileños* [Tesis de maestría, Universidad de Alcalá]. Biblioteca Digital Universidad de Alcalá. <http://hdl.handle.net/10017/43687>
- Quant, D. M., y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista vanguardia psicológica clínica teórica y práctica*, 3(1), 45 - 59.
- Ramírez, E., Cuaya, I., Guzmán, M. y Rojas, J. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, Edición Especial*(20), 1 – 19. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2771>
- Real Academia Española. (2014). *Dispositivo*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>
- Real Academia Española. (2014). *Distrito*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>
- Real Academia Española. (2014). *Edad*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>
- Real Academia Española. (2014). *Extraescolar*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>

- Real Academia Española. (2014). *Grado*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>
- Real Academia Española. (2014). *Sección*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>
- Real Academia Española. (2014). *Sexo*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>
- Real Academia Española. (2014). *Tiempo*. En Diccionario de la Lengua Española (Edición del tricentenario). <https://www.rae.es/>
- Reyna, R. I. (2017). *Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste* [Tesis de licenciatura, Universidad Inca Garcilaso de la Vega]. Repositorio Institucional de la Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Ríos, A. C. (2021). *Uso de redes sociales e impulsividad en adolescentes pre-pandemia* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio de Tesis PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/20527>
- Rios, L. E., Allcca, J. G., y Alfaro, R. M. (2022). Procrastinación académica y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 15(1), 30 - 38. <https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1753>
- Ríos, R. (2017). *Metodología para la investigación y redacción*. Servicios Académicos Intercontinentales S.L.
- Rodriguez, T. del R. (2023). *Adicción al internet y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa del distrito de la Esperanza, 2023* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/131355>
- Rojas, E. D. (2021). *Inteligencia Emocional y Adicción a Internet en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa Parroquial del Cercado de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio Digital Institucional UCSS. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/1055>
- Romero, C. A., y Romero, D. L. (2024). Procrastinación académica, adicción a redes sociales y funciones ejecutivas: Un estudio de autorreporte en adolescentes. *Revista Panamericana de Pedagogía*, (38), 110 - 127. <https://doi.org/10.21555/rpp.vi38.3126>
- Rubio, A. (24 de agosto de 2021). *La etapa de la adolescencia*. SEPEAP. <https://sepeap.org/la-etapa-de-la-adolescencia/>
- Saaz, R., & Iván, R. (2017). Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste.
- Salas, E., Copez, A., y Merino, C. (2020). ¿Realmente es demasiado corto? Versión breve del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS-6). *Health and Addictions*, 20(2), 105 – 118. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i2.536>

- Sarango, B. E., y Shugulí, C. N. (2023). Procrastinación académica y su relación con la Ansiedad escolar en estudiantes de bachillerato de Orellana. *PSICOLOGÍA UNEMI*, 7(13), 52 - 63. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss13.2023pp52-63p>
- Ugaz, Y. y Lizana, D. P. (2019). *Procrastinacion academica y dependencia al movil en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel secundario de la Institucion Educativa Emblematico Serafin Filomeno, Moyobamba, 2018* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UpeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1835>
- Unicef Uruguay. (2020). Redes sociales y adolescentes: lo que tenés que saber. <https://www.unicef.org/uruquay/crianza/adolescencia/redes-sociales-y-adolescentes-lo-que-tenes-que-saber>
- Valdés, D. L. V. (2019). *Uso y abuso de Internet en adolescentes y su relación con la Inteligencia emocional* [Tesis doctoral, Universidad de Alicante]. RUA. <http://hdl.handle.net/10045/115373>
- Valencia, Y. (2017). *Funciones ejecutivas, procrastinación académica y rendimiento académico en estudiantes de secundaria* [Tesis de máster, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio de Tesis PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/12988>
- Vásconez, Y. J. (2019). *Procrastinación académica y la formación de la identidad en los adolescentes de la unidad educativa La Maná* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Babahoyo]. DSpace de la Universidad Técnica de Babahoyo. <http://dspace.utb.edu.ec/handle/49000/7176>
- Vilca, L. W. y Gonzales, A. G. (2013). *Propiedades psicométricas de la Escala de Riesgo de Adicción a las Redes Sociales (CrARS)* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio UpeU. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/615>
- Yana, M., Adco, D. Y., Alanoca, R., & Casa, M. D. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129-143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79(3Pt 1), 899 – 902. <https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899>
- Young, K. S. (1997). What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use. *In 105th annual conference of the American Psychological Association*, 15, 12 - 30.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S. y Rodgers, R. C. (1998). Internet addiction: Personality traits associated with its development. *In 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association*, 40 - 50.

ANEXOS

ANEXO 1

MATRIZ DE CONSISTENCIA DE LA INVESTIGACIÓN

Título: Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables e Indicadores	Población y Muestra	Alcance y Diseño	Instrumentos	Análisis Estadístico
<p>Problema general: ¿Existe relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?</p> <p>Problemas específicos:</p> <p>1. ¿Cuáles son las características de la procrastinación académica y sus dimensiones en estudiantes del grado de secundaria de una</p>	<p>Objetivo general: Determinar la relación existente entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Objetivos específicos: Describir las características de la procrastinación académica y sus dimensiones en estudiantes del</p>	<p>Hipótesis nula: No existe relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Hipótesis alterna: Existe relación entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes</p>	<p>V1: Procrastinación académica</p> <p>Naturaleza: Cualitativa, tipo politómica</p> <p>Escala de medición: Ordinal</p> <p>Categorías:</p> <p>1. Nunca (No me ocurre nunca)</p> <p>2. Pocas veces (Me ocurre pocas veces o casi nunca)</p> <p>3. A veces (Me ocurre alguna vez)</p>	<p>Población: Estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa de Comas.</p> <p>Muestra: 213 estudiantes.</p> <p>Tipo de muestreo: Probabilístico</p> <p>Criterios de inclusión: Estudiantes del nivel secundario con edades que fluctúan de 11 a 17 años de ambos sexos.</p>	<p>Diseño: No experimental de corte transversal.</p> <p>Alcance: Correlacional</p>	<p>V1: Procrastinación académica Escala De Procrastinación Académica (EPA)</p> <p>Diseñada por: Deborah Ann Busko</p> <p>Adaptación en el Perú por: Oscar Ricardo Álvarez Blas (2010)</p> <p>V2: Adicción a redes sociales Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)</p>	<p>Para el análisis estadístico, se usó el paquete estadístico STATA Versión 15, con una significancia al nivel 0.05.</p> <p>Análisis descriptivo: En cuanto a las variables cualitativas, se usó las frecuencias (N) y porcentajes (%).</p> <p>Para las variables cuantitativas se usó la media y la desviación estándar.</p> <p>Análisis inferencial: Para precisar la normalidad de las variables cuantitativas se usó</p>

<p>Institución Educativa en Comas?</p> <p>2. ¿Cuáles son las características de la adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?</p> <p>3. ¿Cuál es la relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?</p> <p>4. ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos</p>	<p>grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Describir las características de la adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Determinar la relación existente entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Determinar la relación existente</p>	<p>del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Hipótesis nula: No existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Hipótesis alterna: Existe relación entre la procrastinación académica y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de</p>	<p>4.Casi siempre (Me ocurre mucho)</p> <p>5.Siempre (Me ocurre siempre)</p> <p>V2: Adicción a redes sociales</p> <p>Naturaleza: Cualitativa, tipo politómica</p> <p>Escala de medición: Ordinal</p> <p>Categorías:</p> <p>Nunca (0)</p> <p>Rara vez (1)</p> <p>A veces (2)</p> <p>Casi siempre (3)</p> <p>Siempre (4)</p>	<p>Aceptar ser participe del estudio.</p> <p>Aquellos cuyos padres hayan leído y aceptado el consentimiento informado.</p> <p>Aquellos estudiantes que hayan leído y aceptado el asentimiento informado.</p> <p>Criterios de exclusión: Estudiantes que se encuentren fuera del rango de edad fijado.</p> <p>Estudiantes que pertenezcan a otro nivel escolar.</p> <p>Sin distinción de sexo.</p> <p>Aquellos estudiantes del</p>		<p>Diseñada por: Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas (2014)</p> <p>Ficha sociodemográfica (Ver Anexo 2)</p>	<p>la prueba de normalidad Shapiro Wilk.</p> <p>Para el hallazgo de la correlación de las variables cualitativas politómicas con la variable cuantitativa no normal, se usó la prueba estadística Kruskal – Wallis.</p> <p>Para precisar la relación entre las variables cualitativas se usó la prueba estadística Chi – Cuadrado.</p>
--	---	---	---	--	--	---	--

<p>en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas?</p>	<p>entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p>	<p>una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Hipótesis nula: No existe relación entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.</p> <p>Hipótesis alterna: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y los datos sociodemográficos en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en</p>		<p>nivel secundario que no contesten de manera correcta los cuestionarios.</p> <p>Aquellos estudiantes que no terminen de completar las o una de las pruebas.</p> <p>Aquellos estudiantes que no quieran ser partícipes del estudio</p>			
--	---	---	--	---	--	--	--

		Comas.					
--	--	--------	--	--	--	--	--

ANEXO 2

FICHA SOCIODEMOGRÁFICA

Estimado (a) estudiante, a continuación, se presentan una serie de preguntas, marca una alternativa o completa según sea el caso, recuerda responder todos los enunciados y no dejar espacios vacíos.

1. ¿Cuál es tu sexo?

• Femenino

• Masculino

2. ¿Cuál es tu edad?

3. ¿En qué distrito vives?

• San Martín de Porres

• Los Olivos

• Comas

• Puente Piedra

4. ¿A qué grado de secundaria perteneces?

- Primer grado
- Segundo grado
- Tercer grado
- Cuarto grado
- Quinto grado

5. ¿A qué sección perteneces?

- A
- B
- Unica

6. ¿Cuántos dispositivos electrónicos usas?

- Solo uno
- Dos a más
- Cuatro a más

- Otro: _____

7. ¿Cuánto tiempo de uso le brindas a tu dispositivo electrónico?

- Treinta minutos

- Una hora

- Más de dos horas

- Más de cuatro horas

- Todo el día

- Otro: _____

8. ¿Realizas actividades extraescolares dentro o fuera de tu horario académico?, si tu respuesta es afirmativa, escribe el nombre de la actividad.

- Sí, _____

- No

ANEXO 3

Escala de Procrastinación Académica (EPA)

EPA

Edad:

Sexo:

Ciclo:

Carrera:

Fecha: ___/___/___

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

S = Siempre, CS = Casi siempre, A veces CS, CN = Casi Nunca AV, N = Nunca

	PREGUNTAS	S	CS	AV	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6	Asisto regularmente a clase.					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					

9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

ANEXO 4

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

A continuación se presentan 24 ítems referidos al uso de las Redes Sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existen respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre	S	Rara vez	RV
Casi siempre	CS	Nunca	N
Algunas veces	AV		

N ° I T E M	DESCR IPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes					

	sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

ANEXO 5

CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN

Institución:	Universidad Católica Sedes Sapientiae
Investigadora:	Lucero Lopez Huillca
Título:	Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas

Propósito del estudio:

Lo invitamos a ser partícipe en el estudio denominado “Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas”, el cual es desarrollado por una investigadora de la Universidad Católica Sedes Sapientiae.

El propósito es determinar la relación existente entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas.

Procedimiento:

Si usted acepta ser partícipe del estudio se le solicitará responder 2 Escalas, la primera llamada: “Escala de Procrastinación Académica” con 16 preguntas que hacen referencia a su modo de estudiar con la siguiente valoración: N = Nunca, CN = Casi Nunca, AV = A veces, CS = Casi siempre y S = Siempre. La segunda llamada: “Cuestionario de adicción a redes sociales” con 20 ítems que evalúan características de la adicción a las redes sociales, con la siguiente valoración: Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Rara vez o Nunca.

Participantes:

Estudiantes pertenecientes al nivel secundario de una Institución educativa en Comas, matriculados en el mismo, cuyas edades fluctúen entre los 11 a 17 años, de ambos sexos.

Riesgos del estudio:

La participación en esta investigación no presentará ningún riesgo para el estudiante. Asimismo, la resolución de las escalas no representa ningún tipo de riesgo para la salud.

Beneficios del estudio:

Usted se beneficiará respecto a la satisfacción por contribuir con el conocimiento científico.

Costos e incentivos:

Usted no deberá realizar pago alguno ni recibirá ningún incentivo económico por ser partícipe del estudio, solo obtendrá la satisfacción de colaborar a un mejor entendimiento de la procrastinación académica y la adicción a redes sociales.

Confidencialidad:

Toda la información obtenida en el estudio es completamente de carácter confidencial. Se le asignará un código a cada uno de los participantes del estudio para el desarrollo de un adecuado análisis. De manera que se garantiza que cada miembro permanecerá en total confidencialidad. Con esto ninguna persona ajena a la investigación podrá conocer los nombres de los participantes.

Uso futuro de la información obtenida:

Los resultados serán almacenados por 10 años y no serán utilizados para ningún trabajo o investigación adicional.

Donde conseguir información:

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o considera que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité Institucional de Ética de la Universidad Católica Sedes Sapientiae, teléfono (51-1) 533-0008 anexo 265.

Declaración voluntaria:

Yo he sido informado(a) del objetivo de estudio, he conocido los riesgos, beneficios y confidencialidad de la información obtenida. Entiendo que la participación en el estudio es gratuita. He sido informado(a) de la forma como se realizará el estudio. Estoy enterado(a) también de que puedo participar del estudio o no, o en todo caso retirarme de este, en el momento que considere necesario, sin que esto represente que tenga que pagar, o recibir alguna represalia de parte de la investigadora. Por lo anterior mencionado acepto voluntariamente participar de la investigación denominada "Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas".

Firma del participante

Fecha

Sexo:

Edad:

Firma del investigadora

Fecha:

ANEXO 6

Asentimiento Informado

ASENTIMIENTO INFORMADO

Institución: Universidad Católica Sedes Sapientiae

Investigadora: Lopez Huillca, Lucero

Tema: “Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas”.

Por medio de éste comunicado te invitamos a participar en una investigación denominada “Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas”.

Propósito del estudio:

Se busca determinar la relación existente entre la procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes del grado de secundaria de una Institución Educativa en Comas. Puesto que perteneces a la población adolescente, es posible que te interese comprender acerca de cómo los pensamientos y creencias acerca de tí mismo (a) pueden influir en tu comportamiento y tus decisiones, no solo contigo mismo (a), sino también al relacionarte con los demás en diferentes situaciones. La información que aportes, ayudará a crear e implementar estrategias que te favorezcan como estudiante adolescente.

Procedimientos:

Si aceptas participar en la investigación, ten en cuenta lo siguiente:

- Llenarás una encuesta anónima que se compone de una ficha sociodemográfica y dos pruebas, una de procrastinación académica y una de adicción a redes sociales. Supondrá un total de 20 minutos aproximadamente.
- No corres ningún riesgo al participar en el estudio, tu participación es totalmente anónima y no se te pedirá dar algún tipo de información personal.
- Tu participación no requiere de ningún tipo de costo, ya que, tu participación aportará al campo de la investigación.

Para cualquier pregunta respecto a la investigación, puedes comunicarte con la investigadora, a través del correo electrónico 2016200068@ucss.pe .

Finalmente, ¿Deseas participar en la presente investigación?

SÍ DESEO

NO, NO DESEO

Gracias por tu participación

ANEXO 7

Tabla N° 1:

Operacionalización de la Variable Procrastinación Académica (EPA)

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Niveles y rangos	Instrumento
Autorregulación académica	<p>-Identifica la elaboración previa a las pruebas y la búsqueda de información académica complementaria.</p> <p>-Identifica el intento por incrementar los hábitos de estudio</p> <p>-Identifica la regularidad en la asistencia a clases.</p> <p>-Identifica la motivación interna por mantener un adecuado ritmo de estudio.</p>	<p>P2</p> <p>P3</p> <p>P5</p> <p>P6</p> <p>P7</p> <p>P10</p> <p>P11</p> <p>P12</p> <p>P13</p> <p>P14</p> <p>P15</p>	<p>5. Siempre (Me ocurre siempre).</p> <p>4. Casi Siempre (Me ocurre mucho).</p> <p>3. A Veces (Me ocurre alguna vez).</p> <p>2. Pocas Veces (Me ocurre pocas veces o casi nunca).</p> <p>1. Nunca (No me ocurre nunca).</p>	<p>Corrección en la escala invertida, mientras más alto el puntaje, la autorregulación es menor. (Puntuaciones por debajo de 27 indican un nivel bajo) (Por encima de 35 nivel elevado)</p>	<p>Escala De Procrastinación Académica (EPA)</p>
Postergación de actividades	<p>-Identifica la postergación de tareas académicas para último minuto</p> <p>-Reconoce la acción de aplazar trabajos asignados que no son satisfactorios para el estudiante.</p>	<p>P1</p> <p>P4</p> <p>P8</p> <p>P9</p> <p>P16</p>		<p>Mientras más puntúa la persona, mayor es su tendencia a postergar (Puntaje menor a 7 indican nivel bajo)</p>	

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 8

Tabla N° 2

Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales (ARS)

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escalas y valores	Niveles y rangos	Instrumento
Obsesión por las redes sociales	<ul style="list-style-type: none"> -Identifica que destina mayor tiempo a acceder a las redes sociales. -Reconoce cambios de estado de ánimo al no encontrarse conectado a las redes sociales. -Identifica que continúa pensando en las redes sociales de no estar conectado. 	P2, P3, P5, P6, P7, P15, P17, P22, P28, P29.	<p>Siempre (4) Casi siempre (3) A veces (2) Rara vez (1) Nunca (0)</p> <p>(P13 se califica de forma inversa)</p>	<p>Puntaje de (0) es ausencia de adicción. A partir de (1) se valora el nivel de adicción a las redes sociales. Puntaje de (106) indica más nivel de adicción.</p>	<p>Questionario de adicción a las redes sociales (ARS)</p>
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	<ul style="list-style-type: none"> -Identifica pasar mucho tiempo en las redes sociales -Identifica como una problemática la falta de control en el uso de las redes sociales. -Tiene capacidad de controlar su acceso a las redes sociales. 	P4, P13, P14, P16, P24, P31.			
Uso excesivo de las redes sociales	<ul style="list-style-type: none"> -Identifica el exceso de tiempo que permanece en las redes sociales. -Identifica la constante atención a las nuevas actualizaciones en las redes sociales. -Identifica la existencia de un desbalance en aspectos de la vida 	P1, P10, P11, P12, P18, P19, P20, P26.			

	por conectarse a las redes sociales.				
--	--------------------------------------	--	--	--	--

Fuente: Elaboración propia

ANEXO 9

Tabla de operacionalización de las variables Sociodemográficas

VARIABLES	NATURALEZA	ESCALA DE MEDICIÓN	CATEGORÍAS
Sexo	Cualitativa, dicotómica	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> - Femenino - Masculino
Edad	Cuantitativa, discreta	Razón	<ul style="list-style-type: none"> - 11 a 17 años
Distrito	Cualitativa, politómica	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> - San Martín de Porres - Los Olivos - Comas - Puente Piedra
Grado	Cualitativa, politómica	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> - Primer grado - Segundo grado - Tercer grado - Cuarto grado - Quinto año
Sección	Cualitativa, politómica	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> - A - B - Unica
Dispositivo	Cualitativa, politómica	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> - Solo uno - Dos a más - Cuatro a más

Tiempo de uso	Cualitativa, politómica	Ordinal	<ul style="list-style-type: none"> - Treinta minutos - Una hora - Más de dos horas - Más de cuatro horas - Todo el día
Actividades extraescolares	Cualitativa, dicotómica	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> - Sí (Especificar) - No