

UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO
FACULTAD DE MEDICINA
ESCUELA DE PSICOLOGÍA



Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de Lambayeque, 2022

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

Alisson Dayana Davila Garcia

ASESOR

Marilia Sibebe Cortez Vidal

<https://orcid.org/0000-0002-9360-9282>

Chiclayo, 2025

**Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en
estudiantes de secundaria de una institución educativa privada de
Lambayeque, 2022**

PRESENTADA POR
Alisson Dayana Davila Garcia

A la Facultad de Medicina de la
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
para optar el título de

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

APROBADA POR

Nelly Patricia Becerra Escate
PRESIDENTE

Beatriz Isabel Ortega Pauta
SECRETARIO

Marilia Sibeles Cortez Vidal
VOCAL

Dedicatoria

El presente trabajo de investigación se lo dedico a mi madre, por su esfuerzo, sacrificio y amor de todos los días; a mi hermano, por su apoyo incondicional y a todas las personas que estuvieron presentes en todo el proceso en uno de mis logros más anhelados de mi carrera profesional.

Agradecimientos

Quiero agradecer a Dios, por su bendición que derrama en mí todo los días; a mi madre y hermano por su arduo esfuerzo de poder ayudarme a culminar exitosamente una de mis metas. Además, agradecer a todos los docentes de la escuela de Psicología de la Universidad Santo Toribio de Mogrovejo, por su dedicación, paciencia, entendimiento y conocimientos a lo largo de toda la carrera profesional.

análisis turnitin - dávila

INFORME DE ORIGINALIDAD

18%	18%	3%	6%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	5%
2	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	www.researchgate.net Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Autonoma del Peru Trabajo del estudiante	1%
7	repositorio.uct.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	tesis.usat.edu.pe Fuente de Internet	<1%
9	core.ac.uk Fuente de Internet	<1%

Índice

Resumen	6
Abstract	7
Introducción.....	8
Revisión de Literatura	9
Materiales y Métodos	13
Resultados y Discusión.....	16
Conclusiones	22
Recomendaciones	22
Referencias.....	24
Anexos	27

Resumen

La adolescencia es una etapa caracterizada por el establecimiento de relaciones interpersonales, por lo que las redes sociales constituyen una herramienta útil; sin embargo, su uso recurrente predispone una adicción a temprana edad, lo que a su vez puede significar que la persona procrastine sobre actividades de índole académica. Por ello, esta investigación, por medio de una metodología de enfoque cuantitativo, diseño no experimental y alcance descriptivo, correlacional y comparativo, buscó determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica; y de manera específica, identificar el nivel de adicción a las redes sociales y el de procrastinación académica; comparar la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica según el sexo; y conocer la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales con procrastinación académica en 288 estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lambayeque. A través del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA), los resultados demostraron un nivel bajo en ambas variables; según sexo, las mujeres presentaron mayor tendencia a utilizar las redes sociales en relación a los varones, aunque no se encontró diferencia significativa en procrastinación académica; asimismo, no se presentó una relación estadísticamente significativa entre las dimensiones de adicción a las redes sociales con procrastinación académica; y de igual manera no se encontró entre ambas variables. En conclusión, los estudiantes pueden presentar indicadores de adicción a las redes sociales, pero ello no significa que lleguen a procrastinar actividades académicas.

Palabras Clave: Adicción, redes sociales, procrastinación académica, adolescencia.

Abstract

Adolescence is a stage characterized by the establishment of interpersonal relationships, which is why social networks are a useful tool; however, its recurrent use predisposes an addiction at an early age, which in turn can mean that the person procrastinates on activities of an academic nature. Therefore, this research, through a quantitative approach methodology, non-experimental design and descriptive, correlational and comparative scope, sought to determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination; and specifically, to identify the level of addiction to social networks and the level of academic procrastination; compare addiction to social networks and academic procrastination according to gender; and to know the relationship between the dimensions of addiction to social networks with academic procrastination in 288 students from a Private Educational Institution in Lambayeque. Through the Social Networks Addiction Questionnaire (SNAQ) and the Academic Procrastination Scale (APS), the results showed a low level in both variables; according to sex, women presented a greater tendency to use social networks in relation to men, although no significant difference was found in academic procrastination; likewise, there was no statistically significant relationship between the dimensions of addiction to social networks with academic procrastination; and likewise it was not found between both variables. In conclusion, students may present indicators of addiction to social networks, but this does not mean that they end up procrastinating academic activities.

Keywords: Addiction, social networks, academic procrastination, adolescence.

Introducción

Las redes sociales hoy en día se han convertido en una herramienta vital para la comunicación y para el aprendizaje, siempre y cuando se realice un uso responsable y efectivo de las mismas, de lo contrario, puede causar un retraso en las tareas académicas de los estudiantes que, si no se manejan adecuadamente, pueden conducir a la procrastinación académica y por tanto, puede llegar a frustrar los objetivos académicos establecidos por un estudiante cuando no logra ordenar sus prioridades correctamente. Es por ello, que la mayoría de los alumnos tienden a postergar la realización de sus tareas académicas a voluntad; puesto que, por lo general, los estudiantes son influenciados por sus compañeros en el comportamiento de procrastinación, excepto si estos estudiantes lleguen a tomar una decisión firme en no abandonar sus actividades académicas por otras (Anierobi et al., 2021).

El uso más común de internet inicia en la etapa de la adolescencia cuando se tiene mayor acceso a la información, posibilidad de jugar videojuegos, o de conocer nuevas personas de otros lugares, por lo que, el aumento del uso de internet respecto a años anteriores se ha incrementado y ha facilitado el inicio del proceso de adicción a redes sociales (ARS) en edades tempranas, conllevando a que actualmente sea considerado como un factor de riesgo que genera e incrementa los índices de adicción (Traş & Gökçen, 2020). Además, se han realizado varios estudios internacionales que demuestran que la procrastinación académica (PA) podría interferir con el alcance satisfactorio de los logros académicos y el grado de satisfacción y calidad de vida de los menores (Duru & Balkis, 2017). Tal como lo mencionan Vargas (2017); Chinaza et al. (2020), algunos de estos estudios han demostrado que entre el 38% - 91% de los estudiantes están involucrados en la procrastinación.

Para un informe reciente, Anderson y Jiang (2019) revelaron que casi todos los adolescentes entre 13 a 17 años, que vivían en los EE. UU un 95% de ellos tenían sus propios teléfonos inteligentes con acceso a Internet, de los que el 89 % utilizaba Internet varias veces durante el día, y un 45% lo usaban constantemente. Es por ello, que los adolescentes también son considerados grandes usuarios de los medios dado que, estos encuentran el novedoso mundo de Internet más interesante que las actividades y tareas relacionadas con la escuela, por lo que, los factores como la aprobación social y la aceptación de los compañeros pueden aumentar el uso de la tecnología (Ektiricioğlu et al., 2020). Por lo tanto, el uso extensivo de los medios y la tecnología puede llevarlos a posponer sus deberes o actividades sociales (Türel & Dokumaci, 2020).

En un estudio realizado por el Banco Mundial (BM), encontraron que, en el Perú de cada 100 personas, 38 tienen acceso a Internet con diferentes objetivos, encontrándose que esta cantidad incrementa en niños y adolescentes, es decir, esta herramienta es mayormente empleada para otros fines y no necesariamente académicos sino de entretenimiento. Asimismo, según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018), precisa que el 70.9% de los limeños emplean el internet, y la edad que predomina en su uso son adolescentes entre 12 y 17 años. Al respecto, las investigaciones del Capital Humano Social Alternativo (CHSA) encontraron que la conexión perenne a Internet ha incrementado en las personas entre los 5 y 17 años de edad, pasando de 43% en 2018, a 75% en 2022. Por lo que, de acuerdo con una entrevista realizada a padres de familia, el 77% refleja preocupación por la adicción a los videojuegos y el 71% a la adicción a Internet (Diario Gestión, 2022).

En una institución educativa de Lambayeque, se ha evidenciado que la mayoría de los adolescentes de los dos últimos años de secundaria, están conectados casi todo el tiempo a las redes sociales, tendiendo a estar a la expectativa de lo que otras personas puedan publicar o decir en redes para poder comentar en éstas o utilizar reacciones como: me gusta, me divierte, me encantan, entre otros; prefiriendo pasar conectados varias horas a estas redes, omitiendo la importancia a las diferentes esferas de su vida como la familia, el socializar en persona con los

amigos, realizar actividades recreativas como deportes, salir, pasear, etc., descuidando sus labores académicas, puesto que, restan valor a las lecturas o temas revisados en clase y por tanto, a las asignaturas en sí mismas, lo que hace que dejen para el último sus tareas, debido a que no organizan su tiempo para realizarlas, y mucho menos para estudiar para los exámenes, esto quiere decir que, posiblemente tampoco busquen apoyo cuando no entienden algún tema en clase, ni busquen motivarse para tener un mayor aprendizaje, lo que daría como resultado, el ser impuntuales con las actividades asignadas por los docentes y por tanto no cumplir con éstas, por lo que, podría decirse no cuentan con adecuados hábitos de estudio (comunicación personal, 7 de mayo del 2022).

En virtud de lo mencionado anteriormente se formula la siguiente interrogante, ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lambayeque, 2022?

Por tanto, como hipótesis se considera encontrar una correlación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lambayeque, 2022.

Por lo que como objetivo general se estableció determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria; mientras que de manera específica, identificar el nivel de adicción a las redes sociales, así como el nivel de procrastinación académica; comparar la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica según el sexo; además de conocer la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales con procrastinación académica, en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada de Lambayeque, 2022.

Esta investigación es relevante realizarla debido que pretende determinar la relación entre adicción a redes sociales lo que pondría de manifiesto un posible uso desmedido de éstas, identificando el nivel en el que se presente, y que tanto esto se podría vincular con la procrastinación académica que pudiesen presentar los estudiantes, es decir, identificando el nivel en el que se pudieran encontrar, lo que daría a su vez como consecuencia un posible bajo rendimiento académico de los mismos.

Es por ello, que esta investigación será beneficiosa para los estudiantes de dicha institución educativa, para una pronta prevención dependiendo del nivel en que se encuentre el estudiante o una intervención, si en caso se requiera ello, asimismo, para los padres de familia les permitirá observar el rendimiento y desenvolvimiento académico que tienen sus hijos, de igual manera, beneficiará a la institución educativa, ya que les dará un amplio panorama de la situación en que se encuentran los estudiantes, y el cómo crear medidas preventivas - promocionales o programas de intervención en caso sea necesario.

Sobre todo, está investigación quedaría como un modelo o motivación para otras instituciones educativas para que se lleve a cabo un plan de mejora a través de la realización de programas de prevención o intervención dentro de las escuelas de padres o tutorías estudiantiles para una mayor comprensión e importancia de estos problemas, resultando beneficioso incluir el estudio de ambas variables.

Por último, servirá como un antecedente estadístico, el cual le resultará de gran ayuda para quienes estén interesados en estudiar ambas variables en poblaciones similares.

Revisión de Literatura

Antecedentes

Luego de revisar exhaustivamente un compilado de investigaciones, desarrolladas en el contexto internacional y nacional, en las que se analizó el desarrollo de la adicción a las redes sociales (ARS) y la procrastinación académica (PA) en la población estudiantil adolescente, se

han seleccionado aquellas que guardan estrecha relación con los objetivos planteados en la presente, mimas que se describen a continuación.

Un estudio desarrollado por Bedón (2023), en el contexto ecuatoriano, tuvo la intención investigativa de comparar la ARS y la PA según el sexo de 205 estudiantes de secundaria de Ecuador, en quienes se empleó el diseño no experimental, de tipo básico y alcance comparativo-descriptivo, además de aplicar el cuestionario como instrumento para evaluar los constructos. Los hallazgos dieron a conocer que no existe una diferencia significativa de la variable ARS según el sexo de los participantes ($p < 0.05$).

En Colombia, Zabala (2021) realizó un estudio con la finalidad de constatar la relación entre la ARS y la PA en adolescentes de colegios públicos. Para ello, optó por un enfoque cuantitativo, el cual tuvo un nivel descriptivo- correlacional y un diseño no experimental. Por otro lado, se consideró como unidades de análisis un total de 75 estudiantes, a quienes se les aplicó el cuestionario como instrumento para evaluar los constructos. Finalmente, los resultados de dicho estudio evidenciaron que el 76% de los participantes de dichas instituciones evidenciaron niveles bajos de adicción, sin embargo, un 24% obtuvieron niveles altos de adicción, asimismo, con respecto a la variable procrastinación académica, un 98,7% de estudiantes llegan a postergar sus actividades académicas.

Maldonado (2019) realizó su indagación teniendo como objetivo establecer la relación entre ARS y PA. El estudio se realizó según el nivel descriptivo-correlacional, empleando un diseño transaccional. La unidad de análisis la integraron 265 alumnos, y se determinó de acuerdo con el muestreo no probabilístico intencional, por el cual se tomó a toda la población como parte del estudio. Se aplicó como técnica la encuesta para la recopilación de datos, los cuales demostraron que un 54% de estudiantes presentan un nivel medio alto con respecto a la variable ARS, de la misma manera, el 73% obtuvieron un nivel medio bajo con respecto a la variable procrastinación académica.

Paredes (2019) ejecutó un estudio que tenía como objetivo conocer la asociación entre la ARS y la PA. Este estudio se realizó bajo un diseño no experimental de tipo correlación. La unidad de análisis estuvo compuesta por 225 adolescentes, en quienes se utilizó el cuestionario como instrumento para la medición de los constructos. Por último, los resultados con respecto a la variable ARS evidenciaron que el 56.9% de estudiantes presentan un nivel bajo, un 40.9% en el nivel medio y un 2.2% en el nivel alto, asimismo, se obtuvieron un 66.7% en el nivel medio, un 32.9% en el nivel alto y un 4% en el nivel bajo con respecto a la variable procrastinación académica.

Hernández (2020) realizó un estudio con el fin de constatar la relación entre la ARS y PA en estudiantes del último grado de secundaria. Estuvo sujeto a un tipo de investigación correlacional bajo un diseño no experimental. La unidad de análisis la integraron 300 estudiantes que respondieron a dos cuestionarios que condujeron a reconocer que un 55% de estudiantes presentan un nivel bajo de ARS, 30.7% un nivel medio y el 14.3% con un nivel alto, por otra parte, los participantes presentan un 48.7% en el nivel bajo, 35.3% en el nivel medio y un 16.0% en el nivel alto con respecto a la variable procrastinación académica.

Camacho (2022) realizó un estudio con el propósito de indagar sobre la relación entre la ARS y PA en 325 alumnos de secundaria, en quienes se utilizó el nivel de investigación fue descriptivo-correlacional y según su diseño fue el no experimental, además de considerar la encuesta como técnica de investigación. Finalmente, los resultados evidenciaron que las ARS (71.1%) se dan en un nivel promedio, al igual que el nivel de la PA (52.3%). Además, se evidencia que las dimensiones obsesión y uso excesivo de la variable ARS tienen una relación significativa con la PA, por consiguiente, ambos constructos se relacionan de forma significativa y directa.

El estudio de Yana et al. (2022), desarrollado en Puno, tuvo el propósito general de conocer la relación estadística entre la ARS y la PA, así como comparar las variables según el sexo y el grado, en una muestra compuesta por 1255 estudiantes de secundaria. Para ello, se trabajó con un diseño no experimental y alcance correlacional, descriptivo y comparativo, haciendo uso del cuestionario como instrumentos de medición. Los principales resultados dieron a conocer que, existe una relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio ($p = .01$; $rho = .710$); asimismo, se determinó que, tanto la ARS como la PA es alta en varones y mujeres con un porcentaje oscilante entre el 65% y el 75% de los participantes, porcentaje que también fue evidenciado cuando se comparan según el grado, permitiendo concluir que no existe diferencia significativa en las variables según el sexo.

Bases teóricas

Adicción a las redes sociales

La adicción a las redes sociales o el uso compulsivo de estas plataformas, se ha configurado como un tema problemático global de preocupación, el cual cada vez es más frecuente entre los estudiantes (Yakut & Kuru, 2020).

Las redes sociales en sí mismas no son malas porque tienen sus pros, esto se debe a que los identificadores de las redes sociales brindan plataformas fáciles de usar para facilitar la difusión de información entre los usuarios. Okeke y Anierobi (2020) afirmaron que las redes sociales brindan a los estudiantes una vía rápida y efectiva para intercambiar información en áreas de educación. Sin embargo, el uso desmesurado de estas plataformas también tiene muchos efectos indirectos en la vida académica del estudiante (Anierobi et al., 2021).

Esta adicción se caracteriza por estar todo el tiempo conectado a las redes sociales, debido a que les causa placer y al desconectarse pueden sentir irritabilidad o ansiedad, por eso intentan pasar todo el tiempo conectado si un objetivo importante, y esto afecta su vida personal, requiriendo tratamiento (Watson, 2015). Para los autores Ecurra y Salas (2014) es el resultado de un mal manejo de éstas, en la cual los sujetos llegan a perder la noción del tiempo y descuidan otras áreas o responsabilidades a su cargo. Del mismo modo, Terán (2019) explica que este uso excesivo genera cambios en el estilo de vida y comportamientos de las personas sobre todo en niños y adolescentes, porque convierten en el centro de su vida a las redes sociales, sin importar el tiempo que pueden pasar con su familia o a sus estudios, sus pensamientos están en lo tecnológico y presentan dificultades en el rendimiento académico.

Modelos teóricos que explican la adicción a las redes sociales

Modelo explicativo: Propuesto por Ecurra y Salas (2014), quienes argumentan que cuando un determinado comportamiento o conducta genera problemas clínicos, o afecta de alguna manera aspectos significativos de la persona como su entorno o estudios, se considera una adicción. Por lo tanto, este sería un indicador común para admitir o sostener que una persona es adicta a estas plataformas, porque se evidencia una afectación a nivel emocional, físico y también psicológico. Cabe mencionar que esta adicción inicia cuando la persona siente extrema satisfacción al desempeñar esa actividad y posteriormente, genera cuadros de ansiedad, irritabilidad o impulsividad, difíciles de controlar.

Modelo de la adicción al Internet: Propuesto por Young (1998), para este autor, los usuarios de redes sociales pueden diferenciarse en dos tipos: Los *dependientes*, quienes hacen uso de estas plataformas sin ningún fin en particular que el de ver contenido de otras personas, o de publicar contenido a la red, entre los factores que generan este hábito adictivo son las aplicaciones adictivas, el apoyo social, creación de personalidad ficticia y satisfacción sexual. Y los *no dependientes* son aquellos que emplean estas plataformas con fines de publicidad, educativos u otros.

Modelo de Adicción Biopsicosocial: Propuesta por Griffiths (2005), este autor menciona que una persona adicta a las redes sociales sufre consecuencias negativas en su vida diaria, ya que la persona suele aislarse y solo llega a enfocarse en su vida virtual, entre los principales síntomas se manifiesta la sudoración, cambios del estado de humor, intolerancia, afectación en las relaciones interpersonales, entre otros.

Características de una persona con adicción a las redes sociales

Según Ecurra y Salas (2014) las personas suelen privarse del sueño porque duermen menos de 5 horas diarias. Asimismo, suelen descuidar tareas fundamentales en su ámbito personal, académico, familiar, etc. porque su prioridad es estar conectado; además, las personas cercanas a su entorno observan su comportamiento y los efectos nocivos. Por otro lado, están irritables y tienen comportamientos compulsivos cuando algo no sale como esperaban, suelen ser dependientes y no manejan sus impulsos. También, mienten para estar conectados a internet, se aíslan socialmente y experimentan sentimientos de felicidad o euforia. En conclusión, este tipo de personas muestran dificultades en cada aspecto de su vida.

Por otro lado, Echeburúa y Requenses (2012), explican que la inestabilidad emocional, la irritabilidad, ansiedad y la depresión son características comunes por las cuales las personas suelen llegar a refugiarse en las novedosas tecnologías, cayendo con facilidad a la adicción de éstas, todo ello, repercute de manera negativa en la vida cotidiana de las personas, presentando una mezcla de emociones (ira, alegría, vergüenza, miedo), donde el ser humano llega a presentar una pérdida de confianza y acercamiento hacia otras personas y sobre todo presenta un sensación de vulnerabilidad personal.

Dimensiones de la adicción a las redes sociales

De acuerdo con Ecurra y Salas (2014), para un mejor entendimiento de la ARS es necesario concebirla desde sus dimensiones más representativas, tomando en consideración a la obsesión por las RS, falta de control personal y uso excesivo de las RS, las cuales son descritas a continuación.

Obsesión por las redes sociales: Esta obsesión se manifiesta cuando la persona hace uso exclusivo de estas plataformas y de no ejecutar esta actividad por prolongado tiempo, conlleva a que presenten cuadros de ansiedad y estrés o cambios de humor y generalmente buscan la manera de estar conectados, conllevando a que sus pensamientos y actitudes se enfoquen solo en satisfacer esa necesidad, por ende, afecta su entorno familiar.

Falta de control personal: Se trata de la incapacidad del sujeto para controlar su adicción, afectando cada esfera de su vida, laboral, familiar, estudiantil, amorosa u amical, porque tienen dificultad para desempeñar eficientemente otras actividades ya que permanecen contemplados en las redes.

Uso excesivo de las redes sociales: El sujeto no controla su tiempo en redes sociales y dedica más tiempo en ello que en sus quehaceres diarios como lo académico o pasar tiempo con la familia. En cambio, para otras actividades no tiene tiempo o dedica solo un breve tiempo, el sujeto muestra un comportamiento enérgico o activo en las redes sociales.

Procrastinación académica

Es considerado como un problema preexistente desde tiempos inmemoriales, puesto que el hombre muchas veces se redirecciona su enfoque de atención hacia el desarrollo actividades de menor prioridad, pero placentera, para él. Algunas personas se involucran en la tarea deseada, pero una cosa u otra los distrae de la realización oportuna de la tarea y otros; por otro lado, podrían seguir posponiendo y nunca se embarcarán en un proyecto o tarea deseada. La procrastinación es, por lo tanto, uno de los principales factores detrás de la incapacidad para completar o llevar a cabo una tarea a tiempo (He, 2017).

La procrastinación académica, entonces viene a ser la consecuencia del temor al fracaso, desmotivación, indiferencia o desconfianza en sí mismo para ejecutar una tarea académica (Okoiye & Nlemadim, 2017). Al respecto, Oriol et al (2016), enfatizan el afrontamiento diario del profesional docente al desafío de conseguir que los estudiantes se interesen por el aprendizaje continuo para garantizarse a sí mismo el término de sus estudios. Esto se debe a que los estudiantes académicamente comprometidos, se concentran por completo y están entusiasmados con el aprendizaje (Alrashidi et al., 2016).

Esta virtud podría ser un antídoto para la procrastinación en la realización o el retraso de sus tareas académicas, independientemente del género del estudiante. Sin embargo, los estudiantes se distraen de las tareas académicas con mayor frecuencia, lo que les hace posponer la realización de la tarea o retrasar su finalización. Las distracciones pueden resultar de las influencias negativas de los comportamientos adictivos de los estudiantes y un ejemplo de tales comportamientos sería la adicción a estas plataformas como Facebook, Instagram, Twitter, videojuegos (Anierobi et al., 2021).

Modelos explicativos de la procrastinación académica

Modelo motivacional: Propuesta por Ferrari et al. (1995), este autor menciona que las personas cuando perciben que no conseguirán los resultados esperados deciden aplazar sus metas, buscando opciones más fáciles de cumplir y sentirse a gusto con los resultados.

Modelo psicodinámico: Propuesto por Baker en 1979, quien define que la procrastinación se origina a raíz del miedo que siente la persona por el fracaso, lo que desencadena todo tipo de sensaciones negativas en la persona, por lo que deja de lado el cumplimiento de responsabilidades, desplazando metas, actividades importantes como la escuela, la universidad o el trabajo. Por tal razón, buscan actividades más placenteras que sean más fáciles de realizar (Rothblum, E. et al., 1986).

Modelo de Steel: Propuesto por el mismo autor en el 2007, el cual considera a la procrastinación como la consecuencia producida de la asociación de un propósito de estudio o de trabajo y en qué forma una persona afronta estas actividades cotidianas, aunando la expectativa que tienen en sí mismos y acerca del éxito que tendrán. Por lo que las estrategias de afrontamiento y la motivación son esenciales porque si el sujeto se percibe apto y capaz frente a los propósitos que se le han otorgado, no tendrá ningún obstáculo para ejecutarlo; pero, de verse sobrepasado por las tareas, empezará a buscar excusas para no llevar a cabo sus objetivos.

Dimensiones de la procrastinación académica

De acuerdo con Busko (1998) y posteriormente por Álvarez (2010):

Autorregulación académica: Es la capacidad individual de priorizar responsabilidades académicas, en las que se considera la dedicación de tiempo a la consecución de nuevos conocimientos, involucrándose en sus tareas cuando es necesario.

Postergación de la actividad: Se trata del comportamiento o actitud que toma el estudiante para postergar o aplazar el desarrollo de sus actividades académicas, y que, a pesar de ser consciente de su importancia, y de la necesidad de dedicarle tiempo para su ejecución, prefiere dedicarse a otras actividades.

Materiales y Métodos

Diseño de investigación.

La presente investigación se realizó bajo el enfoque cuantitativo de nivel descriptivo, correlacional y comparativo, y a su vez, se tomó en cuenta como diseño de investigación el no experimental (Hernández & Mendoza, 2018).

Participantes.

La población estuvo conformada por 288 estudiantes de 1ero a 5to año de secundaria pertenecientes a una institución educativa privada de Lambayeque, de los cuales 65 fueron de 1ero, 57 fueron de 2do, 58 fueron de 3ero, 56 fueron de 4to y 52 fueron de 5to de secundaria, cuyo año electivo fue el 2022, siendo sus edades entre los 12 a 17 años, donde se utilizó el muestreo no probabilístico de tipo censal. Por lo que, se consideró como criterios de inclusión a estudiantes que se encontraron entre las edades correspondientes y que estos participen voluntariamente en la aplicación de los instrumentos; asimismo, se excluyó a estudiantes que no asistían de forma regular a clases o que fueran de intercambio; y se eliminaron los cuestionarios que fueron devueltos incompletos o que tuvieran más de una alternativa a una misma pregunta.

Técnicas e instrumentos.

La técnica que se utilizó fue la encuesta, la cual hace uso del cuestionario como instrumento, el cual está compuesto por una serie de afirmaciones, enunciados o interrogantes orientadas a la evaluación del constructo en cuestión.

Así pues, para la evaluación de la primera variable, se empleó el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) (**Ver Anexo A**), el cual fue elaborado por Escurra y Salas (2014) en el Perú y adaptado al mismo contexto por Vite (2018) teniendo como objetivo evaluar la ARS en adolescentes entre las edades de 13 a 19 años. Asimismo, está conformada por tres dimensiones (Obsesión por las redes sociales, falta de control personal y uso excesivo por las redes sociales), distribuidas en un total de 19 ítems, los cuales se califican bajo una escala Likert de 5 puntos (Nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre), en donde se aplicó un sistema de calificación de 5 puntos, donde 1 significa nunca y 5 significa siempre. Con lo que respecta a la validez del instrumento, fue realizada por medio de la técnica de jueces de expertos, asimismo, se evaluó el coeficiente de KMO logrando alcanzar un valor de 0.93 donde se consideró un puntaje alto y en cuanto a la confiabilidad el resultado de la aplicación se evidenció mediante el Coeficiente de Omega teniendo un de valor de .95; asimismo, se empleó el Coeficiente de Alfa de Cronbach donde los índices para la confiabilidad de las dimensiones fluctuaron entre .74 y .92. Aunado a ello, en la presente investigación se obtuvo una validez por análisis factorial exploratorio (AFE) en el que se obtuvo un coeficiente de KMO igual a 0.895, mientras que la confiabilidad fue evaluada por medio de alfa de Cronbach y omega de McDonald, obteniendo un coeficiente igual a 0.870 para escala general y para las dimensiones, el coeficiente osciló entre 0.716 y 0.775, con lo que se pudo asumir que el instrumento es válido y confiable para su aplicación.

Por otro lado, con lo que respecta a la segunda variable, se empleará la Escala de Procrastinación Académica (EPA) (**Ver Anexo B**), el cual fue elaborado por Busko (1998), adaptado al contexto peruano por Álvarez (2010) y validado en estudiantes por Rojas (2020), teniendo como objetivo evaluar la procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario. Este instrumento está compuesto por 16 ítems de los cuales al ser agrupadas miden dos dimensiones (postergación de actividades académicas y autorregulación académica), asimismo, todos los ítems se puntúan a partir de una escala de tipo Likert teniendo 5 opciones de respuesta (Nunca, Rara vez, Algunas veces, Casi siempre y Siempre), calificándose con un puntaje de 5 puntos. Las propiedades psicométricas del instrumento, muestran que la validez ha sido realizada a partir de la técnica de juicio de expertos, donde se evidencia que el muestreo de Kaiser-Meyer -Olkin logra alcanzar un valor de 0.819, indicando que todas las variables tienen un apropiado potencial explicativo, de la misma manera, se evidencia el test de esfericidad de Barlett, el cual logra alcanzar un valor significativo, ya que las correlaciones entre los reactivos de la escala permiten continuar de manera adecuada con el análisis factorial y esto se debe a que los ítems del instrumento se encuentran totalmente elevados y apropiados.

Además, la confiabilidad del instrumento se presenta a partir del Coeficiente de Alfa de Cronbach y el Coeficiente de Omega, respectivamente, donde en la dimensión autorregulación académica presenta un valor de .770 y .776, mientras que en la dimensión postergación académica presentan valores de .704 y .705. Aunado a ello, en la presente investigación se obtuvo una validez por análisis factorial exploratorio (AFE) en el que se obtuvo un coeficiente de KMO igual a 0.714, mientras que la confiabilidad fue evaluada por medio de alfa de Cronbach y omega de McDonald, obteniendo un coeficiente igual a 0.720 (α) y 0.732 (ω) para escala general; en tanto, en las dimensiones se determinó coeficientes que variaron entre 0.721 y 0.749, con lo que se pudo asumir que el instrumento es válido y confiable para su aplicación.

Procedimientos.

Como principal punto de partida para el acceso a la población de dicha investigación, se organizó una reunión de manera presencial con la directora de la institución educativa con el fin de poder explicar el tema de investigación y los objetivos de éste; asimismo, se solicitó a la directora el brindar sus datos completos y el número total de estudiantes pertenecientes a los grados de 1ero a 5to año de secundaria. Por otro lado, se redactó la carta de solicitud de la población, el cuál es emitido por la Escuela Profesional de Psicología. Luego de ello, se procedió a explicar de manera detallada el procedimiento y la coordinación de los horarios para la aplicación de ambos instrumentos; además, se entregaron los consentimientos informados (**Ver Anexo C**) para que sean alcanzados y firmados por los padres de familia, dando así, la autorización a sus hijos a participar en la realización de los cuestionarios. Cabe resaltar, que se respetó y veló las normas de bioseguridad (uso de mascarilla y el número total de vacunas) expuestas por la institución educativa.

La aplicación de ambas escalas se llevó a cabo de manera presencial en el horario de clases de los estudiantes, antes de la realización de dichos cuestionarios, se le entregó a cada estudiante el asentimiento informado (**Ver Anexo D**) para que participen en el estudio de investigación, explicándoles de forma específica el propósito, la confidencialidad al no mostrar su identidad y el tiempo de duración de cada instrumento. Luego de ello, se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos, teniendo un tiempo de duración de 30 minutos. Al culminar la evaluación, se verificó que los cuestionarios tengan todos los ítems respondidos y que no muestren la identidad de los estudiantes. Finalmente, se hizo la devolución de los resultados globales de los estudiantes en cuanto a las escalas de adicción a las redes sociales y procrastinación académica a la directora de la institución educativa.

Aspectos éticos.

La presente investigación fue evaluada y aprobada por el comité de ética de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo.

Por otro lado, se tomó en consideración el cumplimiento de los principios éticos establecidos en el Informe de Belmont según la National Commission for the Protection of Human (1979), en donde se cumplió con el primer principio de respetar a las personas, el cual se evidencia a partir de los consentimientos y asentimientos que fueron entregados a los padres de familia y a los estudiantes, se especificó aspectos relevantes de la investigación, como la confidencialidad al no mostrar su identidad, el propósito y los derechos que tienen con respecto a su participación; se respetó de manera fundamental la autonomía del participante, señalando su voluntariedad al participar o no en la realización de la investigación, reconociéndose su libertad individual, el cual le va a permitir retirarse de la aplicación del proyecto cuando el estudiante lo solicite; de la misma manera, se respetó los derechos de autor, citando y referenciado adecuadamente la información seleccionada. Asimismo, la investigación cumplió con el principio de beneficencia, donde se priorizó el bienestar de los estudiantes en cuanto a la participación del estudio, previniendo la existencia de algún tipo de daño o riesgo en la

aplicación de estos, exponiendo los beneficios de su participación, como el que puedan recibir la ayuda psicológica respectiva a estudiantes que presenten niveles altos y medios de adicción a las redes sociales y procrastinación académica, así como la devolución de los resultados que solicite la institución. Además, la investigación cumplió con el principio de justicia, ya que se veló de manera primordial el trato equitativo, sin excluir a ningún participante por su raza, sexo, religión o nivel socioeconómico, dando las mismas oportunidades y beneficios para cada estudiante.

Por último, el proyecto fue analizado mediante el programa de antiplagio Turnitin, donde se obtuvo como resultados, una similitud de 18%.

Procesamiento y análisis de datos.

Una vez obtenidos los resultados, se procedió a organizar la información en un programa estadístico para ordenar la información obtenida de los cuestionarios. Tras ello, los datos fueron transportados para su procesamiento en el software estadístico Jamovi, en el cual se procedió a analizar los datos para cumplir los respectivos objetivos de la investigación.

En primer lugar, se procedió a realizar un procesamiento para reafirmar la validez y confiabilidad de los instrumentos de medición, para lo que se empleó el AFE y los coeficientes de alfa de Cronbach y omega de McDonald; asimismo, se determinó la baremación correspondiente para el establecimiento posterior de los niveles prevalentes en cada variable. Posteriormente, se realizó el análisis de la prueba de normalidad, a través de la prueba de Shapiro-Wilk (**Ver Anexo E**), esto nos permitió identificar la distribución de los datos, que determinó el uso de la prueba no paramétrica Rho de Spearman para establecer la correlación de las variables y las dimensiones de la Adicción a las redes sociales con Procrastinación Académica.

Resultados y Discusión

Relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica

Los datos de la tabla 1 exponen el vínculo entre las variables de estudio adicción a las redes sociales y procrastinación académica, encontrando que no existe relación estadísticamente significativa.

Tabla 1

Correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica

		Adicción a redes sociales
Procrastinación académica	Rho de Spearman	-0.005
	valor p	0.938

La relación no significativa dada entre adicción a redes sociales y la procrastinación académica permite entender que, la población discente involucrada puede presentar, o no, adicción redes sociales y ello no significa que presenten tendencia a procrastinar en sus actividades académicas. Esto puede deberse a las características de la población de estudio, quienes muchas veces pueden ejercer una organización adecuada de sus actividades diarias, pudiendo con ello cumplir con el desarrollo de cada una, además de utilizar las redes sociales con total control y sin descuidar sus responsabilidades académicas.

En esa línea, se asume que no se cumple con la hipótesis planteada y esto presenta una discrepancia con los de investigaciones precedentes, debido a las características sociodemográficas de la población, dado que en estas últimas se ha tomado en cuenta a sujetos residentes en localidades como Lima, donde la realidad de los constructos de interés en la presente es sumamente diferente, haciéndose entrever en aspectos como el grado de exigencia en la formación académica o en la utilización de las plataformas digitales.

Así, un estudio desarrollado en una población escolar de Lima encontró que, los constructos sí se relacionaron de forma significativa y directa; es decir, a mayor procrastinación académica, mayor adicción a las redes sociales podría percibirse en esta población (Camacho, 2022). De esto, se asume que, la adicción a redes sociales se caracteriza por manifestarse como una necesidad compulsiva por estar activo en éstas para experimentar placer y evitar la ansiedad que podrían experimentar al desconectarse, lo cual se encontraría íntimamente relacionado con una marcada afectación en los diferentes ámbitos de vida personal (Watson, 2015), tal como lo propone el modelo de adicción biopsicosocial, en el cual reconoce que la persona adicta a las redes sociales presenta un enfoque total sobre el mundo virtual (Griffiths, 2005). No obstante, en la presente investigación, ello no conlleva necesariamente a que el estudiante procrastine en sus actividades académicas, entendiéndose por procrastinación a la incapacidad para desarrollar una tarea a tiempo (He, 2017), misma que es generada por el temor a fracasar, desmotivación, indiferencia o desconfianza en sí mismo (Okoiye & Nlemadim, 2017), conllevando a desencadenar múltiples sensaciones negativas, dejando de lado sus responsabilidades, metas, entre otros aspectos de importancia, como lo menciona el modelo psicodinámico de Baker (1979).

Nivel de adicción a redes sociales

La tabla 2 pone de manifiesto que los porcentajes del nivel de adicción a redes sociales entre los adolescentes de una institución educativa privada de Lambayeque, son similares.

Tabla 2

Nivel de adicción a redes sociales

Adicción a redes sociales	%
Bajo	35.10
Medio	31.60
Alto	33.30

La adicción a las redes sociales, como problemática actual, vulnera la salud mental, afecta la calidad de las relaciones interpersonales y limita la capacidad de concentración y productividad en la vida cotidiana, el grupo susceptible al mismo es el adolescente, puesto que se encuentra en una etapa de desarrollo psicoemocional y social particularmente vulnerable, caracterizada por la búsqueda de identidad, validación externa y pertenencia, lo cual los hace más propensos a establecer una dependencia psicológica hacia las redes sociales; aunque los

resultados según sus niveles reflejen similitud, no obstante, es preciso señalar que existe la presencia de este fenómeno en un grupo reducido que amerita su atención, su presencia estaría caracterizándose a que el adolescente se dedique varias horas al uso de dispositivo digitales, específicamente, en las redes sociales, retirándolo de actividades saludables.

Asimismo, los resultados se asemejan a los hallazgos de investigaciones como la de Zabala (2021), en la que se encontró una prevalencia del nivel bajo en la ARS entre estudiantes escolares, este resultado puede deberse a las características socioculturales bajo las que cada investigación fue desarrollada, mismas que influyen en la edad en que se permite a los menores el uso de dispositivos tecnológicos y, a su vez, el acceso a plataformas digitales como las redes sociales. En este contexto, dicho acceso parece estar regulado, adecuado y equilibrado, lo que ha contribuido a que el uso de redes sociales no sea desmedido ni mucho menos interfiera significativamente con el desarrollo de otras actividades u labores por parte de los estudiantes. Sin embargo, difiere de los resultados expuestos en otros estudios como los de Paredes (2019), Hernández (2020) y Maldonado (2019) dado que a pesar de que en estos últimos también se encuentran mayor incidencia en el nivel bajo, se identifica que esta es en más del 50% de los estudiantes respectivamente, mientras que en la presente investigación se evidencia solo en más del 30%.

De este modo, según el modelo explicativo plantea que un comportamiento se considera adictivo cuando su uso excesivo genera problemas clínicos significativos, afectando aspectos relevantes de la vida de una persona, como su entorno social o rendimiento académico (Escrura & Salas, 2014). No obstante, en la investigación realizada, los niveles de uso de redes sociales entre los estudiantes no alcanzan niveles clínicos alarmantes, ni interfieren de forma significativa en su vida diaria, lo cual podría estar influenciada por factores socioculturales o educativos que promueven una relación más consciente y equilibrada con la tecnología (Terán, 2019).

Nivel de procrastinación académica

En la tabla 3 se da a conocer el nivel de procrastinación académica existente entre los discentes de secundaria de una institución educativa privada de Lambayeque, estableciendo que el nivel bajo alcanzó un 36.10%.

Tabla 3

Nivel de procrastinación académica

Procrastinación académica	%
Bajo	36.10
Medio	29.20
Alto	34.70

La procrastinación académica es una problemática de alto impacto en el ámbito educativo, ya que implica el aplazamiento intencional de tareas escolares, afectando el

rendimiento académico de los estudiantes, siendo los adolescentes el grupo más vulnerable, esta conducta se ve agravada por el uso excesivo de las redes sociales ya que actúan como una fuente constante de distracción y gratificación, dificultando el desarrollo de hábitos de estudio y el manejo efectivo del tiempo; a pesar de que los resultados, según los niveles evaluados, el porcentaje del nivel bajo se presenta cercano al nivel alto, es fundamental señalar la existencia de esta problemática en un grupo reducido de estudiantes que requiere especial atención. La manifestación de esta conducta se caracteriza por la tendencia a posponer las responsabilidades académicas, lo cual puede resultar perjudicial no solo para su desempeño escolar, sino también para su desarrollo personal y emocional, ya que genera un ciclo de evitación, culpa e ineficacia que compromete su bienestar general.

En esa línea de ideas, se ha determinado que los resultados presentan cercanía a un estudio precedente que ha sido llevado a cabo en Piura (Hernández, 2020), donde encontraron niveles bajos de procrastinación académica en la población adolescente, lo que pudo haber sido causado por la adecuada organización de las actividades académicas instaurada por los docentes sobre los escolares; además, es válido recalcar que, la similitud encontrada de los resultados con los antecedentes toma lugar en la incidencia de departamentos ubicados geográficamente en una misma región, lo cual permite asumir que la dinámica de instrucción en la gestión del tiempo para el desarrollo de actividades académicas es semejante. En relación con ello, los discentes con bajos niveles de procrastinación son quienes se encuentran académicamente comprometidos, concentrándose por completo en el desarrollo de sus actividades y en la consecución del aprendizaje continuo (Alrashidi et al., 2016).

En tanto, los resultados también se acercan a lo determinado en investigaciones ejecutadas en el contexto internacional, como en Ecuador (Maldonado, 2019), se ha encontrado que los estudiantes de secundaria ejercían una PA a un nivel prevalentemente bajo; es decir, presentaban menor tendencia a aplazar el desarrollo de sus actividades académicas, lo cual podría deberse al contexto en el que se llevó este estudio, dado en que se sigue un dinamismo sociocultural y, por tanto, modos de gestión de actividades en las que se preste mayor atención a las académicas.

Asimismo, los hallazgos del presente estudio, que evidencian un mayor porcentaje del nivel bajo de procrastinación académica en los estudiantes, permiten interpretar que, si bien la procrastinación puede estar asociada a factores emocionales y cognitivos como el temor al fracaso o la desmotivación (Alrashidi et al., 2016), en este caso particular, dichos elementos no parecen ejercer un dominio significativo en la conducta académica de los estudiantes. Desde el modelo propuesto por Steel (2007), esto podría explicarse por una adecuada organización académica y las estrategias de afrontamiento empleadas por los estudiantes frente a sus obligaciones. En otras palabras, los estudiantes demostrarían una mayor capacidad de autorregulación y proactividad, lo cual favorece una actitud más comprometida y oportuna frente a sus labores académicas.

Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica según el sexo

La tabla 4 señala una diferencia significativa según el sexo para la variable ARS, observándose un puntaje mayor en la población femenina. Mientras que, para la variable PA, no se presentó una diferencia significativa, dado que se obtuvo un valor de p superior al 0.05.

Tabla 4

Comparación de adicción a redes sociales y procrastinación académica según el sexo

Variables	Grupo	N	M	Me	SD	U de Mann-Whitney	p
Adicción a redes sociales	Varón	153	30	29	10.7	7934	< .001
	Mujer	135	34	33	11.5		
Procrastinación académica	Varón	153	52	50	8.07	9827	0.478
	Mujer	135	52	52	8.27		

La diferencia significativa hallada en la variable ARS da a conocer que, son las mujeres quienes presentan mayor inclinación a utilizar con frecuencia las redes sociales. En tanto, ello no ocurre con la variable procrastinación académica, en la que no existe diferencia estadística significativa; es decir, puede darse en la misma medida tanto en varones como en mujeres.

Así, los resultados obtenidos de ARS difieren de los develados por un estudio ejecutado en Puno, quienes encontraron que tanto varones como mujeres escolares presentaron el mismo grado de ARS (Yana et al., 2022), siendo esta diferencia la que se justificaría en que este último estudio fue desarrollado en el contexto sociodemográfico de la sierra peruana, donde el uso de dispositivos digitales es mucho más bajo que en el contexto costero, que es donde se ha desarrollado la presente, por lo cual la probabilidad de acceso a redes sociales es carente tanto para varones como para mujeres, lo que configuraría un factor que conduce a que los involucrados sientan la necesidad de estar más tiempo activos en redes sociales durante el tiempo que tengan disponible tal recurso.

Sin embargo, los datos estadísticos en mención guardan relación con los expuestos en el estudio desarrollado en adolescentes escolares de Ecuador, en quienes se encontró que eran las mujeres quienes tienen mayor tendencia a hacer un uso excesivo de las redes sociales (Bedón, 2023). Esta similitud puede deberse a las características propias de las mujeres en la edad adolescente que es cuando buscan encontrarse en mayor contacto social con su contexto circundante, para lo que se agencian de diferentes herramientas entre las que se encuentran los aparatos digitales que facilitan el acceso a internet y, por tanto, a las redes sociales. En esa línea, la literatura existente reconoce que las personas con problemas de adicción a las redes sociales tienden a privarse del sueño, haciendo que este último tenga una duración inferior a las 5 horas diarias; asimismo, suelen descuidar tareas fundamentales en su ámbito personal, académico, familiar, etc. porque su prioridad es estar conectado; además, las personas cercanas a su entorno observan su comportamiento y los efectos nocivos (Escurra & Salas, 2014). Aunado a ello,

también es probable percibir una inestabilidad en las emociones, reflejada por medio de irritabilidad, ansiedad y depresión (Echeburúa & Requenses, 2012).

Por otro lado, en lo que respecta a los resultados de PA, los resultados presentan semejanza con el estudio desarrollado en Puno, en el que se determinó la inexistencia de una diferencia significativa, dejando vislumbrar la prevalencia de un nivel alto en estudiantes de ambos sexos (Yana et al., 2022), lo que da a entender que el ejercicio de la procrastinación académica es indistinto de lugar de residencia, ya que mientras que en contexto costero del Perú las actividades académicas pueden ser aplazadas por actividades de ocio, en la zona sierra pueden serlo por actividades de trabajo.

De este modo, los resultados de procrastinación académica se sustentan teóricamente al reconocerlo como un problema acontecido desde tiempos inmemoriales, pues los involucrados tienden redireccionar la atención de una tarea o responsabilidad hacia alguna otra de mayor prioridad o placer para ellos, lo cual es sumamente indiferente al sexo de la persona, es decir, tanto varones como mujeres pueden aplazar el desarrollo de sus actividades por sentirse incapaz de completarlas, presentando tendencia a buscar el desarrollo de otra actividad más placentera (He, 2017).

Relación de dimensiones de adicción a redes sociales y procrastinación académica

La tabla 5 presenta datos numéricos que dan a conocer el grado de correlación entre la variable de estudio PA y las dimensiones de ARS, logrando identificar que no existe relación estadísticamente significativa.

Tabla 5

Correlación entre las dimensiones de adicción a redes sociales y procrastinación académica

		Obsesión por redes sociales	Falta de control personal	Uso excesivo de redes sociales
Procrastinación académica	Rho de Spearman	0.031	-0.007	-0.046
	valor p	0.598	0.902	0.433

Esta relación no significativa quiere decir que la población discente involucrada en el presente acto investigativo puede ejercer una procrastinación académica, o no, y ello no repercutiría sobre su inclinación por utilizar las redes sociales. Del mismo modo, podría existir o no una ARS en cualquiera de sus dimensiones (obsesión, falta de control o uso excesivo) y ello no influye en la PA.

Los resultados no guardan relación con las investigaciones expuestas, como el desarrollado en la población de San Juan de Miraflores, en la que se encontró que las dimensiones obsesión y uso excesivo de la variable ARS tienen una relación significativa con la procrastinación académica, dejando entrever que, el uso desmedido de las redes sociales puede conllevar a que los involucrados ejerzan una procrastinación en la ejecución de sus actividades académicas (Camacho, 2022). Dicha diferencia de resultados puede deberse a las

cualidades sociodemográficas de la población escolar con la que se ha trabajado en cada indagación, puesto que la realidad de las variables en el distrito limeño es totalmente distinta a la que puede percibirse en el contexto de chiclayano, lo cual se pone de manifiesto a través de la exigencia académica o en la utilización de las plataformas digitales, así como en la gestión de actividades a desarrollar en el día a día.

En este sentido, aunque los hallazgos del presente estudio sugieren una relación no significativa; esta discrepancia evidencia la necesidad de diferenciar entre el uso intensivo de redes sociales y una procrastinación propiamente dicha. Tal como señalan He (2017) y Anierobi et al. (2021), la procrastinación académica debe entenderse como una tendencia a posponer tareas importantes a favor de otras más placenteras, siendo una manifestación de evasión más que de simple distracción. En este sentido, se reconoce que la procrastinación académica va más allá del uso de redes sociales; implica también factores emocionales, motivacionales y de autorregulación que deben analizarse con mayor profundidad.

Conclusiones

La adicción a las redes sociales y la procrastinación académica no se relacionan, dando a entender que la presencia de una conducta adictiva hacia el uso de redes sociales no implica, de manera determinante, la existencia de conductas procrastinadoras en el ámbito académico por parte de los estudiantes.

Los niveles de adicción a las redes sociales, presentan similitudes en sus porcentajes (bajo, medio y alto), no obstante, es necesario recalcar que existe un grupo reducido de estudiantes que presentan adicción a las redes sociales, los cuales se caracterizan por la reincidencia de revisar las redes sociales en su teléfono, baja autoestima, validación por otros grupos sociales, bajo rendimiento académico, etc.

Los niveles de procrastinación académica, presentan cercanía en sus porcentajes (bajo y alto), no obstante, es necesario señalar que existe un grupo reducido de estudiantes que presentan procrastinación académica, los cuales se caracterizan por la falta de hábitos de estudio, dificultad para concentrarse, retraso constante en iniciar tareas escolares, distracción de las redes sociales, etc.

De acuerdo con el sexo de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lambayeque, la adicción a las redes sociales presenta una diferencia significativa y es más notorio en el sexo femenino; mientras que, en la procrastinación académica no existe una diferencia significativa.

No se encontró relación significativa entre las dimensiones de adicción a las redes sociales (obsesión por redes sociales, falta de control personal, uso excesivo de redes sociales) con la variable procrastinación académica.

Recomendaciones

Se recomienda a los investigadores, dar continuidad al estudio de las variables en grupos poblacionales diferentes, adoptando una metodología comparativa que considere características sociodemográficas, así como un diseño experimental que ponga a prueba planes de acción

psicológica para mitigar el uso excesivo de plataformas digitales o el desplazamiento de responsabilidades.

Por otro lado, se recomienda que la institución educativa diseñe e implemente planes de intervención dirigidos a los estudiantes que presentaron niveles medios y altos tanto en adicción a las redes sociales como en procrastinación académica. Asimismo, se sugiere desarrollar programas preventivos orientados a sensibilizar sobre los efectos negativos de estas conductas, con el objetivo de evitar su progresión y mitigar su impacto en el rendimiento académico, el desarrollo social y la participación en actividades recreativas de los estudiantes.

Por último, se recomienda a los docentes incluir actividades, en su programación pedagógica, que instauren y fortalezcan en los estudiantes la organización de actividades, con el propósito de seguir mitigando la procrastinación académica.

Referencias

- Alrashidi, O., Phan, H. & Ngu, B. (2016). Academic engagement: An overview of its definition, dimensions and major conceptualisations. *International Educational Studies*, 9 (12), 41-52. <http://dx.doi.org/10.5539/ies.v9n12p41>
- Álvarez, Ó.R (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, (13), 159-177.
- Anderson, M. & Jiang, J. (2018). Teens, social media and technology. *Pew Research Centre and American Life Project*.
- Anierobi, E.I., Etodike, C.E., Okeke, N.U., & Ezennaka, A.O. (2021). Social Media Addiction as Correlates of Academic Procrastination and Achievement among Undergraduates of Nnamdi Azikiwe University Awka, Nigeria. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 10(3), 20-33. <http://dx.doi.org/10.6007/IJARPED/v10-i3/10709>
- Bedón, J. (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 Institucional de la UTA. <https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/38600>
- Busko, D.A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model* [Tesis de licenciatura, University of Guelph]. <https://hdl.handle.net/10214/20169>
- Camacho, M. (2022). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de San Juan de Miraflores, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la UAutónoma. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/1784>
- Chinaza, K., Ikwuka, O., & Oyinyechi, M. (2020). Does the Association of Social Media Use with Problematic Internet Behaviours Predict Undergraduate Student's Academic Procrastination? *Canadian Journal of Learning and Technology*, 46(1), 1-22. <https://doi.org/10.21432/cjlt27890>
- Diario Gestión (26 de marzo del 2022). *Acceso de niñas, niños y adolescentes a Internet a través de smartphone crece 75%*. <https://gestion.pe/economia/acceso-de-ninas-ninos-adolescentes-a-internet-a-traves-de-smartphone-crece-75-noticia/>
- Duru, E. & Balkis, M. (2017). Procrastination, self-esteem, academic performance, and wellbeing: A moderated mediation model. *International Journal of Educational Psychology*, 6(2), 97-119. <https://doi.org/10.17583/ijep.2017.2584>
- Echeburúa, E. & Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96. <http://dx.doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Echeburúa, E. & Requenses, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y a las nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Ediciones Pirámide.
- Ektiricioğlu, C., Arslantaş, H. & Yüksel, R. (2020). The Disorder of the Era in Adolescents: Technology Addiction. *Archives Medical Review Journal*, 29(1), 51-64. <https://doi.org/10.17827/aktd.498947>

- Escurra, M. & Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit: Revista de Psicología*, 20(1), 73-91.
- Ferrari, J., Johnson, J. & McCown, W. (1995). Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment. *Springer Science*. https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6_4
- Griffiths, M. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *Taylor & Francis Online*, 10(4), 191 – 197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- He, S. (2017). A multivariate investigation into academic procrastination of University Students. *Open Journal of Social Sciences*, 5(10), 12-24. 10.4236/jss.2017.510002
- Hernández, V.M. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de 5to de secundaria de Piura* [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/59747>
- Hernández, R. & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. Editorial Mc Graw Hill Education.
- INEI. (2018). Población que utiliza internet incrementó frecuencia de uso. Instituto Nacional de Estadística e Informática.
- Maldonado, M. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de 2° y 3° de BGU de la unidad educativa Ancón - Ecuador*. [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Digital Institucional - UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/48281>
- Moreta, R., Durán, T. & Villegas, N. (2018). Regulación Emocional y Rendimiento como predictores de la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Educación*, 13(2), 155-166. <https://doi.org/10.23923/rpye2018.01.166>
- National Commission for the Protection of Human Subjects of Biomedical and Behavioral Research (1979). The Belmont Report. Washington. US Government Printing Office.
- Okeke, N. & Anierobi, E. (2020). The influence of social media on aggressive behaviours of in-school adolescents in Anambra State. *Journal of Nigerian Academy of Education*, 16 (1), 279-292.
- Okoiye, O. & Nlemadim, M. (2017). Impact of academic procrastination and study habit on expressed mathematics anxiety on junior secondary school students in Esan SouthEast, Edo State, Nigeria. *British Journal of Psychology Research*, 5(1), 32-40.
- Oriol, X., Gonzales, L., Amutio, A. & Bisquerra, R. (2016). Hábitos relacionados con la relajación y la atención plena de estudiantes de secundaria: influencia en el clima de aula y el rendimiento académico. *Revista de Psicodidáctica*, 21(1), 121-138. 10.1387/RevPsicodidact.13866
- Paredes, A.M. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa del Distrito de Paiján*. [Tesis de Maestría, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37872>
- Quant, D. & Sánchez A. (2012). Procrastinación, Procrastinación Académica: Concepto e Implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 3(1), 45-59.

- Rojas, L. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas del Distrito de Puente Piedra, 2019*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/41769>.
- Rothblum, E., Solomon, L. & Murakami, J. (1986). Affective, cognitive, and Behavioral differences between high and low procrastinators. *Journal of counseling psychology*, 33(4), 387-394. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Terán, A. (2019). Ciberadicciones: Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC). *Lúa Ediciones*, 3(0), 131-141.
- Traş, Z. & Gökçen, G. (2020). Academic Procrastination and Social Anxiety as Predictive Variables Internet Addiction of Adolescents. *Canadian Center of Science and Education*, 13 (9), 23-35. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n9p23>
- Türel, Y. & Dokumaci, O. (2020). Use of media and technology, academic procrastination, and academic achievement in adolescence. *Participatory Educational Research (PER)*, 9(2), 481-497. <https://doi.org/10.17275/per.22.50.9.2>
- Vargas, M. (2017). Academic procrastination: The case of Mexican researchers in psychology. *American journal of education and learning*, 2(2), 103-120. <https://doi.org/10.20448/804.2.2.103.120>
- Vite, C. (2018). *Adaptación del Cuestionario de adicción a las redes sociales en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de cuatro colegios públicos-Independencia*. Lima. [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29854>
- Smith. R.L. (2015). Treatment strategies for substance and process addictions. *American Counseling Association*.
- Yakut, E. & Kuru, O. (2020). The role of social media usage purposes in the relationship between social media addiction and academic procrastination behaviour: A structural equation model study. *Business and Management Studies: An International Journal*, 8(2), 2193-2214. <https://doi.org/10.15295/bmij.v8i2.1503>
- Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D.Y., Alanoca-Gutierrez, R., & Casa-Coila, 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. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Zabala, S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio* [Tesis licenciatura, Universidad Santo Tomás]. Repositorio Institucional - Universidad Santo Tomás. <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/33756>

Anexos

Anexo A

Cuestionario de adicción a las redes sociales (ARS)

versión adaptada ARS

(Vite, 2018)

Sexo:

Edad:

Grado:

A continuación, se presentarán 19 ítems referidos al uso de las redes sociales, por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas.

Marque un aspa (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. Sienta, piensa o hace:

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

Nº	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	R	N
1	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
2	El tiempo que utilizo en las redes sociales ya no me satisface.					
3	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
4	A penas despierto, ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	Me pongo de malhumor, cuando me privan de las redes sociales.					
6	Me siento preocupado(a), cuando tengo dificultades para conectarme a las redes sociales.					
7	Entrar y usar las redes sociales me relaja.					
8	Cuando entro a las redes sociales pierdo la noción del tiempo.					
9	Permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
10	Pienso en lo que pueden estar publicando mis contactos en las redes sociales.					
11	Debo controlar el uso de las redes sociales.					

N°	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	R	N
12	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
13	Me cuesta controlar mi hábito de uso continuo en las redes sociales.					
14	Cuando estoy realizando otras actividades, pienso en lo que estará pasando en las redes sociales.					
15	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
16	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
17	Estoy muy pendiente de las notificaciones de mis redes sociales.					
18	He descuidado las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
19	Cuando estoy en clase sin conectarme a las redes sociales, me siento aburrido(a).					

Anexo B**ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA**

Adaptación: Óscar Álvarez (2010)

Validada: Rojas (2020)

Sexo:

Edad:

Grado:

Instrucciones:

A continuación se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece sus respuestas, tomando en cuenta lo siguiente:

S: SIEMPRE (Me ocurre siempre)**CS:** CASI SIEMPRE (Me ocurre mucho)**A:** A VECES (Me ocurre alguna vez)**CN:** POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)**N:** NUNCA (No me ocurre nunca)

N°	ÍTEMS	S	CS	A	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 clases.					
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.					

N°	ÍTEMS	S	CS	A	CN	N
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 C

**Consentimiento para participar en un estudio de investigación
- padre de familia -**

Instituciones	: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo – Institución: I.E.P "La Anunciata"
Investigador	: Alisson Dayana Dávila García
Título	: Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lambayeque, 2022.

Señor padre de familia:

Se le solicita leer detenidamente cada punto del documento, en donde se explica de manera detallada los aspectos a considerar para la participación de su menor hijo/a. Una vez finalizada la lectura, si usted concede la participación de su hijo/a, es necesario completar los datos personales presentados al final del documento.

Fines del Estudio:

Se le invita a participar del estudio con la finalidad de determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lambayeque, 2022.

Procedimientos:

Si usted acepta la participación de su menor hijo/a en este estudio, se le pedirá que responda a las preguntas de dos cuestionarios (Adicción a las redes sociales y Procrastinación académica), el tiempo estimado de la aplicación será de 30 minutos en total.

Riesgos:

No existen riesgos por participar en este estudio.

Beneficios:

Se le informará a su menor hijo/a de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de los test realizados.

Costos e incentivos

Usted no deberá pagar nada por la participación de su hijo/a en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas serán codificadas usando un número de identificación que garantiza la confidencialidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que participaron. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso de la información:

La información una vez procesada será eliminada.

Derechos del participante:

La participación es voluntaria. Su hijo(a) tiene el derecho de retirar el consentimiento para la participación en cualquier momento, sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunte al personal del estudio, Alisson Dayana Dávila García al Tel. 970490735.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que su hijo/a ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

CONSENTIMIENTO

Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) participe en este estudio, comprendo en que consiste su participación en el proyecto, también entiendo que puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento.

Padre de familia	Investigador
Nombre:	Nombre: Alisson Dayana Dávila García
DNI:	DNI: 73030933
Fecha:	Fecha:

Anexo D

Asentimiento para participar en un estudio de investigación (De 12 a 17 años)

Instituciones : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo – I.E.P "La Anunciata"
 Investigador : Alisson Dayana Dávila García
 Título : Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lambayeque, 2022.

Propósito del estudio:

Se le invita a participar del estudio con la finalidad de determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Lambayeque, 2022.

Procedimientos:

Si decide participar en este estudio tendrá que responder a dos test de aproximadamente 15 minutos cada uno.

Riesgos:

No existen riesgos por participar en este estudio.

Beneficios:

Se le informará de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de los test realizados.

Costos e incentivos

No deberá pagar por participar en el estudio. Igualmente, no recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

Confidencialidad:

Se guardará su información con códigos y no con nombres. Si los resultados son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de los participantes. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso de la información obtenida:

La información una vez procesada será eliminada.

Derechos del participante:

Si decide participar en el estudio, puede retirarte de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin daño alguno. Si tiene alguna duda adicional, por favor pregunta al personal del estudio, Alisson Dayana Dávila García al Tel: 970490735.

Si tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que has sido tratado injustamente puedes contactar al Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo: comiteetica.medicina@usat.edu.pe

ASENTIMIENTO

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo que significa mi participación en el estudio, también entiendo que puedo decidir no participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier momento.

Participante

Nombre:

DNI:

Fecha:

Investigador

Nombre: Alisson Dayana Dávila García.

DNI: 73030933

Fecha:

Anexo E**Tabla 6**

Prueba de normalidad por Shapiro Wilk de adicción a redes sociales y sus dimensiones, y procrastinación académica

	Obsesión por redes sociales	Falta de control personal	Uso excesivo de redes sociales	Adicción a redes sociales	Procrastinación académica
N	288	288	288	288	288
W de Shapiro-Wilk	0.957	0.97	0.988	0.983	0.98
Valor p de Shapiro-Wilk	< .001	< .001	0.02	0.001	< .001