



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA ACADÉMICO DE SICOLOGÍA

TESIS

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACION CON LA
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES
DE ENFERMERÍA TÉCNICA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS
2024**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA**

**AUTORES : BACH. PSIC. LOYDA FIORELLA ZEGARRA PAREDES
BACH. PSIC. LUCERO CELESTE MENDOZA
SHAPIAMA**

ASESOR : LIC. PSIC. JOSÉ DÍAZ GUERRERO, MGR.

SAN JUAN BAUTISTA, IQUITOS, PERÚ

2025



“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ - UCP

El presidente del Comité de Ética de la Universidad Científica del Perú – UCP

Hace constar que:

La Tesis titulada:

“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACION CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS 2024”

De las alumnas: **LOYDA FIORELLA ZEGARRA PAREDES Y LUCERO CELESTE MENDOZA SHAPIAMA**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, pasó satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de **11% de similitud**.

Se expide la presente, a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

San Juan, 23 de diciembre del 2024.

**Presidente del Comité de Ética e
Integridad Científica
Mgr. Arq. Jorge L. Tapullima Flores**

UCP_PSICOLOGIA_2024_T_LOYDAZEGARR ALUCEROENDOZA_VI_RESUMEN



Nombre del documento: UCP_PSICOLOGIA_2024_T_LOYDAZEGARRALUCEROENDOZA_VI_RESUMEN.pdf
ID del documento: 13e2987cab9137e9ab0e2eeb9ad4e3270e302e9e
Tamaño del documento original: 1,06 MB
Autores: []

Depositante: Chris Angela Ramirez Flores
Fecha de depósito: 19/12/2024
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 19/12/2024

Número de palabras: 17.128
Número de caracteres: 112.315

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.upla.edu.pe http://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/20.500.12848/4097/1/TESIS_FINAL.pdf 15 fuentes similares	1%		Palabras idénticas: 1% (179 palabras)
2	repositorio.upla.edu.pe Adición a redes sociales y procrastinación académica en ... https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/4097 21 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (161 palabras)
3	repositorio.continental.edu.pe https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/12059/2/IV_FHU_501_TE_Yupanqu... 13 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (157 palabras)
4	repositorio.autonoma.edu.pe https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2782/1/25.TORRES_QUISOCAL... 12 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (126 palabras)
5	Documento de otro usuario #03f884 El documento proviene de otro grupo 9 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (130 palabras)

Fuentes con similitudes fortuitas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	repositorio.upch.edu.pe https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12866/15456/Uso_LimaHuamani_Sonia...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (28 palabras)
2	www.scielo.org.pe Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en ad... http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992023000200002	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (32 palabras)
3	repositorio.upn.edu.pe https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/11537/35895/1/Minaya_Capcha_Greta_Alejandra.pdf	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (26 palabras)
4	repositorio.ucv.edu.pe https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49062/Torres_SPJ-SD.pdf?sequenc...	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (28 palabras)
5	repositorio.autonoma.edu.pe Adicción a las redes sociales y procrastinación acad... https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/2630	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (21 palabras)

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Con Resolución Decanal N° 520-2024-UCP-FCS, del 09 de setiembre de 2024, se designa jurado.

Con Resolución Decanal N° 027-2025-UCP-FCS, del 08 de enero de 2025, se autorizó la sustentación.

Siendo las 11:00 a.m. horas, del día martes 14 de enero de 2025, se constituyó de modo presencial el jurado para escuchar la presentación y defensa de la tesis: **ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024.**

Presentado por:

LOYDA FIORELLA ZEGARRA PAREDES

LUCERO CELESTE MENDOZA SHAPIAMA

Para optar el título profesional de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.**

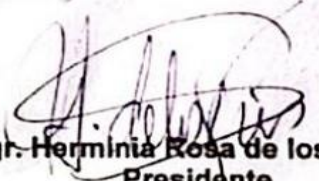
Como asesor: Lic. Psic. José Alberto Díaz Guerrero

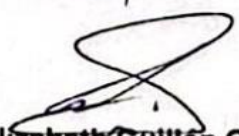
Luego de escuchar la sustentación y defensa ante las preguntas, el jurado pasó a la deliberación de forma reservada, llegando a la siguiente conclusión:

La sustentación es: *las respuestas fueron óptimas*
aprobada por unanimidad

A las Horas culminó el acto público.

En fe de lo cual los miembros del jurado firman el acta y comunican en acto publico


Psic. Mgr. Herminia Rosa de los Ríos Sosa
Presidente


Psic. Elizabeth Guillén Galdós
Miembro


Psic. Otto Denis Perea Torres
Miembro

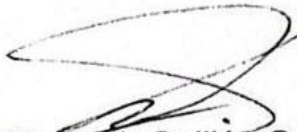
HOJA DE APROBACION

TESIS, DENOMINADO: ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA TÉCNICA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024.

FECHA DE SUSTENTACION: 14 DE ENERO DE 2025.



Psic. Mgr. Herminia Rosa de los Ríos Sosa
Presidente



Psic. Elizabeth Guillén Galdós
Miembro



Psic. Otto Denis Perea Torres
Miembro



Lic. Psic. José Alberto Díaz Guerrero
Asesor

DEDICATORIA

A mi madre, por su confianza en mí,
ha sido una fuente de motivación y
fuerza para superar los desafíos.

A mi hija Marella, por su sonrisa y
su amor incondicional, que me dio
el ánimo para seguir adelante y
cumplir esta meta. A ella le dedico
este logro, con la esperanza de que
en el futuro también luche por sus
sueños con determinación y
valentía.

LOYDA FIORELLA ZEGARRA
PAREDES

A mi madre, a mi esposo por el
apoyo, emocional, moral y
económico, que ha sido el pilar
fundamental para mantenerme
firme en este proceso y un gran
paso para poder crecer
profesionalmente.

LUCERO CELESTE MENDOZA
SHAPIAMA

AGRADECIMIENTOS

A Dios por la vida y salud y darme una madre que me enseñó el valor de la perseverancia, la dedicación y el esfuerzo. Cada uno de mis logros es un reflejo de los valores que me has inculcado.

A mi hija, tu risa es mi fuerza, tu amor, mi impulso. Este logro es tuyo, por ser siempre mi inspiración. Gracias por existir.

Al Lic. Luis Orejuela Arellano, Mgr., por el asesoramiento temático y metodológico.

LOYDA FIORELLA ZEGARRA
PAREDES

Agradezco en primer lugar y sobre todas las cosas a mi Dios por ser mi guía en este proceso lleno de retos, también a mi mamá por sus consejos, a mi esposo por siempre darme amor y comprensión y sobre todo a mi bebé que viene en camino es mi bendición más grande y mi inspiración.

LUCERO CELESTE MENDOZA
SHAPIAMA

Índice de contenido

	Pág.
Portada	i
Constancia de Originalidad del Trabajo de Investigación	ii
Acta de sustentación de tesis	iv
Hoja de aprobación	v
Dedicatoria	vi
Agradecimiento	vii
Índice de contenido	viii
Índice de Tablas	ix
Índice de figura	ix
Índice de cuadros	x
Resumen	xi
Abstract	xii
Capítulo I. Marco teórico	13
1.1. Antecedentes de estudio	14
1.2. Bases teóricas	18
1.3. Definición de términos básicos	45
Capítulo II. Planteamiento del problema	48
2.1. Descripción del problema	48
2.2. Formulación del problema	51
2.2.1. Problema general	51
2.2.2. Problemas específicos	51
2.3. Objetivos	52
2.3.1. Objetivo general	52
2.3.2. Objetivos específicos	52
2.4. Hipótesis	53
2.5. Variables	53
2.5.1. Identificación de las variables	54
2.5.2. Definición conceptual y operacional de las variables	53
2.5.3. Operacionalización de las variables	56
Capítulo III. Metodología	57
3.1. Tipo y diseño de investigación	57
3.2. Población y muestra	58
3.3. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos	60
3.4. Procesamiento y análisis de datos	63
3.5. Aspectos éticos	63
Capítulo IV. Resultados	65
Capítulo V. Discusión, conclusiones y recomendaciones	81
Referencias bibliográficas	88
Anexos	
Anexo I: Matriz de consistencia	
Anexo II: Carta de presentación	
Anexo III: Carta de autorización	
Anexo IV: Consentimiento informado	
Anexo V: Compromiso de honor	
Anexo VI: Declaración de autenticidad	
Anexo VII: Instrumentos de recolección de datos	

Índice de tablas		
Tabla.		Pág.
1	Características sociodemográficas en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	65
2	Niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	68
3	Niveles de adicción a las redes sociales según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	69
4	Niveles de las dimensiones de adicción a las redes sociales según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	70
5	Niveles de procrastinación y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	72
6	Niveles de procrastinación académica según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	73
7	Niveles de las dimensiones de procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	74
8	Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	75
9	Obsesión por las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	76
10	Falta de control personal y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	77
11	Uso excesivo de las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	78
12	Contraste de hipótesis	80
13	Sexo y adicción a redes sociales en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.	118
14	Sexo y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	119
15	Adicción a las redes sociales y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.	120
16	Obsesión por las redes sociales y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.	129
17	Falta de control personal y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.	121
18	Uso excesivo de redes sociales y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.	122

Índice de figura

Figura.		Pág.
1.	Histograma con curva de normalidad de las variables	79

Cuadro.	Índice de cuadros	Pág.
1.	Población y muestra de los estudiantes de la especialidad de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	58
2.	Baremos para la adicción a redes sociales	61
3.	Baremos para la procrastinación académica	62

Resumen

El estudio tuvo como finalidad determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

Investigación cuantitativa, básica, alcance descriptivo – correlacional, descriptivo y analítico, diseño no experimental transeccional, población conformada por 2235 estudiantes, utilizó un muestreo estratificado siendo la muestra 332, técnica encuesta, instrumentos escala de adicción a redes sociales de Ecurra y Salas, y la escala de procrastinación académica de Busko.

Los datos fueron analizados mediante el programa SPSS v25., consiguiendo los siguientes resultados: variable adicción a las redes sociales, el 77,7% tuvo nivel bajo, 21,4% nivel medio y 0,9% alto. Variable procrastinación académica, el nivel fue bajo en 69,6%; medio 29,5%; 0,9% alto. Concluye: La adicción a las redes sociales se relaciona con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas ($X^2= 174,184$; $gl= 4$; $p=0,000$).

Palabras claves: adicción, internet, procrastinación

Abstract

The purpose of the study was to determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination in technical nursing students of the Instituto Reyna de las Américas, 2024.

Quantitative research, basic, descriptive-correlational, descriptive and analytical scope, non-experimental transectional design, population of 2235 students, using a stratified sampling with a sample of 332, survey technique, Ecurra and Salas' social network addiction scale and Busko's academic procrastination scale.

The data were analyzed using the SPSS v25 program, obtaining the following results: social network addiction variable, 77.7% had a low level, 21.4% a medium level and 0.9% a high level. Variable academic procrastination, the level was low in 69.6%; medium 29.5%; 0.9% high. Conclusions: Addiction to social networks is related to academic procrastination in technical nursing students of the Instituto Reyna de las Americas ($X^2= 174.184$; $gl= 4$; $p=0.000$).

Key words: addiction, internet, procrastination.

CAPÍTULO I: MARCO TEÓRICO

1.1. ANTECEDENTES DE ESTUDIO

ANTECEDENTES DE ESTUDIOS INTERNACIONALES

Bedón, J. (2023), Ambato – Ecuador, alcanzó una investigación “Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato”. Relacionó la adicción de las redes sociales y la procrastinación. Investigación cuantitativa, alcance descriptivo correlacional, no experimental transversal, la población constituida por 205 participantes, la muestra fue censal. Utilizó la escala de procrastinación académica de Busko y la escala de riesgo de adicción a las redes sociales de ERA-RSI. Resultados: la autorregulación académica, tuvieron nivel medio los estudiantes en 53,7%; bajo 28,3%; alto en 18%. Postergación de actividades, los estudiantes manifestaron niveles altos en 51,2%; bajo 33,7% y medio 15,1%. Conclusión: no hay diferencias significativas en adicción a redes sociales entre hombres y mujeres. Evidencia relación significativa entre adicción a las redes sociales y la postergación de actividades ($p < 0,001$).

Ardila, I., et al. (2022), Villavicencio – Colombia, presentó un estudio “Adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia”, analizó los niveles de adicción a las redes sociales. Estudio cuantitativo, descriptivo, población conformada por 4237 alumnos, siendo la muestra 106 estudiantes. Utilizó el cuestionario de adicción a redes sociales ARS. Resultados: el acceso a internet fue en la universidad 11%, celular 68%, sala internet 2% y hogar 19%. La obsesión por las redes sociales fue severa 86,8%, moderado 12,3% y leve 9%. Falta de control, severa 50%, moderado 30,2%, leve 12,3% y normal 7,5%. Uso excesivo, severo 93,4%; moderado 5,7%; y leve 9%. Conclusión: nivel de adicción a

las redes sociales fue moderado 48,1%; leve 46,2%; severa 9% y Normal 4,7%.

Altamirano, C., y Rodríguez, M. (2021), Ambato – Ecuador, desarrolló un estudio “Procrastinación académica y su relación con la ansiedad”, relacionó la procrastinación académica y la ansiedad. Investigación cuantitativa, descriptiva – correlacional, incluyó población de 82 discentes, siendo la muestra 50 estudiantes, utilizó la escala de procrastinación académica de Busko. Resultados: los niveles de postergación de actividades fueron baja en mujeres 14% y varones 10%. Promedio mujeres 46%; varones 6%. Alta mujeres 18; hombres 6%. Autorregulación académica, con niveles bajos mujeres 8%; varones 2%; Promedio mujeres 38%; hombres 10%. Alta mujeres 32%; varones 10%. Conclusión: no evidencia diferencias significativas según el sexo. Los estudiantes de los últimos semestres muestran mayores niveles de postergación de actividades.

Antecedentes de estudios nacionales

Pari, F. (2024), Puno – Perú, desarrolló una investigación “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la carrera técnica de contabilidad del instituto superior tecnológico altiplano en el contexto de la pandemia por COVID-19”, relacionó el uso de redes sociales y procrastinación, estudio descriptivo - correlacional, no experimental transeccional, población conformada por 280 estudiantes, muestra 162. Utilizó el cuestionario para uso de redes sociales y el de procrastinación académica. Resultados: la procrastinación en los estudiantes fue alta 93,8%; media 6,3%. Uso de las redes sociales en los estudiantes fue alta 63,4%; medio 35,7%; bajo 0,9%. Conclusión: evidencia relación significativa entre el uso de redes sociales y procrastinación ($p < 0,05$).

Alor, J. (2023), Lima – Perú, realizó un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur”, correlacionó las variables de estudio. Investigación cuantitativa, básica, no experimental transeccional, correlacional, población de 1471 educandos, siendo la muestra 255 estudiantes. Usó la escala de procrastinación (EPA) y adicción a las redes sociales ARS. Resultados: los niveles de ARS en los estudiantes fueron alto 43,3%; bajo 32,2%; moderado 25,3. Los niveles de procrastinación académica fueron muy altos 39,6%; muy bajo 26,7%; bajo 19,2%; alto 14,5%. Conclusión evidencia relación significativa entre las variables de estudio ($p < 0,01$). Encontró relación entre la procrastinación con las dimensiones obsesión por las redes y falta de control personal. Pero no evidencia correlación entre la procrastinación y el uso excesivo de las redes sociales ($p > 0,05$).

Pariansullca, J. et al. (2022), Huancayo – Perú, realizó un estudio “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de un instituto privado”, relacionó el uso de las redes sociales y procrastinación. Investigación cuantitativa, básica, correlacional, no experimental transeccional. Población compuesta por 145 estudiantes, siendo la muestra censal. Usaron el cuestionario de adicción a redes sociales y el de procrastinación académica (EPA). Resultados: uso de redes sociales en estudiantes fue medio 59,2%; bajo 40,8%. Niveles de procrastinación en estudiantes fue muy bajo 62%; bajo 25,4%; promedio 12,6%. Encontró relación entre el uso de redes sociales y procrastinación ($p < 0,05$).

Aguilar, C. (2022), Huancayo – Perú, realizó un estudio “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada Lima”, relacionó la adicción a las redes sociales y la procrastinación. Investigación básica, descriptiva relacional, no experimental, población compuesta por 435 estudiantes, siendo la muestra 120 estudiantes. Empleó el cuestionario de adicción a las redes sociales ARS y la escala de procrastinación académica EPA. Resultados:

los niveles de adicción a las redes sociales de los estudiantes fueron 41,67% alto, medio 40,83%; bajo 17,50%. Los niveles de procrastinación fueron alto en 42,5%; medio 36,67% y bajo 20,83%. Conclusión: existe relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($p < 0,01$).

Arteaga, H., et al. (2022), Tarapoto – Perú, realizó un estudio “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la Selva Peruana”, correlacionó las variables de estudio. Diseño no experimental transversal correlacional, población y muestra fue 204 estudiantes. Utilizo la escala de procrastinación académica (EPA), y ARS para la adicción de uso de redes sociales. Resultados: los estudiantes mostraron en adicción a redes sociales nivel medio 38,3%; bajo 32,6%; alto 28,6%. Procrastinación: nivel medio 43,1%; bajo 31,3%; alto 25,7%. Conclusión: no existe relación entre la adicción a las redes sociales con la procrastinación ($p > 0,05$).

Bernuy, Y., y Carmen, C. (2021), Lima - Perú, realizó una investigación “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana”, vinculó la adicción a redes sociales y procrastinación. Analizó la correspondencia entre las variables. Estudio básico, no experimental transeccional, correlacional, población de 250,395 estudiantes, siendo la muestra 405. utilizó el cuestionario para ambas variables. Resultado: el nivel de los estudiantes en adicción a redes sociales fue medio en 59,5%; bajo 28,1%; alto 12,3%. Referente a la procrastinación académica, el nivel fue alto 42,7%; medio 35,1%; bajo 22,2%. Encontró correlación entre las variables de estudio ($p < 0,01$), también evidencia relación entre las dimensiones del uso de redes sociales y procrastinación académica ($p < 0,01$).

Torres, P. (2020), Trujillo – Perú, desarrolló un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una

Universidad Privada de Trujillo”, relacionó la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. Estudio descriptivo correlacional, no experimental, población conformada por 275 estudiantes. Utilizó la escala de adicción a las redes sociales ARS y escala de procrastinación (EPA). Resultados: la mayoría de los estudiantes presentó niveles bajo de adicción a las redes sociales en 57,8%; de igual manera en la procrastinación académica con nivel bajo en 70,9%. Conclusión: evidencia relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($p < 0,01$).

Esquivel, L. (2020), Trujillo – Perú, mostró un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Universidad Privada”, relacionó la adicción a las redes sociales y la procrastinación. Estudio sustantivo, descriptivo – correlacional, población integrada por 380 estudiantes, siendo la muestra 191. Utilizó la escala ARS para la adicción a las redes sociales y escala de procrastinación en adolescentes EPA. Resultados: nivel de los estudiantes en adicción a las redes sociales fue medio en 54,9%; alto 42,4%; bajo 2.6%. nivel de procrastinación en los dicentes fue alto 50%; medio 42%; bajo 8%. Conclusión. Evidencia relación significativa entre la adicción a las redes sociales y procrastinación ($p < 0,05$), existe relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y procrastinación.

ANTECEDENTES DE ESTUDIOS LOCALES

No se encontraron antecedentes de estudio con la misma unidad de análisis en nuestra localidad.

1.2 Bases teóricas

1.2.1 Adicción a las redes sociales

1.2.1.1. Definición de redes sociales

Son aplicaciones y sitios web que facilitan el intercambio de datos entre usuarios. Las plataformas ofrecen diversos contenidos como imágenes, textos, videos presentaciones, estando dirigidos al público en particular como jóvenes o adultos, muestran distintas finalidades, como entretenimiento oportunidades de trabajo, relaciones sentimentales, publicidad, sexo, ocio, diversión. El contenido puede ser compartido por diferentes usuarios. Generando controversia respecto a la intimidad y privacidad de los sujetos que usan estas redes para compartir sus opiniones, como mostrar fotos, etc. (Molina, R., 2023).

El uso de las redes sociales ha ido en aumento, sin embargo, la pandemia y el confinamiento lo incremento más. Las redes sociales como TikTok, Instagram, Facebook, WhatsApp, etc., son utilizadas por millones de sujetos de en todo el mundo donde intercambian información de forma diaria (Rodríguez, R., 2021). En el mundo virtual las redes sociales, son aplicaciones que operan en diferentes niveles. Como en relación, profesional, etc., pero siempre intercambiando datos, entre empresas o personas. Entre las importantes, esta, LinkedIn, Twitter, Facebook, o aplicaciones como TikTok, Instagram (Rd Station, 2024).

Llonch, E. (2024), indica que son plataformas de interacción en línea, ya que es parte de la vida diaria de los individuos y de las empresas. Donde los que participan de estas, podrán compartir imágenes, textos, videos sobre sus inquietudes diarias. Mientras las empresas aprovechan al público para ofrecerles su marca. La diferencia de las redes sociales a otras plataformas es que compartes, interactúas y podrás dar like. Acibeiro, M. (2024), manifiesta, que es una aplicación o página web, que sirve como herramienta para comunicarse entre las personas que la usan.

La Universidad Santander (2023), indica que son plataformas digitales, que otorgan la comunicación con otros sujetos y poder compartir todo su contenido, para que esto ocurra, la persona debe poseer un perfil, que brinde su presencia en la red y podrá interactuar de manera privada o no. Peiró, R. (2020), indica que son comunidades hechas por diversos usuarios u organizaciones que están vinculados entre sí en plataformas de la web. En estas plataformas, se podrán crear grupos y podrán intercambiar información y elementos multimedia.

1.2.1.2. Ventajas y desventajas de las redes sociales.

Según Molina, R. (2023) manifiesta lo siguiente:

Ventajas de las redes sociales

Las redes sociales han revolucionado la manera que concebimos e interactuamos la realidad propia, el crecimiento ha sido exponencial, en la actualidad el 85% de la población tienen acceso al internet que sirve de alguna red social. El porcentaje aumenta al 93% en jóvenes de 16 a 24 años, que son nativos digitales, que significa que no han tenido referencias de generaciones anteriores de los 80. Las redes sociales es un medio de comunicación entre los jóvenes, los demás sujetos la usan para estar informados y actualizados. Hasta la publicidad científica utiliza estos medios de divulgación.

Las redes sociales se convirtieron en fuente de información en distintos campos, aunque hallarla no es sencillo. Los profesionales y sociedad científicas usan el internet y las redes sociales, para la promoción y prevención de la salud. Llegando a miles de personas. Los centros sanitarios ponen a disposición para las personas herramientas digitales, fotos, guías On Line para sus pacientes, con esto llegan incluso a vinculaciones terapéuticas, pudiendo comunicarse los pacientes con patologías iguales, guardando el anonimato y sin tener respuesta al momento.

Es así que las redes sociales, ofrecen ventajas interesantes a la hora de informar al público sobre diversos temas.

Desventajas de las redes sociales

Las redes sociales se utilizaron en los años 90, fue la esperanza de oportunidad para la sociedad en evolución. Asimismo, se observó que el consumo pasivo de las redes sociales incrementa el sentimiento de soledad y desvinculación, se le relaciona con el incremento de depresión. Las consecuencias se verán a largo plazo. En la actualidad los especialistas atienden problemas con el cyberbullying, adicciones de comportamiento, cuadros de ansiedad y depresión vinculados con el mal uso de los medios.

Investigaciones muestran relación en el uso de las redes sociales con depresión, soledad, baja autoestima y ansiedad. El hecho que exista una relación entre el uso inadecuado de las redes sociales y la salud mental, no quiere decir que las redes sociales causan enfermedad mental. Pero esta vinculación causa – efecto es consistente en población joven. También muestra correlación inversa con la autoestima, es decir, a mayor uso de redes sociales menor autoestima

1.2.1.3. Adicción a las redes sociales

El incremento del uso de las redes sociales, en la actualidad es un problema, ya que cada vez más sujetos que usan diversos dispositivos y cada vez en una edad temprana. Esto en relación con los jóvenes perciben el deseo de engancharse más que los adultos, en ocasiones usar acarrea diversos problemas, siendo uno de ellos la adicción o uso excesivo a las plataformas, tiene los mismos síntomas que a la adicción de sustancias (Rodríguez, R., 2021).

Es el uso incontrolado y frecuente de espacio digitales como Facebook, Twitter, Instagram, un individuo es adicto cuando pierde el control de su uso y esquiva el funcionar normal de su vida. El sujeto adicto

goza al utilizar las redes sociales y no tiene en consideración las consecuencias negativas a largo plazo (Reyero, S., 2024). La adicción a las redes sociales se considera una enfermedad mental en progreso con mayores frecuencias en adolescentes en todo el mundo. Las redes son atractivos para los jóvenes ya que el funcionar implica interacción al momento (Centro de Investigación y Tratamiento de Adicciones, 2024).

La adicción a las redes sociales es un trastorno del comportamiento, donde el sujeto usa las redes de forma incontrolable, afectando negativamente en su vida personal, social y profesional. Hay individuos que viven pendientes de las redes por miedo a perder algo y desean saber que hacen los demás en todo momento. La persona adicta dedica mucho tiempo y energía consultando y esta adicción existe cuando hay incapacidad de minimizar el acceso frecuente, así tenga resultados inversos y las graves consecuencias que puede dar en su vida (Buencoco, 2023)

1.2.1.4. Síntomas y consecuencias de la adicción a las redes sociales

Síntomas

Según, Rodríguez, R. (2021), indica que los síntomas las frecuentes son:

- Aumento del tiempo que se pasa en redes.
- Tolerancia. – necesidad de tener que pasar mayor tiempo o realizar publicaciones para alcanzar las mismas sensaciones.
- Aislamiento social
- Dependencia psicológica. – imperiosa necesidad de poseer unos “likes” o “me gusta”, para sentirse alegres.

Otros síntomas pueden ser: inestabilidad emocional, necesidad de tener emociones fuertes, impulsividad.

Reyero, S. (2024), indica los siguientes síntomas:

- Ansiedad
- Depresión
- Obsesión por el uso de redes
- Aislamiento
- Dependencia
- Uso ininterrumpido de redes sociales
- No reconocer el problema
- Despiste
- No cumple sus responsabilidades

Estos síntomas de carácter psicológico se le debe añadir los síntomas de carácter físico (sedentarismo), exposición de la vista en la pantalla (ojos secos y dolor de cabeza).

El Centro de Investigación y Tratamiento de Adicciones (2024), manifiesta los síntomas que provoca la adicción a las redes sociales:

- Impulsividad. – actitud que muestra el adicto pudiendo ser violenta.
- Malestar emocional. – sucede al no recibir realimentación que desea.
- Intolerancia a los estímulos negativos. – cómo los físicos (insomnio, fatiga), psíquicos (disgustos).
- Búsqueda exagerada de emociones fuertes
- Aislamiento social
- Incremento de tiempo en las redes sociales.

Consecuencias

Asimismo, Rodríguez, R. (2021), manifiesta las siguientes consecuencias:

- Problemas de extroversión
- Baja autoestima
- Ansiedad

- Dependencia emocional
- Estilos de afrontamiento improductivos

Asimismo, Buencoco (2023), indica que diversas investigaciones sobre adicción a las redes sociales encontraron relación entre el uso excesivo de las redes y determinados problemas de salud mental. Ejemplo de eso, es el caso del joven gallego que en 2017 fue internado por 10 meses por su adicción al internet. Por este problema, descuido su trabajo, no se relacionaba con sus amigos y familiares porque no sabía cómo interactuar con ellos en la vida real. Por eso el uso desmedido trae las siguientes consecuencias:

- Depresión
- Aislamiento social
- Actividad física mínima
- Baja autoestima
- Ansiedad
- Falta de empatía
- Posible insomnio
- Dificultad en las relaciones personales
- Absentismo laboral o académico
- Problemas de rendimiento laboral o académico.

El Centro de Atención y Tratamiento de las Adicciones (2024), menciona las consecuencias más habituales son:

- Problemas de cuello, manos o dedos. – ocurre por la sobrecarga al utilizar de forma desmedida el teclado y pantalla,
- La distracción de consultar continuamente el estado del teléfono, y notificaciones puede ocasionar accidentes en la casa o fuera de ella, esto puede ser malo para el adicto, si no, para la familia, en otros países como España, una de las causas de mortalidad por el uso de forma

indebida del teléfono son los accidentes de carretera, usarlo en la calle produce, caídas, tropiezos, choques, atropellos.

- Problemas familiares o de pareja. – la desatención en el hogar, depender del teléfono, provoca discusiones, en ocasiones las relaciones se verán afectadas.
- Depresión, frustración, culpa, insatisfacción. – el uso desmedido, ocasiona que nos descuidemos de nuestras obligaciones, o por la distorsión de lo real en las redes y comparar nuestro estilo de vida con el de otros.
- Desempeño laboral académico deficiente. – ocurre porque se pierde la concentración en las labores y responsabilidades, ya que todo el tiempo estamos en el celular.
- Dependencia del teléfono. – situaciones de nervios, ansiedad, cuando no se puede hacer uso del celular, conducta violenta, por observar la comprobación de nuevas notificaciones en redes.
- Aislamiento social. – dificulta de comunicarse, soledad, y no poder entablar conversaciones con otros sujetos.

Rodríguez, C. (2024), manifiesta sobre las consecuencias, que Jorge Yamamoto experto en comportamiento humano, menciona tres impactos negativos, por el uso desmedido de las redes sociales como:

1. Atención fragmentada. – las personas pasan más de 50 horas semanales en las redes, y con esto no logran concentrarse, esto se observa en ambientes académicos donde los alumnos se distraen en sus clases a menudo.
2. Reducción de relaciones sociales naturales. – esta interacción se está erosionando, antes los infantes entendían y podían resolver dificultades, y se relacionaban con sus pares mediante los juegos y convivencia en sus barrios, en la actualidad, el hecho de cancelar amigos, y búsqueda en que entretenerse de forma rápida están condonando a experiencias pasadas.

3. Aumento de adicciones. – la adicción a las redes puede originar otras adicciones, como la ingesta de alimentos azucarados, bebidas, los jóvenes tienen deficiencias para esforzarse y obtener satisfacción mediante medios naturales y ellos prefieren la satisfacción rápida mediante las redes.

1.2.1.5. Causas de adicción a las redes sociales

El Centro de Investigación y Tratamiento de Adicciones (2024), indica que existen diversas causas, siendo algunas las siguientes:

- Uso normalizado. – si eres adicto a las redes sociales, probablemente sea porque la sociedad lo ve de manera normal utilizarlas todo el día.
- Facilidad de acceso. – tienen fácil alcance, todos tenemos acceso y disponer perfiles en múltiples dispositivos.
- Mayor autoestima. – se deriva por el incremento de seguidores en redes.
- Alimento del ego. – vinculado al filtrar nuestra vida.
- Si tienes ansiedad social. - las redes te ayudan no quedar solo en persona.

Buencoco (2023), manifiesta que la principal causa de la ciberadicción es que lo social media activan los centros de recompensa del cerebro que las demás sustancias. Existen diversos elementos que influyen en la adicción de las nuevas tecnologías:

- Aburrimiento
- Ansiedad
- Falta de autoestima
- Presión social
- Procrastinación

Marina, V. (2023), indica que la causa principal, es que los social media, impulsan los centros de recompensa del cerebro, que otras sustancias o comportamientos y estas son:

- La procrastinación
- Presión social
- Falta de autoestima
- Aburrimiento
- Soledad

Fábregas, X. (2020), indica las siguientes causas psicológicas:

- Evasión de lo real. – para algunos sujetos es una forma de evadir dificultades o afrontar situaciones complicadas en sus vidas.
- Necesidad de conexión social y validación. – buscar nuevas experiencias sociales y validarlas nos lleva a ser dependientes de las redes y otras formas de comunicación digital.
- Factores emocionales. - ciertas sujetos incursionan en el internet como manera de afrontar problemas emocionales o lo ven como vía de escape.
- Acceso continuo a dispositivos con internet. – tener acceso fácil nos ocasiona el desarrollo de esta adicción.

Varela, E. (2019), menciona las siguientes causas:

- Neuro-anatómicos. – los sujetos tienen modificaciones cerebrales, muy parecidas a los individuos con adicción a las drogas y ludopatía. Estas alteraciones del cerebro, están vinculadas con la planificación, atención y priorización. Esto indica, que los sujetos con adicciones escogen como primera opción el internet o las drogas a cosas básicas del día como dormir, comer.

- Biológicos. – estas personas con esta adicción presentan desequilibrio en sustancias químicas (neurotransmisores), es por eso que los niveles de dopamina, serotonina son bajos en los sujetos en general.
- Individuales. – los sujetos con dificultad de relacionarse, tímidos, poseen mayor riesgo de poseer la adicción a las TIC, ya que esto facilita la comunicación sin que le vean el rostro a la persona.
- Elementos vinculados con internet. – las recompensas que da internet hacen que sea fácil ser adicto, al iniciar sesión, nos otorga información positiva que hace que el individuo lo vuelva a consultar.

1.2.1.6. Tipos de adicciones a las redes sociales

Buencoco (2023), indica que la ciberadicción se da en diversas formas y no todos los sujetos sufren todas estas variantes. Los tipos son:

1. Adicción a la navegación. – utilizar periodos largos de tiempo, sin propósito específico.
2. Adicción a la validación social. – necesidad de obtener aprobación de los demás en las redes mediante comentarios y likes.
3. Adicción a la autopromoción. – necesidad de publicar información personal en las redes para llamar la atención y reconocimiento.
4. Adicción a la interacción social. – necesidad de mantener relaciones en las redes para alcanzar sentimientos de pertinencia.
5. Adicción a la información. – necesidad de mantenerse informado en todo instante sobre noticias que suceden en el mundo, esto puede producir una sobreexposición que termine en ansiedad.

1.2.1.7. Teoría y modelos de adicción a las redes sociales

Teoría sociocognitiva de Blachino

El presente estudio se basará en la teoría sociocognitiva de Blachino et al (2015, como se citó en Jasso, J., et al., 2017), indica que la adhesión exagerada a las redes sociales, son subtipos de las adicciones al internet donde se usa las plataformas. Se determinó dos modelos cruciales que aportan a la variable: la teoría sociocognitiva que manifiesta que las conductas dependientes a las redes son causas por expectativas adecuadas vinculadas a la confianza en el soporte de internet y el mínimo autocontrol en la web que origina la adicción.

Matalinares et al. (2017), expone que el comportamiento sociocognitivo se ve deteriorada por el exceso a conductas repetitivas relacionadas con la realidad, creando choque interpersonal entre la obsesión y la necesidad, requiriendo contenidos para solventar las necesidades que el cuerpo en estado de shock requiere al carecer de este contenido diario. Relacionado al alcohol y drogas, un sujeto con problemas de adicción no acepta que posee un problema y realiza acciones para saciar esa adicción.

Es así que acceder a los medios de comunicación y redes sociales pasa lo mismo, una vez que el sujeto se identifica, haciéndolo parte de su vida diaria, siendo habito, el cerebro crea sumisión hacia ese aspecto, causando modificaciones en las conductas y poder ejecutar metas.

Modelo biopsicosocial de la adicción al internet

En este modelo se involucran factores sociales, psicológicos y biológicos, es así que Griffiths (2005), propuso desde esta perspectiva biopsicosocial, modelo con elementos de la adicción donde inserta

particularidades de prominencia, modificaciones en el estado de ánimo, síntomas de abstinencia, recaídas y conflictos. Este modelo retoma diferentes perspectivas como la cognitivoconductual, sociocognitivas y habilidades sociales, que explican la adicción al internet, esta postura cognitivo conductual explica la adicción como cogniciones desadaptativas, ampliadas por componentes ambientales con tendencia a la adicción.

La teoría sociocognitiva empieza desde la expectativa de resultados adecuados, vinculado con la autoeficacia del uso de internet y deficiente autorregulación del adecuado uso del internet (La Rosa, R., et al., 2003). Desde la situación biológica esta la neurocientífica que relaciona la adicción del internet con modificaciones de conectividad neuronal y la estructura del cerebro, donde se observa la disminución dopaminérgica, donde existen similitudes con otras adicciones.

Modelo explicativo de adicción a redes sociales

Turel, O., y Serenko, A. (2012), desarrollaron el modelo explicativo donde explican la adicción a las redes sociales, tomando en consideración el tiempo que se usa, exhaustividad, edad y placer como integrante importante del hábito de utilizar las redes sociales, pudiendo producir uso patológico o no. Se observa que el medio de mayor acceso a las redes es mediante los dispositivos móviles, los jóvenes lo han adaptado como parte integral incrementando las relaciones virtuales y la comunicación (Roberts, J., et al 2015).

Esto está relacionado con imperiosa necesidad de no separarse del móvil, utilizarlo en sitios no autorizado, estar alerta e inclusive frente de otros individuos, descuidan acciones importantes, lo tienen cerca del lugar de descanso y así usarlo a cualquier momento, ignoran las advertencias de utilizarlo excesivamente y se ponen agresivos al sentirse vulnerables referente a su uso (Corral, M., 2014). El uso de los móviles se considera un

predicador de la adicción a internet, por la facilidad de conectividad a internet se vincula con el incremento del uso excesivo, generando dependencia más que el ordenador

1.2.2. Procrastinación académica

1.2.2.1. Definición de procrastinación

PsicoDex (2016), manifiesta que procrastinar es demorar intencionalmente labores importantes pendientes, a pesar de poder llevarlas a cabo, esto afecta a la toma de decisiones o determinadas acciones. Los sujetos crónicos son sabedores de los resultados que ellos posponen como proyectos estancados, recargas económicas, además presentan coste interno como la frustración, baja autoestima, reacciones de ansiedad y sentimientos inadecuados. García, J. (2022), irradia la expresión común de dejar las cosas para mañana, postergar actividades, siendo una conducta de que lidian día a día.

Liberman, C. (2019), menciona que procrastinación deriva del latín *procrastināre*, que significa postergar hasta mañana, sin embargo, es más que postergar por nuestra voluntad. Por lo tanto, esta autoconciencia es crucial porque procrastinar no hace sentir mal, estamos conscientes de lo que se hace al evadir la tarea, más bien, se piensa que es una mala idea realizarla, pero se hace al final. Por eso se le denomina irracional, ya que no tiene sentido realizar algo que no tiene sentido. Se considera una dificultad de regular las emociones y no uno de tiempo.

Es la acción de retardar situaciones que deben atenderse, remplazándolas por actividades agradables o relevantes. Se le considera un ladrón del tiempo con el que tenemos que enfrentarnos todos los días. Entonces son las tareas que son susceptibles de ser retardadas, son las que nos aburren o divierten y por lo tanto no son obligatorias para

realizarlas en el momento, y para vencerla será suprimir las tentaciones, identificar las tentaciones y alejarlas de la vista (García, L., 2019).

1.2.2.2. Procrastinación académica

Casasola, W. (2022), la procrastinación en estudiantes presenta un efecto inverso multilateral. Afecta al estudiante al no entregar las tareas en el momento indicado. Dentro de un grupo de estudiantes hay un efecto mimético, los estudiantes que procrastinan inducen en la procrastinación a los demás. Es colectiva, es hipnótico, al final un solo estudiante realiza la tarea por el resto por no salir con mala nota. Otra dificultad negativa es la económica es asumir el costo de una asignatura perdida. Cuando un grupo de estudiantes desaprueba en el docente recae un sentimiento de culpa.

La procrastinación académica, inicio por los años 70, cuando los terapeutas del comportamiento pensaron en mejorar el desempeño académico de los estudiantes de nivel superior que mostraban bajo rendimiento y al evaluar a los estudiantes hallaron elevados niveles de procrastinación acompañado de malos hábitos de estudio, y metas mínimas. Posteriormente la idea fue reducir la procrastinación e incrementar el rendimiento académico, la mayoría fueron estrategias conductuales (Rothblum, E., 1990)

Es el retraso voluntario de una acción prevista, aun sabiendo las consecuencias inversas de realzarlo, es un fenómeno general en un claustro de estudios a nivel superior (Rabin, L., et al. 2011)

1.2.2.3. Factores asociados a la procrastinación.

Según, Casasola, W. (2022), los factores que destacan son: el estrés, influencias familiares, ocio, aspectos sociodemográficos y culturales, la falta de habilidades de gestión, investigaciones aducen influencia del sexo

en esta conducta, pero no es concluyente. El estrés se encuentra influenciado con el comportamiento procrastinador, los estudiantes de nivel superior lo padecen y por lo tanto procrastinan más. Sin embargo, los estudiantes de nivel superior con niveles bajo de estrés no procrastinan y sus resultados académicos son adecuados.

La ansiedad es otro factor en el comportamiento procrastinador, los rasgos de personalidad se relacionan con la procrastinación, esto indica que a mayor ansiedad en un estudiante mayor riesgo de procrastinar en las labores académicas que debe satisfacer. La gestión de tiempo, como habilidad blanda que es importante para conseguir un nivel de producción académica o trabajo. La dificultad de manejar el tiempo de manera correcta se relaciona con el comportamiento procrastinador, ya que la procrastinación impide al estudiante conseguir un cronograma de trabajo que le ayude a manejar el tiempo de forma adecuada (Casasola, W., 2022).

Los factores sociodemográficos presentan algunas discrepancias en la relación con la procrastinación. Es así, que este factor no representa un predictor de comportamiento, sin embargo, el aspecto cultural si representa hábito procrastinador, por lo tanto, se deduce que las familias potencian la procrastinación. Finalmente, el ocio, es crucial para la procrastinación, en los estudios se podrá entender como ocio negativo cuando este no proporciona beneficio académico, estas conductas no productivas alejan al estudiante del cumplimiento de las diversas tareas por cumplir (Casasola, W., 2022).

1.2.2.4. ¿Cómo afecta la conducta procrastinadora?

Casasola, W. (2022), comenta que iniciar una carrera y no terminarla, redactar un libro y no finalizarlo, etc., la procrastinación como hábito nos sitúa en un laberinto con casi cero de posibilidades para salir. Finalmente, nos conducimos hipnotizados en un placer ocioso. En los estudiantes la

conducta procrastinadora se incrementa por no tener herramientas de gestión hábitos cognitivos saludables. La capacidad de autorregularse es una pericia metacognitiva básica en los estudios, pero se pierde por el ocio negativo. La inercia intelectual es mala, la ausencia de autorregulación influye en la capacidad de aprender.

No poder gestionar el tiempo induce al estrés y ansiedad en los estudiantes, el solo hecho de enfrentar tantas materias cumplir con labores académicas provoca bloqueos cognitivos, dificultando respuesta intelectual. A esto se denomina tunelización cognitiva negativa (la mente no se concentra en algo), los estudiantes se desmotivan en las asignaturas aburridas o que son sin importancia según ellos. También, la conducta procrastinadora muestra efectos negativos en la salud, el solo hecho de entregar tareas y otras actividades genera estrés, frustración y ansiedad (Casasola, W., 2022).

Los estudiantes en los cursos pesados se desmotivan o aquellos que no les importa, ellos presentan dos preguntas: no siempre un curso es divertido y la mayoría de los cursos de su especialidad son aburridos. Es por eso, cuando una sesión de clase trata netamente asuntos académicos es aburrida, eso nos da entender que los estudiantes no tienen una cultura intelectual. Además, la conducta procrastinadora muestra efectos negativos en el progreso profesional, salud en los estudiantes. El hecho de entregar tareas a destiempo o en contra el reloj, genera frustración, ansiedad, estrés en los estudiantes (Casasola, W., 2022).

1.2.2.5. Formas principales y tipos de procrastinación

Las maneras de procrastinación, según Gonzales, P. (2023), son diversas y no poseen las mismas consecuencias como:

Formas principales de procrastinación

Procrastinador perfeccionista

Es un tipo de persona perfeccionista hasta al extremo por el temor de ser avergonzado o juzgado. Son exhaustivas con las etapas, que absorben el tiempo en detalles, por lo tanto, sus proyectos los acaban rápido. Estos sujetos en lugar de evitar errores, los cometen en demasía, ocasionando temor al juicio ajeno, ellos logran lo que se desea evitar, al sentir vergüenza si algo sale mal.

Procrastinador impostor

Son individuos con perfil de difícil complacencia, son situaciones donde se evitan las tareas, porque se piensa que no estarán a la altura o no tendrán resultados adecuados, quedando esto adherido a su imagen, sin embargo, esto puede acabar indefensión aprendida, que son sentimientos relacionados con los estados depresivos.

Procrastinador desmotivado

Las personas posponen con frecuencia sus obligaciones por que se enfrentan a trabajos que les parece aburrido. Esto se vincula a la falta de motivación en trabajos que son repetitivos o en las labores la persona no realimenta la calidad de su trabajo.

Procrastinador abrumado

Es el típico caso de personas que tienen tantas cosas por hacer y no saben por dónde empezar, esto les ocasiona bloqueos mentales que les impide al menos empezar con las labores. Esta procrastinación, el estar atareado, por muchas cosas puede ser una decisión individual, o en

ocasiones puede ser un jefe, este exceso es inverso ya que son dificultades para cualquier avance.

Procrastinador afortunado

Son los típicos sujetos que se consideran que solo trabajan bien cuando se encuentra bajo presión. Esto hace, que esas personas pospongan sus labores hasta que sea tarde, estando en el límite al querer realizar lo que tienen pendiente. Las personas que se encuentran en este tipo de procrastinación logran buenos resultados, esto les induce a repetir esta actitud, implica que posponen sus labores hasta el final, posteriormente aprovechan la adrenalina que proporciona los niveles altos de ansiedad y se ponen en marcha, en ocasiones llegan otras no.

Tipos de procrastinación

Cuando las personas dejan sus responsabilidades, según Mantilla, C. (2017), indica que puede darse por tres tipos de procrastinación:

Expectativa (nivel de confianza)

El exceso de optimismo nos conduce a la inacción. - ya que la persona espera sentado una noticia buena. El optimismo, se observa como dificultad de la acción, se presenta al momento de predecir el tiempo que nos llevara alcanzar la meta, que suele ser resultado mayor a lo que esperábamos. Al tratar de equilibrar el desempeño para conseguir el éxito con la mínima implicación posible, deseamos ser recompensados con el mínimo esfuerzo. Hay procrastinadores por exceso y defecto de optimismo, ellos piensan que son más capaces de lo que son, esto les conduce al fracaso.

Genera espirales de éxito. – los sujetos proponen metas complicadas, pero al final son asequibles, maximizando la motivación dándole al logro un

significado. Al alcanzar la victoria tendremos un mejor sentido de nosotros mismos y ganas de luchar por más. En las primeras fases del proyecto es necesario tener metas de aprendizaje que, de resultado, los fines consisten en conseguir destrezas en lugar de alcanzar el mayor valor. El espiral del éxito crea confianza en el logro.

Admite con victorias vicarias. – lo ideal es rodearnos de personas optimista, ya que las actitudes son contagiosas, no debemos compartir nuestros objetivos con personas con baja autoestima, lo ideal es hacerlo con sujetos que te animen a luchar. Lo ideal es observar películas de motivación, participar en charlas de sujetos que han triunfado, hay que formar colectivos de mejora a sí mismos, grupo de voluntarios o crear un grupo propio.

Visualízalo. – es importante la recreación mental, ya que nos ayuda con las neuronas espejo, pero no hay que conformarnos con eso, lo mejor es ir más allá, después de imaginarnos que hemos pasado la meta. Lo mejor es meditar a donde ir y donde me encuentre, es mejor pensar lo que se debe realizar para llegar a la meta.

Prevé lo peor y espera lo mejor. – debemos evitar la falsa esperanza, debemos analizar que podría salir mal, para estar en infortunios, es mejor realizar una lista de las posibles maneras que suelo procrastinar y revisarlo cuando hago alguna tarea. Lo ideal es apagar móvil y cosas que nos puedan distraer en el trabajo, es aconsejable realizar pautas en el trabajo para no calentar el motor. Se recomienda realizar un plan que conste en llamar alguna persona cuando puedas caer, para que te anime y salgas a delante.

Acepta que eres adicto a la dilación. – es bueno seguir las siguientes pautas: Regístralo. Se debe reflexionar sobre las veces que me aparte del

objetivo. Reconocer que la voluntad nos traiciona, debemos considerar que la primera dilación justifica las demás.

Valoración (propensión al aburrimiento)

En este tipo, debemos considerar que las tareas se vuelvan motivadoras, según Mantilla, C. (2017), son:

Convierte tus trabajos en juegos, crea metas. – los trabajos que odiamos como las repetitivas, que son fáciles de realizar. Debemos considerarlo un juego, la idea es que lo aburrido sea difícil, consideremos un equilibrio entre nuestra capacidad y la dificultad de hacer la tarea, y obtendremos experiencias optimas, si te resulta difícil te frustras y si es fácil te aburres y lo dejas, fijar los objetivos en adecuado ayuda.

Distribuye bien la energía. – el estar cansados nos hace procrastinar, nos costara iniciar algo si no tenemos energías, se requiere tener un adieta equilibrada, sana, si es pura chatarra no rendirás, se necesita ejercicio, para estar sano, esto aumentará la eficacia del sistema inmune, una vez que empezaste con rutinas se hará costumbre y será difícil dejarlo. Es aconsejable dormir las horas necesarias, es ideal llevar higiene del sueño, pero hay que respetar los límites.

Si vas a procrastinar, hazlo bien. – los individuos realizan una serie de actividades que les distrae de lo que deberían estar ejecutando. Debemos buscar equilibrio entre distraernos con tareas menos importantes con la principal que te estas escondiendo.

Combina tareas desagradables con pequeños premios. - las personas que procrastinan no se premian así mismo después de acabar una labor, debemos considerar la diligencia aprendida que nos apoyará en

nuestra vida. Considerar una lista de premios para que podamos darnos, prometerse un premio cuando termines la tarea que debes realizar.

Haz de tu pasión tu vocación. – no todas las personas se dedican a algo que les apasiona, si pudiera os conjugar nuestra pasión con la vocación no debemos dudar, si al levantarte te pusieras a trabajar desde ya triunfaras en tu campo. Recomienda ser honesto y elabora un alista de profesiones y tacha las que exceden tus posibilidades y clasifícalas según la demanda del mercado.

Impulsividad (el elemento central de la procrastinación)

Comprometerse para prevenir las tentaciones. – se debe descubrir las tentaciones, realizar una lista es lo indicado, las debemos poner lejos de nuestro alcance como el teléfono, internet, no es adecuado que las necesidades alcancen límites, lo bueno es que el trabajo no se vea bloqueado, porque debes jugar o salir. Incluir desincentivos a las tentaciones para que no nos molesten.

Utiliza tu atención en tu beneficio. – debemos parar las distracciones, manejarlas, no caer en la sensibilización, es cuando un sujeto da rienda suelta a sus tentaciones y cuando se dé cuenta el desastre que será evadir las tentaciones. Es mejor centrarnos en cosas abstractas cuando una tentación aparece, apartar de tu trabajo cualquier cosa que nos distraiga y remplazarlas por mensajes que contengan significado propio, donde estén presentes valores y el objetivo por el cual trabajas.

Fíjate objetivos concretos. – es un arma muy adecuada para no procrastinar, fragmentar las metas de largo en corto plazo. Cuando es molesto empezar con algo concreto, proponernos algo que rompa el hielo, organizar los objetivos de manera rutinaria que se hagan de manera

regular, mismo tiempo, familiaridad y todo esto estará a nuestro favor (Mantilla, C., 2017).

1.2.2.6. Modelos de procrastinación

Modelo psicodinámico

Atalaya, C. y García, L. (2019), son las más antiguas para revelar esta conducta, ya que la procrastinación inicia desde la niñez, fase que desempeña roles en el progreso de la personalidad, así como en la relación de procesos mentales y dificultades mentales en el comportamiento, asimismo, los psicoanalíticos concuerdan en que las expectativas de los progenitores influyen en los rasgos de personalidad de la persona y en el progreso del comportamiento procrastinador, es así que los estudiantes se sientan presionados por la aprobación de sus padres, ya que tienen que demostrar un buen rendimiento en sus estudios.

Matlin, M. (1995), indica que la procrastinación procede de la tradición psicodinámica, que está inmersa en emociones de infantes, como elementos que ocurra en la adultez, el inconsciente influye en el comportamiento y el conflicto interno como origen de la mayoría de comportamientos que muestra el individuo. Desde este punto de vista se explica como una expresión de comportamiento deficiente del drama psíquico que esta entendido con los sentimientos concerniente a uno y su familia.

Esta teoría el procrastinador, se basa en trasferencias inconscientes en los vínculos de padres, hijos, docentes – alumnos. La familia es importante en la edificación de hábitos saludables. Missildine (como se citó en Charca, V., y Taco, K., 2017), encontró que el rendimiento académico deficiente de los alumnos fue por una crianza mala. Missildine, manifiesta que los padres de alumnos que procrastinan presionan a sus hijos, en su

rendimiento ponen objetivos ilógicos y el afecto se les condiciona según sus logros. Por eso el alumno se dirige al fracaso, por las exigencias percibidas, y cuando sea adulto, va a experimentar lo mismo y recordara esas experiencias de infancia ante una valoración que ponga a prueba su rendimiento en el trabajo.

En ocasiones conlleva a posturas rebelde que es común en los jóvenes, quienes observan sus límites propios mediante a la procrastinación. Los orígenes de este fenómeno se encuentran relacionados con asuntos de inmadurez y desobediencia, en este sentido la procrastinación deriva en rebeldía en contra de los padres. Por lo tanto, la procrastinación académica ser valorada en base a transferencia inconsciente, como parte de la correlación entre padres e hijos, o en la forma de profesor – alumno respecto al contexto educacional.

La procrastinación expuesta como temer al fracaso, es propuesta por este modelo, donde se investigaron los comportamientos vinculados con la postergación de tareas. Se basa en el entendimiento de las motivaciones que presentan los sujetos que se apartan de las actividades académicas o fracasan, sin embargo, tienen capacidad para lograr el éxito en sus acciones. Asimismo, la explicación de miedo al fracaso se debe a las relaciones en familia de orden patológico, donde el padre colaboró para maximizar las frustraciones y minimizar la autoestima del infante. Este modelo, tiene la dificultad de no poseer instrumentos para analizar la procrastinación. Baker (como se citó por Rothblum, E., 1990).

Los padres permiten en ocasiones otorgar mala crianza a sus hijos, esto provoca un apego ansioso, incertidumbre acerca del mismo. Esto ayuda a comparar y a la vez disminuir la autoestima. El resultado es una personalidad que esta cimentada en la conducta de procrastinar. Pero hay poca evidencia de negar o no la influencia de la crianza en la tendencia a procrastinar. Esta teoría indica que la demora está asociada con temor a la

muerte, es por eso, que los procrastinadores retrasan las labores de manera inconsciente de evadir ignorando el tiempo (Ferrari, J., et al., 1995)

Modelo motivación

Modelo que promueve el éxito, ya que modifica diversas conductas, para lograr sus metas, la persona observa dos enfoques: el deseo de conseguir el triunfo hace referencia al factor motivacional o el miedo de no alcanzarlo referido a la motivación para eludir una forma que el individuo toma como inverso (Gómez, C., Ortiz, N., y Perdomo, L., 2016). Cuando aparece miedo de no alcanzar las metas, los individuos observan situaciones que ven asegurado el triunfo, no amerita esfuerzo, siendo fácil su cumplimiento. También dejan acciones que requieren tiempo.

Este modelo observa dos teorías: la autodeterminación. – que indica sentimiento de libertad, de realizar algo que el sujeto desea, que incluye la motivación intrínseca y extrínseca. Teorías de las metas. – indica un progreso de conductas dinámicas cimentada en el desarrollo de funciones cognitivas y la responsabilidad de tratar de manera asertiva alcanzar objetivos. Hay realidades que presenta una relación negativa con la procrastinación, los estudiantes que se encuentran desmotivados tienen mayor probabilidad de procrastinar, este modelo indica que los estudiantes están desmotivados (Suarez, J., 2022).

Los estudiantes desmotivados adoptan, maneras de insatisfacción correspondida con los objetivos que se desea conseguir, en ocasiones se desaniman si él lo que desean alcanzar pide mucho esfuerzo, ante esto suspenderán sus tareas.

Este modelo indica que la motivación de éxito es un rasgo, donde el sujeto muestra una diversidad de comportamientos que están guiados a conseguir el éxito de cualquier forma que se dé, es así, que el individuo

opta por dos situaciones: la esperanza de conseguir el éxito o el miedo al fracaso, el primero refiere al logro motivacional y el otro, a la motivación para evitar situaciones que el sujeto valora como negativa. Donde el logro es variable dependiente de diversos elementos como la percepción de problemas, niveles de ansiedad, atribución de éxito, todo esto se puede observar cuando no se cree que logramos el éxito McClelland (como se citó en Rothblum, E. 1990).

El miedo al fracaso es mayor que el éxito, los individuos escogen actividades donde el éxito se dé, así como actividades que son difíciles y podrá fracasar McClelland (como se citó en Rothblum, E. 1990).

Modelo conductual

Según Quant, D., y Sánchez, A. (2012), manifiesta que las conductas se conservan cuando es constante, y permanece por sus formas de recompensa, donde la procrastinación es la práctica de realizar tareas que proporcionan satisfacción en corto plazo. Donde los estudiantes se alejan de su labor porque sería un logro a largo plazo, y esta conducta es reforzada al tener premios en poco tiempo, esta teoría se basa en apartarse de las acciones que no son atractivas para otro día.

Estas experiencias de los sujetos se aprenden desde la niñez y se fortalecen en el tiempo, ya que se condicionan a retardar una acción por algún tipo de recompensa en breve plazo. Los procrastinadores son personas que retardan sus tareas, esto proporciona malestar, por otra acción que se desarrolla de forma rápida y con premios inmediatos (Suarez, J., 2022).

El modelo indica, que el comportamiento es estable cuando hay reforzamiento, esto es, hay conductas que hay según sus consecuencias. Los sujetos que procrastinan, es porque se han realimentado en sus

comportamientos de postergación y han alcanzado logros continuos en ciertas acciones. Los sujetos que procrastinan de manera conductual, planean organizan y empiezan acciones que dejan de lado sin observar la recompensa que trae al culminar la actividad Skinner (como se citó en Carranza, R., y Ramírez, G., 2013).

Esta teoría manifiesta que los sujetos que recibieron algún regalo por procrastinar continuaran con dicho comportamiento mantenido distancia con los que no recibieron nada y abandonaran. El modelo de Ainslie (como se citó en García, S., Pérez, G., 2018), en donde menciona recompensa engañosa, esto indica, que el sujeto busca recompensas a corto plazo y reduce el valor de largo plazo. Por eso, los resultados a futuro no son valiosos para el que procrastina, ya que el cerebro, espera siempre recompensas cercanas y no futuras.

Es así, que la dilación se entiende, como la elección entre dos cosas, una gratificante que ser hecha y la otra cuyos resultados serán buenos, pero a largo plazo. A esto se le denomina recompensa engañosa. Los estudiantes evaden actividades que piensan que son desagradables y se dedican a actividades que les proporciona mayor recompensa que el estudio (McCown, W., et al, 1989). Una desventaja es que no explica porque los alumnos esperan recompensa a corto plazo y no a futuro. Esto se da, porque no presentan procrastinación crónica, para esto se requiere observar otros componentes para relevar discrepancias (Rivas, M., 2006).

Modelo cognitivo - conductual

Gil, L. y Botello, V. (2018), manifiestan que los procrastinadores muestran el proceso de información disfuncional, y piensan sobre su conducta de postergar acciones muestran estructuras desadaptativas en su pensamiento, con implicancia inversa de imposibilidad y miedo al rechazo social al realizar una actividad. Los sujetos tienen pensamientos

obsesivos cuando no llegan a sus metas, ya que tienen problemas al organizar su tiempo, fracasando en el intento de alcanzar sus metas, las teorías de terapia se basan en el modelo ABC para completar el estudio de procrastinación.

El fundamento del modelo es de contenido y pensar del sujeto, como interpreta y las creencias que tiene y las demás que les rodea. El modelo ABC, tiene condiciones básicas, donde la A representa el suceso activo, pudiendo ser imaginario o real. B, son las creencias o interpretaciones respecto al suceso del individuo. C es la consignación tardía o la imposibilidad de no alcanzar la entrega (Gil, L. y Botello, V., 2018).

Este modelo, propone que la procrastinación es un proceso de datos disfuncional que tienen esquemas desadaptativos vinculados con el miedo a la exclusión social e incapacidad. Este modelo indica que los procrastinadores piensan sobre su comportamiento de aplazar, estos sujetos, que procrastinan experimentan maneras de pensar obsesivas cuando no pueden hacer esa actividad, o se acerca la fecha de presentar tareas (Stainton, M., et al., 2000)

Las teorías cognitivo – conductual, explica la forma conductista en donde las personas sienten y actúan según sus pensamientos de ellos mismos y del medio particularidad que puede ser racional y adaptativas y en otros casos no pueden ser. Por lo tanto, se centran en procesos cognitivos, irracionales que desencadenen emociones nada saludables. Esto valora la asociación de variables ambientales sobre los sentimientos y comportamientos, pero saben que las cognitivas son relevantes ante ellas. Los comportamientos y emociones son creadas por el acontecer propio (Stainton, et al., 2000).

El estilo cognitivo del sujeto se relaciona en nuestras acciones sobre creencias que se tiene, siendo las irracionales como demandas u

obligaciones y otras en términos absolutos. La procrastinación se caracteriza por tres causas, hostilidad, frustración, autolimitación. Esto se manifiesta según el estilo cognitivo. Que proporciona visión no grata de uno mismo, y de los demás. La autolimitación refiere al poco valor que tiene los individuos con su pensamientos autocríticos y términos despectivos. Esto produce que el procrastinador se desestima según sus comportamientos pasadas y presente y ejecute aplazamientos y produzca ansiedad y depresión (Ellis y Knaus (2002)

1.3. Definición de términos básicos

Adicción a las redes sociales

Es el uso incontrolado y frecuente de espacio digitales como Facebook, Twitter, Instagram, un individuo es adicto cuando pierde el control de su uso y esquiva el funcionar normal de su vida. El sujeto adicto goza al utilizar las redes sociales y no tiene en consideración las consecuencias negativas a largo plazo (Reyero, S., 2024).

Adicción a la navegación

Uso de periodos largos de tiempo, sin propósito específico (Buencoco, 2023).

Dependencia psicológica

Imperiosa necesidad de poseer unos “likes” o “me gusta”, para sentirse alegres (Rodríguez, R., 2021).

Impulsividad

Actitud que muestra el adicto pudiendo ser violenta (Centro de Investigación y Tratamiento de Adicciones, 2024).

Modelo cognitivo

Los procrastinadores muestran el proceso de información disfuncional, y piensan sobre su conducta de postergar acciones muestran estructuras desadaptativas en su pensamiento, con implicancia inversa de imposibilidad y miedo al rechazo social al realizar una actividad (Gil, L. y Botello, V. (2018),

Procrastinación

Es demorar intencionalmente labores importantes pendientes, a pesar de poder llevarlas a cabo, esto afecta a la toma de decisiones o determinadas acciones (PsicoDex, 2016).

Procrastinación académica

Es el retraso voluntario de una acción prevista, aun sabiendo las consecuencias inversas de realizarlo, es un fenómeno general en un claustro de estudios a nivel superior (Rabin, L., et al. 2011).

Procrastinador impostor

Son individuos con perfil de difícil complacencia, son situaciones donde se evitan las tareas, porque se piensa que no estarán a la altura o no tendrán resultados adecuados, quedando esto adherido a su imagen, sin embargo, esto puede acabar indefensión aprendida, que son sentimientos relacionados con los estados depresivos (Gonzales, P., 2023).

Redes sociales

Son aplicaciones y sitios web que facilitan el intercambio de datos entre usuarios. Las plataformas ofrecen diversos contenidos como imágenes, textos, videos presentaciones, estando dirigidos al público en particular como jóvenes o adultos, muestran distintas finalidades, como entretenimiento oportunidades de trabajo, relaciones sentimentales, publicidad, sexo, ocio, diversión (Molina, R., 2023).

Capítulo II. Planteamiento del problema

2.1. Descripción del problema

La adicción a las redes sociales es un trastorno de comportamiento que tiene la particularidad de que la persona se conecte y se mantenga de forma incontrolable en las redes. Según la Organización Mundial de la Salud, manifiesta que el empleo excesivo del internet tiene los mismos efectos que una droga y por eso las cataloga como una enfermedad, lo más perjudicial de los sujetos que padecen de esta adicción al internet, tienen el mismo efecto en su cerebro que la heroína y cocaína (GIFT Psicología, 2021).

Vivek Murthy¹, mostró preocupación por el acceso ilimitado de los jóvenes y menores a las redes sociales, malestar que se debe a la preocupación entre los padres, ya que los expertos aducen sobre el impacto que puede darse en la salud mental de los jóvenes en el uso del entorno digital. El funcionario manifiesta que las plataformas son diseñadas con el fin de enganchar a los jóvenes y esto afecta su progreso cerebral en especial de los adolescentes. Los expertos de salud señalan los problemas de salud mental que pueden suscitarse al estar conectado por más de tres horas (Beauregard, L., 2023).

Según investigaciones sobre conductas adictivas en internet realizada por la Comisión Europea hecha en 7 países (Alemania, Rumania, España, Polonia, Holanda, Islandia y Grecia), determinó que el 21,3% de los adolescentes en España presentan comportamientos aditivos al internet, sin embargo, la media en el resto de países fue de 12,7%. Resultados específicos indican que, en España, los jóvenes de 16 a 25 años concentran el 93% de sujetos están conectados a diario en internet, de 25

¹ Jefe de salud pública de los Estados Unidos de Norteamérica

a 34 años en 93,5%, y de 35 a 44 años se encuentran conectados en 87,6% (GIFT Psicología, 2021).

En Latinoamérica, según Díaz, H. (2022), evidencia que el 40% de los Latinos pasan hasta 6 horas al día en aplicaciones como TikTok, Instagram, YouTube, Twitter y Facebook. La mayoría de las personas de todas las edades en 47%, aseguran que por el confinamiento se conectan mas tiempo en las redes, esto genera entretenimiento, asimismo, compromete su salud mental y sus datos de los internautas. En la investigación “Nuestra cambiante relación con las redes sociales”², encontró que en 70% los latinos se sienten entretenidos y el 49% les gusta estar conectados.

Sin embargo, a pesar de esta adicción, la investigación manifiesta que 8 de cada 10 latinos (79%), recuerda una noticia sobre el impacto negativo de las redes y el 72% modificó su manera de usarle. Es así, que le 45% minimizó su uso. El 14% de latinos no sabe cómo se manejan sus datos en las redes, 30% no confía en las plataformas y el 49% de sujetos tienen conocidos que sus datos fueron vulnerados

En el Perú no estamos ajenos a este problema, el diario el Peruano (2016), publicó un estudio de salud mental donde indica que un millón doscientos mil adolescentes peruanos (16,2%), tienen el riesgo de mostrar conductas aditivas al internet, sin embargo, uno de cada 100 ya es adicto. La empresa Prevensis y el Instituto de Opinión Pública de la Católica, manifiesta que adolescentes en Arequipa muestran en varones (17,5%); mujeres (14,8%). Asimismo, el comportamiento adictivo es mayor en el nivel socioeconómico A/B en 23%. Nivel C 12,8%; D/E 12,3%. El descuido personal y bajo rendimiento son los jóvenes en riesgo

² Our Changing Relationship with Social Media A Global Study A Kaspersky Report September 2021

En localidad de Iquitos, el Diario el Comercio (2023), se entrevistó a los estudiantes del colegio aplicación UNAP, los adolescentes dijeron que usan las redes por diversos fines, siendo uno de ellos la comunicación, según los entrevistados las redes sociales les brindan aportes y son de ayuda a las personas que presentan exclusión o muestran alguna discapacidad, asimismo, se observó un impacto negativo como la pérdida de horas de sueño, distracción en clases y el tiempo que tienen para ejecutar sus labores

Estudio en Perú demostró una correlación que indica que a mayor procrastinación mayor adicción a las redes sociales, en todas las edades la red social más usada fue el Facebook, ya que los sujetos se conectan de una a dos veces al día, referente a la procrastinación indica nivel alto 13,6%; no se encontró diferencias según el sexo, pero si las hubo según la edad siendo la edad 25 años y el nivel de estudios, asimismo, la adicción a las redes sociales no tuvo diferencias con el sexo, pero si las hubo en la edad y nivel de estudio (Matalinares, M., et al., 2017).

Asimismo, Querevalú y Echabaudes, (2020), manifiestan que los estudiantes de básica en 73,2% muestran nivel alto y moderado de procrastinación, esto se da, porque el 66, 8% dilata sus actividades y el 76,4% tienen niveles bajos de autorregulación académica.

Frente a esta problemática, será importante realizar esta investigación Adicción a las redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, y poder analizar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación de los estudiantes. Por lo tanto, se plantea la siguiente interrogante de investigación.

2.2. Formulación del problema

2.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024?

2.2.2. Problemas específicos

1. ¿Cuáles son las características socio demográficas en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024?
2. ¿Cuáles son los niveles de adición a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024?
3. ¿Cuáles son los niveles de procrastinación académica y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024?
4. ¿De qué forma se relacionan la dimensión obsesión por las redes sociales con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas 2024?
5. ¿De qué forma se relacionan la dimensión falta de control personal con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas 2024?
6. ¿De qué forma se relacionan la dimensión uso excesivo de las redes sociales con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas 2024?

2.3. Objetivos

2.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

2.3.2. Objetivos específicos

1. Identificar las características socio demográficas en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.
2. Evaluar los niveles de adición a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.
3. Analizar los niveles de procrastinación académica y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.
4. Establecer la relación entre la obsesión por las redes sociales, con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.
5. Establecer la relación entre la falta de control personal con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.
6. Establecer la relación entre el uso excesivo de las redes sociales con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

2.4. Hipótesis

Hipótesis general

H₁: La adicción a las redes sociales **se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

H₀: La adicción a las redes sociales **no se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

Hipótesis específica 1.

H₁: La obsesión por las redes sociales **se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

H₀: La obsesión por las redes sociales **no se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

Hipótesis específica 2.

H₁: La falta de control personal **se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

H₀: La falta de control personal **no se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

Hipótesis específica 3.

H₁: El uso excesivo de las redes sociales **se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

H₀: El uso excesivo de las redes sociales **no se relaciona** con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

2.5. Variable

2.5.1. Identificación de la variable

Variable Independiente: Adicción a las redes sociales

Variable dependiente: Procrastinación académica

2.5.2. Definición conceptual y operacional de las variables

Variable adicción a las redes sociales

Definición Conceptual

La adicción a las redes sociales es un trastorno del comportamiento, donde el sujeto usa las redes de forma incontrolable, afectando negativamente en su vida personal, social y profesional. Hay individuos que viven pendientes de las redes por miedo a perder algo y desean saber que hacen los demás en todo momento (Buencoco, 2023)

Definición Operacional

La variable adicción a las redes sociales se operacionalizará mediante las dimensiones: Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal y Uso excesivo de las redes sociales, de la escala de adicción a redes sociales de Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas.

Variable Procrastinación académica

Definición Conceptual

La procrastinación en estudiantes presenta un efecto inverso multilateral. Afecta al estudiante al no entregar las tareas en el momento indicado. Dentro de un grupo de estudiantes hay un efecto mimético, los estudiantes que procrastinan inducen en la procrastinación a los demás (Casasola, W., 2022).

Definición Operacional

La variable procrastinación académica se operacionalizará mediante sus dimensiones: Situaciones y acciones de postergación y Pensamientos favorables a la postergación de la escala de procrastinación académica de Busko, D. (1998), adaptación peruana de Chirio, D., y Basauri, M. (2023)

2.5.3. Operacionalización de las variables

Variables	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Medio de verificación
Adicción a las redes sociales (X)	Obsesión por las redes sociales	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme	Ordinal	Cuestionario
	Falta de control personal	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme		
	Uso excesivo de las redes sociales	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo		
Procrastinación académica (Y)	Situaciones y acciones de postergación	Hacer énfasis en aspectos Vinculados al argumento académico	Ordinal	Cuestionario
	Pensamientos favorables a la postergación	Evidencian respuestas de carácter privado que funcionan como argumento para postergar		
Características Socio Demográficas	Sexo	Detalles físicos y biológicos que muestran los hombres y mujeres	Nominal	Cuestionario
	Edad	Tiempo que pasa al nacer hasta el momento de referencia	Razón	
	Con quien vives	Referido con quien cohabita el alumno	Nominal	
	Estado civil de los padres	Situación de los sujetos provenientes del matrimonio	Nominal	

Fuente: Autoría propia

Capítulo III. Metodología

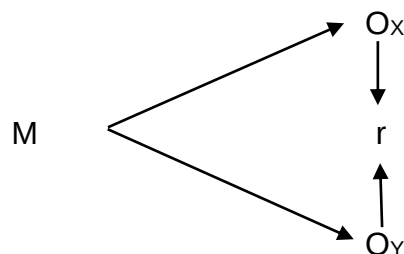
3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de investigación

Enfoque cuantitativo, tipo básico porque trata de averiguar y desarrollar conocimientos nuevos, alcance descriptivo – correlacional, ya que detalló particularidades de las variables y las relaciona. Prospectivo porque la información fue registrada a medida que ocurre el fenómeno y analítico, porque necesitó del análisis estadístico para docimar las hipótesis (Hernández, R., et al., 2014).

Diseño de investigación

No experimental transeccional, el investigador no manipuló las variables y el recojo de datos será en un mismo momento.



Donde:

M: Muestra

O_x: V1: Adicción a las redes sociales

O_y: V2: Procrastinación académica

r: relación entre O_x; O_y

3.2. Población y muestra

Población

La población son las unidades de análisis que se encuentran en el ámbito donde se desarrolla la investigación (Condori, P., 2020).

Población estuvo conformada por 2,235 estudiantes de la especialidad de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024

Muestra

La muestra es un sub grupo de la población donde se recoge los datos y debe ser representativa (Hernández, R., et al., 2014).

La muestra fue 328 estudiantes de la especialidad de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, se usó el muestreo estratificado, siendo los estratos los semestres de estudio y dentro de ellos se utilizó el muestreo aleatorio simple.

$$n_0 = \frac{NZ^2pq}{i^2(N-1) + Z^2pq} = \frac{2235 * 1.96^2 * 0.5 * 0.5}{0.05^2(2235 - 1) + 1.96^2 * 0.5 * 0.5} = 328$$

Utilizó la afijación proporcional siendo la representación de cada estrato según proporción a su frecuencia poblacional $n_i = n W_i$, donde $W_i = N_i/N$, $i = 1, 2, 3 \dots h$, la selección de los estudiantes fue mediante la tabla de números aleatorios.

Cuadro 1.

Población y muestra de los estudiantes de la especialidad de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Semestres	Población estudiantil	Muestra
I	715	105
II	340	50
III	452	66
IV	327	48
V	263	39
VI	138	20
total	2235	328

Fuente: Instituto Reyna de las Américas, 2024

Finalmente se pudo encuestar a 328 estudiantes, por lo tanto la muestra fue de 328.

Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión de los estudiantes fueron:

- Nacionalidad peruana
- Matriculados en el Instituto Reyna de las Américas en el semestre correspondiente referido al 2024
- Estudiantes que estén matriculados en la carrera de enfermería técnica
- Estudiantes matriculados en el semestre IV
- Ambos sexos
- Mayores de 18 a 38 años
- Turnos mañana y tarde
- Estudiantes que aceptaron participar en la investigación firmando el consentimiento informado.

Criterios de exclusión

- Estudiantes de otros institutos
- Estudiantes matriculados en el Instituto Reyna de las Américas, pero de otras especialidades
- Estudiantes del turno noche
- Estudiantes que no desearon participar en el estudio y no firmaron el consentimiento informado

3.3. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos

Técnicas

Se utilizó la encuesta, que logra un mayor acopio de datos, es una alternativa viable, porque muestra diseño y aplicación de incógnitas con el fin de alcanzar determinados datos (Gómez, S., 2012).

Instrumentos

Utilizó el cuestionario con la finalidad de que el investigador fija su atención en ciertos aspectos sujetadas a ciertas condiciones como precisar ciertos tipos de interrogantes que nos llevaran a comprobar supuestos de investigación (Gómez, S., 2012).

Variable adicción a redes sociales

Se utilizó la escala de adicción a redes sociales, siendo los autores Miguel Ecurra Mayaute y Edwin Salas Blas en Lima – Perú año 2014. Este instrumento evalúa el nivel de adicción a redes sociales en adolescentes y jóvenes. Consta de 24 ítems, con tres factores: Factor I: obsesión por las redes sociales (2,3,5,6,7,13,15,19,22,23, ítems); falta de control personal (4,11,12,14,20,24, ítems); uso excesivo de las redes sociales

(1,8,9,10,16,17,18,21). El instrumento presenta cinco alternativas de respuesta tipo Likert, nunca=0; raras veces= 1; a veces= 2; casi siempre= 3; siempre=4.

El ítem numero 13 es inverso S (0), CS (1), AV (2), RV (3), N (4). La validez fue dada mediante el análisis factorial confirmatorio, con resultados (χ^2 (238) = 35,23; $p < 0,05$; $\chi^2/df = 1,48$; GFI=0,92; RMR=0,06; RMSEA=0,04; AIC=477,28). La confiabilidad fue mediante el alfa de Cronbach obteniéndose valores en los factores mayores a 0,80, siendo confiable el instrumento

Cuadro 2.

Baremos para la adicción a redes sociales

	Bajo	Medio	Alto
Obsesión por las redes sociales	10-23	24-37	38-50
Falta de control personal	6-14	15-22	23-30
Uso excesivo de las redes sociales	8-18	19-29	30-40
Adicción a redes sociales	24-57	58-90	91-120

En la ciudad de Iquitos se observó la validez mediante el juicio de expertos dando como resultado 81,1% indica que instrumento de adicción a las redes sociales mide la variable que pretende medir

Variable procrastinación

Se utilizará la escala de procrastinación académica de Busko, D. (1998), con adaptación peruana de Chirio, D., y Basauri, M. (2023). Evalúa los niveles de procrastinación académica de los adolescentes, Administración grupal o individual, tiempo de 7 a 10 minutos, Consta de 16 ítems con respuestas tipo Likert, 1= nunca; 2= casi nunca; 3= algunas

veces; 4=muchas veces; 5= siempre. Presenta dos dimensiones: Situaciones y acciones de postergación y Pensamientos favorables a la postergación. La validez utilizó el AFE para la validez de la estructura interna, donde se obtuvo los resultados $KMO=0,903$; $X^2=2469,357$; esfericidad de Bartlett; $gl=120$; $p<0,01$, y el juicio de expertos para la validez de contenido, teniendo un valor de Aiken = 0,9 – 1,0; siendo el corte mínimo 0,8.

El análisis de fiabilidad fue dado por el coeficiente omega para las dimensiones también hubo valores altos en el coeficiente theta demostrando consistencia de confiabilidad, la dimensión pensamientos favorables a la postergación ($\omega=.82$, $\theta=.87$) y la dimensión situaciones y acciones de postergación ($\omega=.77$, $\theta=.71$) cuentan con valores altos de fiabilidad.

Cuadro 3.

Baremos para la procrastinación académica

Categorías	Percentil	Situaciones y acciones de postergación	Pensamientos favorables a la postergación	Procrastinación académica
Bajo	1 a 25	11 - 25	5 - 11	16 - 37
Medio	26 a 75	26 - 40	12 - 18	38 - 59
Alto	76 a 99	41 - 55	19 - 25	60- 80

En la ciudad de Iquitos se observó la validez mediante el juicio de expertos dando como resultado 81,7% indica que instrumento de procrastinación académica mide la variable que pretende medir

Procesamiento de recolección de datos

El recojo de datos fue de la siguiente manera:

- Se pidió autorización al director general del Instituto Reyna de las Américas.
- Las tesisas fueron prudentes en el acopio de información, asumieron la ética y responsabilidad en todo instante.
- Se les dio detalles a los estudiantes sobre la importancia de la investigación.
- Se recogió la información utilizando el instrumento de procrastinación y adicción a las redes sociales.
- Se procesó los datos y se interpretó los resultados.
- Se procedió a elaborar el informe respectivo.

3.4. Procesamiento y análisis de datos

Los análisis se realizaron mediante el programa SPSS v25., procediendo a elaborar una base de datos donde se procedió a organizar la información en tablas estadísticas. El análisis inferencial inició con la prueba de normalidad, mediante el estadístico Kolmogorov Smirnov, determinó que las variables de estudio no prosiguen una distribución normal, por lo tanto para docimar la hipótesis se utilizó la prueba no paramétrica Chi Cuadrado.

3.5. Aspectos éticos

La presente investigación se basó en los tres principios básicos de ética en investigación, que se detalla en el informe de Belmont como:

Respeto a las personas. – referido al trato de los sujetos como seres autónomos y proteger aquellos individuos que sean vulnerables.

Beneficencia. – no infringir daño al individuo, maximizando los beneficios y minimizando los riesgos que puedan presentarse. Este

principio no es un acto de caridad, más bien es una obligación del investigador.

Justicia. – otorga trato justo a los individuos, distribuyendo los beneficios de forma equitativa y las cargas vinculadas al estudio.

Además, debe integrarse el consentimiento informado, selección equitativa de los participantes de la investigación, análisis de beneficios y peligros (Delclós, D., 2018)

Capítulo IV. Resultados

Tabla 1.

Características sociodemográficas en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Características sociodemográficas	fi	%
Sexo		
Masculino	89	26,8
femenino	243	73,2
Edad (años)		
15 a 20	207	62,3
21 a 27	89	26,8
28 a 33	28	8,4
34 a 40	8	2,4
Ciclo de estudio		
I	25	7,5
II	109	32,8
III	100	30,1
IV	59	17,8
V - VI	39	11,7
Estado civil		
Soltero	314	94,6
Casado	17	5,1
Viudo	1	0,3
Trabaja		
Si	108	32,5
No	224	67,5
¿Dónde se conecta a las redes sociales?		
Casa	46	13,9
Instituto	3	0,9
Calle	2	0,6
Celular	199	59,9
Casa – instituto	14	4,2
Casa-calle - por celular	5	1,5
Casa – calle	3	0,9
Casa – instituto – celular	19	5,7

Casa – por celular	13	3,9
Casa – instituto - calle	1	0,3
Casa – instituto – calle – por celular	27	8,1
¿Con qué frecuencia se conecta en las redes sociales?		
Todo el tiempo me encuentro conectado	93	28,0
Una o dos veces por día	128	38,6
Entre siete a 12 veces al día	51	15,4
Dos o tres veces por semana	11	3,3
Una vez por semana	6	1,8
Entre tres a seis veces por día	43	13,0
De todas las personas que conoce a través de la red, ¿Cuántos conoce personalmente?		
10% o menos	64	19,3
Entre 11 y 30%	58	17,5
Entre el 31 y 50%	76	22,9
Entre el 51 y 70%	79	23,8
Más del 70%	55	16,6
Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos		
Si	264	79,5
No	68	20,5
Qué es lo que más le gusta de las redes sociales		
Conexión con amigos y familiares	33	9,9
Entretenimiento	168	50,6
Noticias	36	10,8
Mantenerme al día en intereses propios	95	28,6

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 1, muestra las características sociodemográficas en estudiantes de enfermería técnica, del total de estudiantes, el 73,2% fueron mujeres y el 26,8% varones. Estudiantes entre 15 a 20 años fueron 62,3%; 21 a 27 años 26,8%; 28 a 33 años 8,4%; 34 a 40 años 2,4%. El ciclo I tuvo 7,5% de estudiantes, II ciclo 32,8%; III ciclo 30,1%; IV ciclo 17,8% y V – VI ciclo 11,7%. El 94,6% de los estudiantes fueron solteros, 5,1% casados y el 0,3% viudo. El 59,9% de los estudiantes se conecta a las redes sociales mediante el celular, 13,9% desde casa. El 38,6% de los estudiantes se conectan a las redes sociales uno o dos veces al día, el 28% se encuentra todo el tiempo conectado, el 15,4% entre siete a 12 veces al día y el 13% entre tres

a seis veces al día. De todas las personas que conoce a través de la red, ¿Cuántos conoce personalmente?, el 23,8% entre 51 – 70%; 22,9% entre 31 – 50%; el 19,3% menos del 10%; el 17,5% entre 11 – 30% y el 16,6% más del 70%. Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos, el 79,5% dijo si y el 20,5% no. el 50,6% de los estudiantes dijo que le gusta el entretenimiento, 28,6% mantenerse al día en cosas propias, 10,8% noticias y el 9,9% conectarse con amigos, familiares.

Análisis univariado

Variable adicción a las redes sociales

Tabla 2.

Niveles de adicción a las redes sociales en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Variable	Niveles					
	Bajo		Medio		Alto	
	fi	%	fi	%	fi	%
Adicción a las redes sociales	258	77,7	71	21,4	3	0,9
Dimensiones						
Obsesión por las redes sociales	280	84,3	51	15,4	1	0,3
Falta de control personal	219	66,0	107	32,2	6	1,8
Uso excesivo de redes sociales	195	58,7	121	36,4	16	4,8

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 2, presenta el nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de enfermería técnica, del, total de estudiantes, el 77,7% tuvo nivel bajo, 21,4% nivel medio y 0,9% alto. Obsesión por las redes, el 84,3% de los estudiantes tuvo nivel bajo, 15,4% medio, 0,3% alto. Falta de control personal, los estudiantes presentaron nivel bajo en 66%, medio 32,2%, alto 1,8%. Uso excesivo de redes sociales, el nivel de los estudiantes fue bajo en 58,7%, medio 36,4% y alto 4,8%.

El nivel de adicción a las redes sociales en estudiantes de enfermería técnica fue bajo.

Tabla 3.

Niveles de adicción a las redes sociales según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Ciclo de estudio	Niveles adicción redes sociales					
	Bajo		Medio		Alto	
	fi	%	fi	%	fi	%
I	15	60,0	10	40,0	0	0
II	79	72,5	30	27,5	0	0
III	79	79,0	18	18,0	3	3,0
IV	53	89,8	6	10,2	0	0
V - VI	32	82,1	7	17,9	0	0

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 3, muestra los niveles de adicción a las redes sociales según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica, del total de entrevistados, en estudiantes del I ciclo, la adicción por redes sociales tuvo nivel bajo en 60%, medio 40%. II ciclo, el 72,5% tuvo nivel bajo, 27,5% nivel medio. III ciclo, el 79% tuvo nivel bajo, 18% medio y 3% alto. IV ciclo, el 89,8% con nivel bajo, 10,2% medio. V – VI ciclo el 82,1% tuvo nivel bajo y el 17.9% medio.

El 3% de los estudiantes del III ciclo de estudio de enfermería técnica presentaron niveles altos en la adicción a redes sociales.

Tabla 4.

Niveles de las dimensiones de adicción a las redes sociales según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Ciclo de estudio	Dimensiones	Niveles					
		Bajo		Medio		Alto	
		fi	%	fi	%	fi	%
I	Obsesión por redes	15	60,0	10	40,0	0	0
	Falta de control	14	56,0	10	40,0	1	4,0
	Uso excesivo	9	36,0	13	52,0	3	12,0
II	Obsesión por redes	92	84,4	17	15,6	0	0
	Falta de control	68	62,4	40	36,7	1	0,9
	Uso excesivo	60	55,0	42	38,5	7	6,4
III	Obsesión por redes	84	84,0	15	15,0	1	1,0
	Falta de control	65	65,0	31	31,0	4	4,0
	Uso excesivo	60	60,0	36	36,0	4	4,0
IV	Obsesión por redes	54	91,5	5	8,5	0	0
	Falta de control	46	78,0	13	22,0	0	0
	Uso excesivo	38	64,4	20	33,9	1	1,7
V – VI	Obsesión por redes	35	89,7	4	10,3	0	0
	Falta de control	26	66,7	13	33,3	0	0
	Uso excesivo	28	71,8	10	25,6	1	2,6

Fuente: Base de datos SPSS

Tabal 4, muestra los niveles de las dimensiones de adicción a las redes sociales según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica, del total de estudiantes, en el I ciclo, el 4% de los estudiantes tuvieron nivel alto en la falta de control y el 12% con niveles altos en el uso excesivo de redes sociales. II ciclo, el 6,4% de los estudiantes tienen nivel alto en el uso excesivo de redes sociales, el 0,9% con nivel alto en la falta de control. III ciclo, el 4% tiene nivel alto en el uso excesivo de redes, el 4% nivel alto en falta de control y el 1% nivel alto en obsesión por las redes.

IV ciclo, los estudiantes con nivel alto en el uso excesivo de redes. V – VI, mostraron nivel alto en 2,6% en el uso excesivo en redes.

Los estudiantes de todos los ciclos presentaron en pequeños porcentajes niveles altos en el uso excesivo de redes.

Variable procrastinación académica

Tabla 5.

Niveles de procrastinación y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Variable	Niveles					
	Bajo		Medio		Alto	
	fi	%	fi	%	fi	%
Procrastinación académica	231	69,6	98	29,5	3	0,9
Dimensiones						
Situaciones y acciones de postergación	231	69,6	96	28,9	5	1,5
Pensamientos favorables a la postergación	216	65,1	0	0	116	34,9

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 5, muestra el nivel de procrastinación y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica, del total de estudiantes, el nivel de procrastinación fue bajo en 69,6%; medio 29,5%; 0,9% alto. Situaciones y acciones de postergación, el nivel fue bajo en 69,6%; medio 28,9%; alto 1,5%. Pensamientos favorables a la postergación, tuvo nivel alto 34,9%; 65,1% bajo.

La procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica fue baja en 69,6%.

Tabla 6.

Niveles de procrastinación académica según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Ciclo de estudio	Niveles procrastinación académica					
	Bajo		Medio		Alto	
	fi	%	fi	%	fi	%
I	15	60,0	9	36,0	1	4,0
II	78	71,6	31	28,4	0	0
III	65	65,0	33	33,0	2	2,0
IV	45	76,3	14	23,7	0	0
V - VI	28	71,8	11	28,2	0	0

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 6, muestra el nivel de procrastinación académica según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica, del total de estudiantes, I ciclo, el 60% de estudiantes tuvo nivel bajo, 36% medio, 4% alto. II ciclo, el 71,6% nivel bajo, 28,4% medio. III ciclo, el 65% de discentes nivel bajo, 33% medio, 2% nivel bajo. IV ciclo, 76,3% de discentes nivel bajo, 23,7% medio. V – VI ciclo, el 71,8% nivel bajo, 28,2% medio.

El 4% y 2% de estudiantes del ciclo I, y ciclo III, presentaron niveles altos en procrastinación académica.

Tabla 7.

Niveles de las dimensiones de procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Ciclo de estudios	Dimensiones	Bajo		Niveles Medio		Alto	
		fi	%	fi	%	fi	%
I	Situaciones ya acciones de postergación	14	56,0	10	40,0	1	4,0
	Pensamientos favorables a la postergación	11	44,0	0	0	14	56,0
II	Situaciones ya acciones de postergación	77	70,6	31	28,4	1	0,9
	Pensamientos favorables a la postergación	72	66,1	0	0	37	33,9
III	Situaciones ya acciones de postergación	66	66,0	32	32,0	2	2,0
	Pensamientos favorables a la postergación	59	59,0	0	0	41	41,0
IV	Situaciones ya acciones de postergación	46	78,0	13	22,0	0	0
	Pensamientos favorables a la postergación	46	78,0	0	0	13	22,0
V – VI	Situaciones ya acciones de postergación	28	71,8	10	25,6	1	2,6
	Pensamientos favorables a la postergación	28	71,8	0	0	11	28,2

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 7, muestra los niveles de las dimensiones de procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica, del total de entrevistados, situación y acciones de postergación con niveles altos, ciclo I, 4%; ciclo II, 0,9%; III ciclo, 2%; V – VI ciclo, 2,6%. Pensamientos favorables a la postergación con niveles altos. I ciclo, 56%; II ciclo 33,9%; III ciclo, 41%; IV ciclo 22%; V – VI ciclo, 28,2%.

Las dimensiones de la procrastinación académica en todos los ciclos tuvieron nivel bajo, sin embargo, los estudiantes del I y III ciclo tuvieron mejores niveles hacia los pensamientos favorables a la postergación

Análisis bivariado

Tabla 8.

Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Adicción a redes sociales		Procrastinación académica			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Bajo	fi	199	59	0	258
	%	77,1%	22,9%	0,0%	100,0%
Medio	fi	32	38	1	71
	%	45,1%	53,5%	1,4%	100,0%
Alto	fi	0	1	2	3
	%	0,0%	33,3%	66,7%	100,0%
Total	fi	231	98	3	332
	%	69,6%	29,5%	0,9%	100,0%

$X^2_c=174,184$; gl=4; p=0,000

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 8, presenta la adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica, del total de entrevistados, 258 estudiantes mostraron nivel bajo en adicción a redes sociales y la procrastinación fue baja en 77,1% y media en 22,9%. 71 estudiantes con nivel medio en adicción a redes y la procrastinación fue media 53,5%; baja 45,1%. 3 estudiantes con nivel alto en adicción a redes y su procrastinación fue alta en 66,7% y 33,3% media.

La adicción a las redes sociales se relaciona con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas ($p<0,05$)

Tabla 9.

Obsesión por las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Obsesión por las redes sociales		Procrastinación académica			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Bajo	fi	208	72	0	280
	%	74,3%	25,7%	0,0%	100,0%
Medio	fi	23	26	2	51
	%	45,1%	51,0%	3,9%	100,0%
Alto	fi	0	0	1	1
	%	0,0%	0%	100,0%	100,0%
Total	fi	231	98	3	332
	%	69,6%	29,5%	0,9%	100,0%

$X^2_c=131,953$; $gl=4$; $p=0,000$

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 9, presenta la obsesión por las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica, del total de entrevistados, 280 estudiantes con nivel bajo en obsesión por las redes sociales, el 74,3% tuvo nivel bajo y 25,7% nivel medio en procrastinación. 51 estudiantes con nivel medio en obsesión por las redes, el 51% nivel medio; 45,1% nivel bajo y 3,9% nivel alto en procrastinación. 1 estudiante con nivel alto en obsesión por redes también tuvo nivel alto en procrastinación.

La obsesión por las redes sociales se relaciona con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas ($p<0,05$)

Tabla 10.

Falta de control personal y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Falta de control personal		Procrastinación académica			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Bajo	fi	175	44	0	219
	%	79,9%	20,1%	0,0%	100,0%
Medio	fi	56	50	1	107
	%	52,3%	46,7%	0,9%	100,0%
Alto	fi	0	4	2	6
	%	0,0%	66,7%	33,3%	100,0%
Total	fi	231	98	3	332
	%	69,6%	29,5%	0,9%	100,0%

$X^2_c=104,053$; gl=4; p=0,000

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 10, presenta la falta de control personal y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica, del total de estudiantes, 219 con nivel bajo en falta de control personal, la procrastinación fue baja en 79,9%; media 20,1%. 107 estudiantes con nivel medio en falta de control personal, la procrastinación fue baja en 52,3%; medio 46,7%; 0,9% alto. 6 estudiantes con nivel alto en falta de control personal, la procrastinación fue media en 66,7%; 33,3% alta.

La falta de control personal se relaciona con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas ($p<0,05$)

Tabla 11.

Uso excesivo de las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas

Uso excesivo de las redes sociales		Procrastinación académica			Total
		Bajo	Medio	Alto	
Bajo	fi	160	35	0	195
	%	82,1%	17,9%	0,0%	100,0%
Medio	fi	63	58	0	121
	%	52,1%	47,9%	0,0%	100,0%
Alto	fi	8	5	3	16
	%	50,0%	31,3%	18,8%	100,0%
Total	fi	231	98	3	332
	%	69,6%	29,5%	0,9%	100,0%

$X^2_c=92,585$; $gl=4$; $p=0,000$

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 11, presenta el uso excesivo de las redes sociales y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica, del total de entrevistados, 195 estudiantes con nivel bajo en el uso excesivo de redes sociales, la procrastinación fue baja en 82,1%; medio 17,9%. 121 estudiantes con nivel medio en uso excesivo de redes, la procrastinación fue bajo en 52,1%; medio 47,9%. 16 alumnos con nivel alto en uso excesivo en redes, la procrastinación tuvo nivel bajo 50%; 31,3% medio; 18,8% alto.

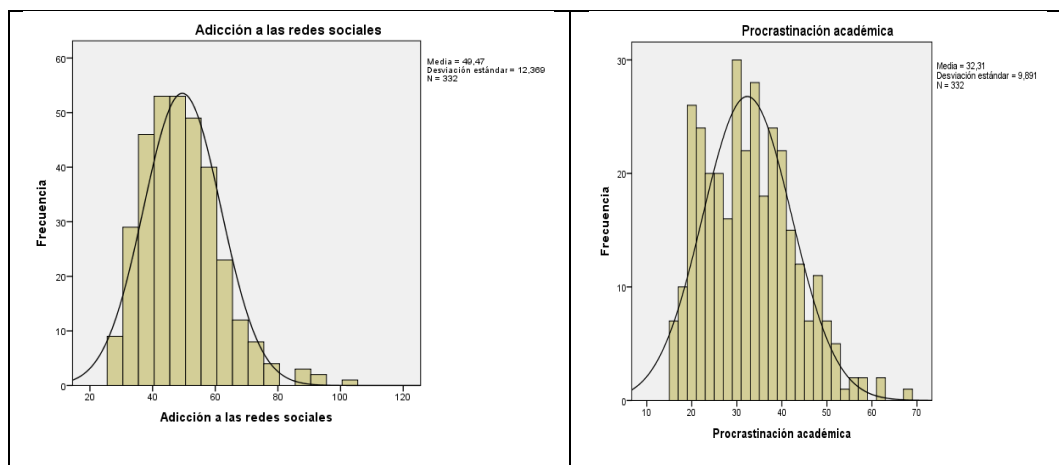
El uso excesivo de las redes sociales se relaciona con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas ($p<0,05$)

Contraste de hipótesis

Se determinó la prueba de normalidad mediante el estadístico de Kolmogorov-Smirnov, siendo el resultado que las variables de estudio adicción a las redes sociales ($KS=0,062$; $gl=332$; $p=0,003$) y procrastinación académica ($KS=0,062$; $gl=332$; $p=0,003$), no prosiguen una distribución normal, por lo tanto se utilizó el estadístico no paramétrico Chi Cuadrado para el contraste de hipótesis.

Figura 1.

Histograma con curva de normalidad de las variables



Fuente: Base de datos SPSS

En la Figura 1, muestra la gráfica del histograma con su curva de normalidad de las variables de estudios, por lo tanto, se observó que no se distribuyen de forma normal.

Contraste de hipótesis

Tabla 12.

Contraste de hipótesis

Hipótesis	X^2_c	gl	p	Condición
<u>Hipótesis general</u> H ₁ : La adicción a las redes sociales se relaciona con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	174,184	4	0,000	Si hay relación
<u>Hipótesis específica 1.</u> H ₁ : La Obsesión por las redes sociales se relaciona con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	131,953	4	0,000	
<u>Hipótesis específica 2.</u> H ₁ : La Falta de control personal se relaciona con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	104,053	4	0,000	
<u>Hipótesis específica 3.</u> H ₁ : El Uso excesivo de las redes sociales se relaciona con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	92,585	4	0,000	

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 12, presenta la prueba de hipótesis de la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica.

Hipótesis general, evidencia relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($X^2= 174,184$; gl= 4; p=0,000).

Hipótesis específica 1, evidencia relación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica ($X^2= 131,953$; $gl= 4$; $p=0,000$).

Hipótesis específica 2, evidencia relación entre la falta de control personal y la procrastinación académica ($X^2= 104,053$; $gl= 4$; $p=0,000$).

Hipótesis específica 3, evidencia relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica ($X^2= 92,585$; $gl= 4$; $p=0,000$).

Capítulo V. Discusión, conclusiones y recomendaciones

5.1. Discusión

La adicción a las redes sociales es un trastorno de comportamiento que posee la particularidad de sentir la necesidad imperiosa e irreversible de conectarse a las redes sociales, conduciendo a la persona a la pérdida de control en su vida cotidiana. El uso desmedido de las redes sociales produce en el sujeto, irritabilidad, ansiedad, depresión, aislamiento entre otros.

Los resultados de la adicción a las redes sociales, muestran que el 77,7% tuvo nivel bajo, 21,4% nivel medio y 0,9% alto. Se complementa con **Ardila, I., et al. (2022)**, presentó un estudio “Adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia”, y encontró que el nivel de adicción a las redes sociales fue moderado 48,1%; leve 46,2%; severa 9% y Normal 4,7%. Se complementa con **Pari, F. (2024)**, desarrolló una investigación “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la carrera técnica de contabilidad del instituto superior tecnológico altiplano en el contexto de la pandemia por COVID-19”, observó que Uso de las redes sociales en los estudiantes fue alta 63,4%; medio 35,7%; bajo 0,9%. Se asemeja con **Pariansullca, J. et al. (2022)**, realizó

un estudio “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de un instituto privado”, observó que el uso de redes sociales en estudiantes fue medio 59,2%; bajo 40,8%. Se complementa con **Aguilar, C. (2022)**, realizó un estudio “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada Lima”, encontró que los niveles de adicción a las redes sociales de los estudiantes fueron 41,67% alto, medio 40,83%; bajo 17,50%. Se asemeja con **Arteaga, H., et al. (2022)**, realizó un estudio “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la Selva Peruana”, observó que en adicción a redes sociales el nivel fue medio 38,3%; bajo 32,6%; alto 28,6%. Se complementa con **Bernuy, Y., y Carmen, C. (2021)**, realizó una investigación “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana”, observó que la adicción a redes sociales fue medio en 59,5%; bajo 28,1%; alto 12,3%. Coincide con **Torres, P. (2020)**, desarrolló un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo”, observó que los estudiantes presentaron niveles bajo de adicción a las redes sociales en 57,8%. Se complementa con **Esquivel, L. (2020)**, mostró un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Universidad Privada”, encontró que el nivel de los estudiantes en adicción a las redes sociales fue medio en 54,9%; alto 42,4%; bajo 2,6%.

Los resultados de la procrastinación académica mostraron que fue bajo en 69,6%; medio 29,5%; 0,9% alto. Se asemeja con **Pari, F. (2024)**, desarrolló una investigación “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la carrera técnica de contabilidad del instituto superior tecnológico altiplano en el contexto de la pandemia por COVID-19”, observó que la procrastinación en los estudiantes fue alta 93,8%; media 6,3%. Se complementa con **Alor, J. (2023)**, realizó un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur”, observó que los niveles de procrastinación académica fueron muy altos 39,6%; muy bajo 26,7%; bajo

19,2%; alto 14,5%. Coincide con **Pariansullca, J. et al. (2022)**, realizó un estudio “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de un instituto privado”, encontró que los niveles de procrastinación en estudiantes fueron muy bajos 62%; bajo 25,4%; promedio 12,6%. Se complementa con lo dicho por **Aguilar, C. (2022)**, realizó un estudio “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada Lima”, encontró que Los niveles de procrastinación fueron alto en 42,5%; medio 36,67% y bajo 20,83%. Se complementa con **Arteaga, H., et al. (2022)**, realizó un estudio “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la Selva Peruana”, encontró que la procrastinación tuvo nivel medio 43,1%; bajo 31,3%; alto 25,7%. Se asemeja con **Bernuy, Y., y Carmen, C. (2021)**, realizó una investigación “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana”, observó que la procrastinación académica tuvo nivel alto 42,7%; medio 35,1%; bajo 22,2%. Coincide con lo dicho por **Torres, P. (2020)**, desarrolló un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo”, observó que la procrastinación académica con nivel bajo en 70,9%. Se complementa con **Esquivel, L. (2020)**, mostró un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Universidad Privada”, encontró que nivel de procrastinación en los dicentes fue alto 50%; medio 42%; bajo 8%.

Al relacionar la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, evidencia relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($X^2= 174,184$; $gl= 4$; $p=0,000$). Se complementa con **Bedón, J. (2023)**, alcanzó una investigación “Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato”, observó relación significativa entre adicción a las redes sociales y la postergación de actividades ($p<0,001$). Coincide con **Pari, F. (2024)**, desarrolló una investigación “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la carrera técnica de contabilidad del instituto superior tecnológico altiplano en el contexto de la

pandemia por COVID-19”, encontró relación significativa entre el uso de redes sociales y procrastinación ($p < 0,05$). Coincide con **Pariansullca, J. et al. (2022)**, realizó un estudio “Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de un instituto privado”, observó relación entre el uso de redes sociales y procrastinación ($p < 0,05$). Coincide con **Aguilar, C. (2022)**, realizó un estudio “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada Lima”, evidenció relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($p < 0,01$). Coincide con **Bernuy, Y., y Carmen, C. (2021)**, realizó una investigación “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana”, evidencia correlación entre las variables de estudio ($p < 0,01$). Coincide con **Torres, P. (2020)**, desarrolló un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo”, observó relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($p < 0,01$). Coincide con **Esquivel, L. (2020)**, mostró un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Universidad Privada”, encontró relación significativa entre la adicción a las redes sociales y procrastinación ($p < 0,05$).

Al relacionar las dimensiones de la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, encontró relación entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación ($X^2 = 131,953$; $gl = 4$; $p = 0,000$). Evidencia relación entre la falta de control personal y la procrastinación académica ($X^2 = 104,053$; $gl = 4$; $p = 0,000$). Existe relación entre el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica ($X^2 = 92,585$; $gl = 4$; $p = 0,000$). Se complementa con **Alor, J. (2023)**, realizó un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur”, observó relación entre la procrastinación con las dimensiones obsesión por las redes y falta de control personal. Coincide con **Bernuy, Y., y Carmen, C. (2021)**, realizó una investigación “Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana”, encontró relación entre las dimensiones del uso de

redes sociales y procrastinación académica ($p < 0,01$). Coincide con **Esquivel, L. (2020)**, mostró un estudio “Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Universidad Privada”, encontró relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y procrastinación.

5.2. Conclusiones

1. La mayoría de los estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas se conecta frecuentemente a las redes sociales, lo que podría generar una sobrecarga emocional, distracción y, en algunos casos, dependencia digital, teniendo en cuenta que el 50,6% usan las redes como entretenimiento. Aunque muchos estudiantes mantienen conexiones con personas conocidas y comparten datos reales, el uso de redes sociales como fuente principal de entretenimiento puede estar contribuyendo a un mayor riesgo de distracción y una disminución en su capacidad de concentración, lo que impacta indirectamente en su rendimiento académico.
2. El nivel de adicción a las redes sociales en los estudiantes de enfermería técnica fue bajo, pero presencia patrones problemáticos: A pesar de que el nivel general de adicción a las redes sociales es bajo, algunos estudiantes, especialmente del III ciclo, presentan niveles elevados de adicción, lo que puede tener consecuencias psicológicas más profundas. La obsesión por las redes sociales, combinada con la falta de control personal, podría desencadenar efectos negativos, como ansiedad, estrés y baja autoestima, lo que a su vez impacta su capacidad de gestión del tiempo y rendimiento académico.
3. La procrastinación académica tuvo nivel bajo en los estudiantes de enfermería técnica, también, en situaciones y acciones de postergación y pensamientos favorables a la postergación. Asimismo, el 34,9% de estudiantes tuvo nivel alto en los pensamientos favorables a la postergación. Aunque los niveles generales de procrastinación académica son bajos, los estudiantes muestran un patrón preocupante de pensamientos favorables a la postergación, especialmente en los primeros ciclos. Estos pensamientos están vinculados con la evitación de tareas académicas y la búsqueda de distracción en actividades como el uso de redes sociales. La procrastinación no solo es un reflejo de falta de disciplina, sino también de una posible falta de habilidades de

regulación emocional y afrontamiento frente a las demandas académicas.

4. Existe una relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, lo que sugiere que los estudiantes que se sienten más atraídos por el uso excesivo de las redes sociales tienden a postergar más sus tareas académicas. Esto indica que la dependencia digital puede ser un mecanismo de evasión frente a la ansiedad o estrés relacionados con los estudios, lo que refuerza la necesidad de intervenciones que ayuden a gestionar el uso de las redes sociales y fomentar un enfoque más equilibrado en las responsabilidades académicas.
5. La obsesión por las redes sociales y la falta de control personal en su uso tienen un impacto negativo sobre la procrastinación académica, aunque los estudiantes no parecen experimentar altos niveles de ansiedad o angustia. Sin embargo, el mal manejo del tiempo y la priorización de distracciones digitales pueden disminuir la eficiencia académica. Es necesario implementar programas educativos que enseñen a los estudiantes a gestionar su tiempo de manera efectiva y a desarrollar habilidades de autorregulación emocional.
6. Aunque los estudiantes no muestran signos de aislamiento social, el uso excesivo de redes sociales sigue siendo una fuente importante de distracción cognitiva, afectando la calidad de su atención en las tareas académicas. A pesar de que los estudiantes no presentan signos visibles de angustia, esta distracción puede llevar a un bajo rendimiento académico si no se gestionan adecuadamente los impulsos de conexión digital. La implementación de estrategias de autocontrol y técnicas de concentración podría mejorar significativamente la productividad académica.
7. El uso excesivo de las redes sociales se relaciona con la procrastinación académica en los estudiantes de enfermería técnica. Las intervenciones futuras deben enfocarse en ayudar a los estudiantes a encontrar un equilibrio saludable entre sus responsabilidades académicas y su uso de redes sociales. Programas de concientización sobre los efectos psicológicos del uso excesivo de tecnología, así como el fomento de habilidades de autocontrol y autorregulación emocional, son fundamentales para prevenir la procrastinación y mejorar el bienestar

psicológico de los estudiantes. Además, fortalecer la capacidad de los estudiantes para resistir la tentación de distracciones digitales contribuiría a una mejora en su rendimiento académico y bienestar general.

7.2. Recomendaciones

1. Al director del Instituto Reyna de las Américas, implementar talleres para promover la salud mental y bienestar emocional en los estudiantes, con énfasis en el impacto del uso inadecuado de las redes sociales. Esto ayudará a prevenir problemas con el manejo inadecuado de estas plataformas.
2. A los docentes, incorporar estrategias didácticas innovadoras para sensibilizar a los estudiantes sobre los riesgos del uso desmedido de las redes sociales. Estas estrategias deben estar orientadas a prevenir problemas como distracciones en el aprendizaje.
3. A los docentes, implementar técnicas de comunicación efectiva y fortalecer habilidades para fomentar estilos de vida saludable en los estudiantes, contribuyendo así a mejoras significativas en su desempeño académico y bienestar integral.
4. A la comunidad académica, publicar y difundir los resultados de investigaciones relacionadas con el impacto del uso excesivo de las redes sociales. Esto servirá como herramienta para concienciar sobre los efectos negativos, como la procrastinación y el bajo rendimiento académico, promoviendo una reducción en el tiempo de uso y hábitos más saludables.

Referencias bibliográficas

- Acibeiro, M. (01 de marzo de 2024). *Guía completa sobre redes sociales: Tipos, usos y consejos*.
<https://www.godaddy.com/resources/es/marketing/que-son-las-redes-sociales-y-para-que-sirven>
- Aguilar, C. (2022). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada Lima. (tesis de grado)*. Universidad Peruana los Andes.
- Alor, J. (2023). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur. (tesis de grado)*. Universidad Autónoma del Perú.
- Altamirano, C., y Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo Facultad de Ciencias de la Salud*, 15(3), 16-28.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Ardila, I., Orozco, P., y Potosí, B. (2022). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de la Universidad Cooperativa de Colombia. (tesis de grado)*. Universidad Cooperativa de Colombia.
- Arteaga, H., Sánchez, K., Quispe, N., Polin, J., Coronado, J., y Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la Selva Peruana. *Redalyc.org UAEM*, 16(3), 4-14.
<https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Atalaya, C. y García, L. (20019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología. Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos*, 22(2), 363 - 378.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Beauregard, L. (24 de mayo de 2023). *El mayor experto en salud de EE UU recomienda restringir el uso de las redes sociales a los adolescentes* . <https://elpais.com/sociedad/2023-05-24/el-mayor-experto-en-salud-de-ee-uu-recomienda-restringir-el-uso-de-las-redes-sociales-a-los-adolescentes.html>

- Bedón, J. (2023). *Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato. (tesis de grado)*. Universidad Técnica de Ambato.
- Bernuy, Y., y Carmen, C. (2021). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana. (tesis de grado)*. Universidad César Vallejo.
- Błachnio, A., Przepiórka, A., y Pantic, I. (2015). Uso de Internet, intrusión de Facebook y depresión: resultados de un estudio transversal. *Estudiar. Psiquiatría europea*, 30(6), 681-684.
<https://doi.org/https://bit.ly/3IMNdLD>.
- Buencoco. (05 de abril de 2023). *Adicción a las redes sociales: qué es, causas y tratamiento*. <https://www.buencoco.es/blog/adiccion-redes-sociales#strong%C2%BFqu%C3%A9-son-las-adicciones-a-las-redes-socialesstrong>
- Busko, D. (1998). *Causas y consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación: Un modelo de ecuación estructural. Tesis de maestría no publicada*. Guelph, Ontario: Universidad de Guelph.
- Carranza, R., y Ramírez, G. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 3(2), 95-108.
<https://doi.org/https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467646127006>
- Cassasola, W. (23 de noviembre de 2022). *La procrastinación en estudiantes universitarios ¿Por qué debería ser un asunto de importancia académica?*
<https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/2022/11/23/procrastinacion-estudiantes-universitarios-deberia-ser-asunto-importancia-academica>
- Centro de Atención y Tratamiento de las Adicciones. (2024). *Consecuencias y causas de la adicción al móvil y redes sociales*.
<https://www.exii.es/adiccion/movil-redes-sociales/consecuencias-causas/>

Centro de Investigación y Tratamiento de Adicciones. (2024). *Tratamiento para la adicción a las redes sociales*.

<https://clinicascita.com/adiccion-redes-sociales/>

Charca, V., y Taco, K. (2017). *Factores personales que influyen a la procrastinación académica en los estudiantes de la Facultad de Ciencias histórico sociales*. (Tesis de pregrado). Universidad Nacional San Agustín.

<https://doi.org/http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/6158/TSchcov.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Chirio, D., y Basauri, M. (2023). MEDICIÓN DE LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA: ANÁLISIS PSICOMÉTRICO DE UNA VERSIÓN BREVE COMO UNA ECAD. *Avances en Psicología*. ISSN: 1812-9536. e-ISSN: 2708-5007, 31(1), 1-14.

<https://doi.org/https://doi.org/10.33539/avpsicol.2023.v31n1.2878>

Condori, P. (2020). *Universo, población y muestra*. Creative Commons.

Corral, M. (2014). La adicción al teléfono móvil. *A tu salud*, 3(85), 3-8.

Delclós, D. (marzo de 2018). *Ética en la investigación científica*.

<https://www.esteve.org/wp-content/uploads/2018/03/C43-02.pdf>

Díaz, H. (17 de enero de 2022). *Propósitos digitales 2022: superar la afición a redes sociales y resguardar los datos personales*.

<https://latam.kaspersky.com/blog/propositos-digitales-2022-superar-la-aficion-a-redes-sociales-y-resguardar-los-datos-personales/23770/>

El Comercio. (11 de noviembre de 2023). *El impacto de las redes sociales en los adolescentes y cómo usarlas de manera más provechosa*.

<https://elcomercio.pe/corresponsales-escolares/el-impacto-de-las-redes-sociales-en-los-adolescentes-y-como-usarlas-de-manera-mas-provechosa-loreto-noticia/>

Ellis, A. y Knaus, W. (2002). *Superar la procrastinación*. Nueva York.

El Peruano. (11 de agosto de 2016). *Uno de cada 100 menores muestra adicción a internet*. <https://elperuano.pe/noticia/44566-uno-de-cada-100-menores-muestra-adiccion-a-internet>

- Esquivel, L. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Universidad Privada. (tesis de grado)*. Universidad Privada Antenor Orrego.
- Fábregas, X. (2020). *Ser adicto a Internet tiene sus consecuencias y síntomas*. <https://www.masferriol.com/es/blog/adiccion-a-internet.html>
- Ferrari, J., Johnson, J. & McCown, W. (1995). *Procrastinación y evitación de tareas*. Prensa plenaria, Nueva York.
- García, J. (13 de septiembre de 2022). *Qué es procrastinar y cómo dejar de hacerlo*. <https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/que-es-procrastinar-y-como-dejar-de-hacerlo/>
- García, L. (01 de octubre de 2019). *Procrastinación. Qué es y cómo se vence*. <https://blogpsicologia.copmadrid.org/procrastinacion-que-es-y-como-se-vence/>
- García, S., Pérez, G. (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada. (tesis maestría)*. Universidad Católica de Trujillo.
https://doi.org/https://repositorio.uct.edu.pe/bitstream/123456789/454/1/017100011G_01710002
- GIFT Psicología. (13 de mayo de 2021). *ADICCIÓN A INTERNET*. <https://www.giftpsicologia.com/adiccion-a-internet/>
- Gil, L. y Botello, V. (2018). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *CASUS*, 3(2), 89-96.
- Gómez, C., Ortiz, N., y Perdomo, L. (2016). Procrastinación y factores relacionados para su análisis en la educación superior. *I+D Revista de Investigaciones*, 7(1), 32-39.
<https://doi.org/https://www.udi.edu.co/revistainvestigaciones/index.php/ID/article/viewFile/63/55>
- Gómez, S. (2012). *Metodología de la investigación*. RED TERCER MILENIO S.C. <https://doi.org/ISBN 978-607-733-149-0>

- Gonzales, P. (22 de diciembre de 2023). *Los 5 tipos de procrastinación*.
<https://lamenteesmaravillosa.com/los-5-tipos-de-procrastinacion/>
- Hernández, R., Fernández, C y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. México : McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Jasso, J., López, F., y Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica - Psychological Research Records*, 7(3), 2832-2838.
<https://doi.org/https://www.redalyc.org/pdf/3589/358954155010.pdf>
- LaRose, R., Lin, C. A. y Eastin, M. S. (2003). Uso no regulado de Internet: ¿adicción, hábito o autorregulación deficiente? . *Psicología de los medios*, 5(3), 225–253.
- Liberman, C. (26 de marzo de 2019). *Procrastinar no es un asunto de holgazanería, sino de manejo de las emociones*.
<https://www.nytimes.com/es/2019/03/26/espanol/como-evitar-la-procrastinacion.html>
- Llonch, E. (14 de junio de 2024). *Redes sociales: qué son, cuáles son las más importantes y datos clave para 2024*.
<https://www.cyberclick.es/numerical-blog/que-son-las-redes-sociales-y-cuales-son-las-mas-importantes>
- Mantilla, C. (14 de noviembre de 2017). *Los 3 tipos de procrastinación, y consejos para dejar de posponer tareas*.
<https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-de-procrastinacion>
- Marina, V. (05 de abril de 2023). *Adicción a las redes sociales: qué es, causas y tratamiento*. <https://www.unobravo.com/es/blog/adiccion-redes-sociales#strongcausas-de-la-adicci%C3%B3n-a-las-redes-socialesstrong>
- Matalinares, M., Díaz, A., Rivas, L., Dioses, A., Arenas, C. Raymundo, O., Fernández, E. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13). <https://doi.org/https://bit.ly/3tCcXO9>.

- Matlin, M. (1995). *Psicología (2 ed.)*. Fort Worth, TX: Sucursal Harcourt Javanovich.
- McCown, W., Johnson, J. y Petzel, T. (1989). La procrastinación, uno de los componentes principales análisis. . *Personalidad y diferencias individuales*,, 10(2), 197-202. [https://doi.org/doi.org/10.1016/0191-8869\(89\)90204-3](https://doi.org/doi.org/10.1016/0191-8869(89)90204-3)
- Molina, R. (17 de enero de 2023). *Qué son las redes sociales*.
<https://www.menteamente.com/blog-salud-mental/adiccion-redes-sociales>
- Pari, F. (2024). *Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de la carrera técnica de contabilidad del instituto superior tecnológico altiplano en el contexto de la pandemia por COVID-19. (tesis de grado)*. Universidad Nacional del Antiplano.
- Pariansullca, J., Ramírez, M., y Veliz, B. (2022). *Uso de redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de un instituto privado. (tesis de grado)*. Universidad Continental.
- Peiró, R. (01 de marzo de 2020). *Redes sociales*.
<https://economipedia.com/definiciones/redes-sociales.html>
- Psicodex. (2016). *¿En qué consiste la procrastinación?* .
<https://www.psiquiatriapsicologia-dexeus.com/es/unidades.cfm/ID/9734/ESP/-que-consiste-procrastinacion-.htm>
- Quant, D., y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, Procrastinación Académica: Concepto e Implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Universidad Manuela Beltrán, Programa de Psicología*.
<https://doi.org/Bogotá, Colombia>
- Querevalú, F., y Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima . *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79-87.
<https://doi.org/https://doi.org/10.17162/rccs.v13i1.1350>

- Rabin, L., Fogel, J., & Nutter-Upham, Kabin, L. F.-U. (2011). Procrastinación académica en estudiantes universitarios: el papel de la función ejecutiva autoinformada. *Revista de neuropsicología clínica y experimental*, 33(3), 344-357.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1080/13803395.2010.518597>
- RdStation. (2024). *¿Qué son las redes sociales?*
<https://www.rdstation.com/es/redes-sociales/>
- Reyero, S. (07 de marzo de 2024). *Adicciones a las redes sociales*.
<https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/adicciones-a-las-redes-sociales#>
- Rivas, M. (2006). *Manejo conductual cognitivo de un déficit en autocontrol, caracterizado por conductas de procrastinación (Tesis de pregrado)*. Pontificia Universidad Javeriana.
- Roberts, J. A., Pullig, C. y Manolis, C. (2015). Necesito mi teléfono inteligente: un modelo jerárquico de personalidad y adicción al teléfono celular. *Personalidad y diferencias individuales*, 79, 13-19.
- Rodríguez, C. (05 de julio de 2024). *El otro lado de la era digital: ¿qué pierden nuestros hijos por la adicción a las redes sociales?* .
<https://rpp.pe/vital/vivir-bien/redes-sociales-consecuencias-que-generan-a-los-jovenes-la-adiccion-a-las-plataformas-noticia-1567028?ref=rpp>
- Rodríguez, R. (19 de julio de 2021). *Adicción a las redes sociales: síntomas y consecuencias* .
<https://www.psiquion.com/blog/adiccion-redes-sociales>
- Rothblum, E. (1990). Miedo al fracaso. En H. Leitenberg, . *Manual de ansiedad social y evaluativa.*, 497-531.
<https://doi.org/doi:10.1007/978-1-4899-2504-6>
- Stainton, M., Lay, C. y Flett, G. (2000). Los procrastinadores y el comportamiento/rasgo Cogniciones específicas. *Diario de*, 15(5), 297-312.
- Suarez, J. (2022). TEORÍAS SOBRE LA PROCRASTINACIÓN Y SU INCIDENCIA EN LA GERENCIA EDUCATIVA. *Revista "Ventana*

Científica, 12(20), 1-12. <https://doi.org/ISSN 2305-6010> ,ISSN 2415-2390

- Torres, P. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo. (tesis de maestro)*. Universidad César Vallejo.
- Turel, O. y Serenko, A. (2012). Los beneficios y peligros de disfrutar con los sitios web de redes sociales. . *Revista europea de sistemas de información*,, 21(5), 512–528.
- Universidad Santander. (10 de mayo de 2023). *¿Qué tipos de redes sociales existen?* .
<https://www.santanderopenacademy.com/es/blog/tipos-de-redes-sociales.html>
- Varela, E. (16 de oct de 2019). *Causas de la Adicción a Internet*.
<https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/vida-saludable/adiccion-a-internet/causas-y-factores-de-riesgo>

ANEXOS

Anexo I: Matriz de Consistencia

“Adicción a las redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de un Instituto en la ciudad de Iquitos, 2024”.

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable e Indicadores	Metodología	Técnicas e Instrumentos	Fuentes de Información
<u>Problema general</u> ¿Cuál es la relación entre la adicción a las redes sociales con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024?	<u>Objetivo general</u> Determinar la relación entre la adicción a las redes sociales con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	<u>Hipótesis general</u> La adicción a las redes sociales se relaciona con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	Adicción a las redes sociales (X) Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales	<u>Tipo</u> cuantitativo, nivel básico, alcance descriptivo – correlacional, Prospectivo, analítico. <u>Diseño</u> No experimental transeccional <u>Población</u> conformada por 2,235 estudiantes de la especialidad de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas	<u>Técnica</u> Encuesta <u>Instrumentos</u> escala de adicción a redes sociales escala de procrastinación académica	Aguilar, C. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada Lima. (tesis de grado). Universidad Peruana los Andes. Alor, J. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Sur. (tesis de grado). Universidad Autónoma del Perú. Altamirano, C., y Rodríguez, M.
<u>Problemas específicos</u> 1. ¿Cuáles son las características socio demográficas en estudiantes de	<u>Objetivos específicos</u> 1. Identificar las características socio demográficas en estudiantes de enfermería	<u>Hipótesis específicas</u> Las dimensiones (Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal, Uso excesivo de las redes sociales),	Procrastinación académica (Y) Situaciones y acciones de postergación	<u>Muestra</u> muestra será 328 estudiantes de la		

enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024? 2. ¿Cuáles son los niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024? 3. ¿Cuáles son los niveles de procrastinación y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del	técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024. 2. Evaluar los niveles de adicción a las redes sociales y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024. 3. Analizar los niveles de procrastinación y sus dimensiones en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	de la variable adicción a las redes sociales se relacionan con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024.	Pensamientos favorables a la postergación	especialidad de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas. <u>Criterios de inclusión</u> Nacionalidad peruana Matriculados en el Instituto Reyna de las Américas en el semestre correspondiente referido al 2024 Ambos sexos Mayores de 18 a 38 años	(2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. Revista Eugenio Espejo Facultad de Ciencias de la Salud, 15(3), 16-28. https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03 Ardila, I., Orozco, P., y Potosí, B. (2022). Adicción a las redes sociales en estudiantes de la
---	--	--	--	--	---

Problema	Objetivos	Hipótesis	Variable Indicadores ^e	Metodología	Técnicas Instrumentos ^e	Fuentes de Información
Instituto Reyna de las Américas, 2024? 4. ¿De qué forma se relacionan las dimensiones (Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal, Uso excesivo de las redes sociales), de la variable adicción a las redes sociales con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas 2024?	4. Establecer la relación relacionan las dimensiones (Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal, Uso excesivo de las redes sociales), de la variable adicción a las redes sociales con la procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas, 2024			Turnos mañana y tarde Estudiantes que aceptaron participar en la investigación firmando el consentimiento informado. Criterios de exclusión Estudiantes de otros institutos Estudiantes matriculados en el Instituto Reyna de las Américas, pero de otras especialidades Estudiantes del turno noche Estudiantes que no desearon participar en el estudio y no firmaron el consentimiento informado		Universidad Cooperativa de Colombia. (Tesis de grado). Universidad Cooperativa de Colombia. Arteaga, H., Sánchez, K., Quispe, N., Polin, J., Coronado, J., y Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la Selva Peruana. Redalyc.org UAEM, 16(3), 4-14. https://doi.org/https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02

Anexo II: Carta de presentación

“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

Iquitos 12 de abril 2024

Sr.

Lic. Federico Morey Lavajos, Mg.

Director Instituto Reyna DE Las Américas.

Ciudad de Iquitos

Asunto: Solicita autorización para
realizar investigación

De mi consideración:

A través de la presente le saludo cordialmente y paso a expresarle que en mi calidad de Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Científica del Perú, ubicada en la Av. Abelardo Quiñones 2.5 Km, sede principal en la ciudad de Iquitos, y teniendo conocimiento de su prestigiosa Instituto Reyna DE Las Américas, en la ciudad de Iquitos, presento a las Bachiller del Programa Académico de Psicología Loida Fiorella Zegarra Paredes DNI 70769899 y Lucero Celeste Mendoza Shapiama DNI 73016925, la cual se encuentra en la etapa de recojo y aplicación de instrumentos de su investigación de Tesis, titulada “Adicción a las redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de enfermería de un Instituto en la ciudad de Iquitos, 2024”.

Solicito a digno despacho autorizar el ingreso de los estudiantes para que puedan realizar su investigación y recoger la información requerida.

Conociendo su compromiso con la educación de nuestra región recurro a su persona para que consienta facilidades a las estudiantes.

Atentamente,

Dra. HERMINIA DE LOS RIOS SOSA

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud

Universidad Científica del Perú.

Anexo III: Carta de autorización

"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la
conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

Iquitos, 17 de abril 2024

Sra.

Psi. Herminia De Los Rios Sosa, Mg.

Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud
Universidad Científica del Perú.

Asunto: Aprobación para realización de estudio de investigación

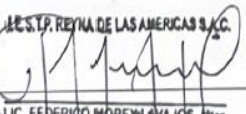
De mi consideración:

A través de la presente le saludo cordialmente y paso a expresarle que en mi calidad de Director en el Instituto Reyna De Las Américas de la ciudad de Iquitos, ubicada en la calle Brasil N °138, sede principal en la ciudad de Iquitos, teniendo conocimiento de su solicitud sobre el recojo y aplicación de pruebas que se realizarán por las bachilleres de Psicología, Loyda Fiorella Zegarra Paredes con DNI 70769899 y Lucero Celeste Mendoza Shapiama con DNI 73016925 , le informo que hemos revisado y aprobado su petición, considerando la importancia y el valor de la investigación que propone.

Quedamos a su disposición para coordinar cualquier detalle adicional y para garantizar que el proceso se lleve de manera ordenada y segura para todos los participantes.

Agradecemos su interés en colaborar con nuestro instituto y le deseamos éxito en el desarrollo de su proyecto.

Atentamente,


Lic. Federico Morey
DIRECTOR GENERAL
R.D. 005848 - 2009 CRL D

Director Instituto Reyna De Las Américas.

Ciudad de Iquitos

Anexo IV: Consentimiento informado

Iquitos abril 2024

El propósito de esta ficha de consentimiento informado es promover en los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participante.

La presente investigación es conducida por los Bachilleres en Psicología. LOYDA FIORELLA ZEGARRA PAREDES, DNI 70769899 y LUCERO CELESTE MENDOZA SHAPIAMA, DNI 73016925, de la Universidad Científica Del Perú. El objetivo de esta investigación es determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la con la procrastinación académica en estudiantes del Instituto Reyna de las Américas, 2024.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas de los instrumentos de evaluación, que les tomará aproximadamente de 15 a 20 minutos.

La participación de este estudio es voluntaria, la información que se recoja será confidencial y no se utilizara para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Las respuestas a los instrumentos serán codificadas por lo tanto serán anónimas.

Si existirán dudas sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en el. Si alguna de las preguntas del instrumento le parece incomodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador.

Desde ya le agradecemos su participación.

Acepto participar voluntariamente en esta investigación, conducida por los Bachilleres LOYDA FIORELLA ZEGARRA PAREDES, DNI 70769899 y LUCERO CELESTE MENDOZA SHAPIAMA, DNI 73016925. He sido informado (a) que la meta de este estudio es determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la dependencia emocional en los estudiantes.

Firma

DNI

Anexo V: Compromiso de Honor

Iquitos abril 2024.

A través del presente escrito el suscrito por los Bachilleres LOYDA FIORELLA ZEGARRA PAREDES, DNI 70769899 y LUCERO CELESTE MENDOZA SHAPIAMA, DNI 73016925, egresadas de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Científica del Perú, se comprometen a cumplir con las siguientes disposiciones académicas, conductuales y administrativas en el Instituto Reyna De Las Américas:

- ✓ Me comprometo a no interferir con las labores del personal.
- ✓ Respetar y asistir con puntualidad a las sesiones programadas para realizar las entrevistas a los estudiantes.
- ✓ Me comprometo a no cometer ningún tipo de plagio o cualquier otro acto de actitud deshonesto que atente contra el normal desarrollo de la investigación.
- ✓ No involucrarme en actos que, por su trascendencia social, comprometan negativamente al prestigio de la Institución en perjuicio para la imagen y/o fines de esta.
- ✓ No manifestar conductas que constituyan falta de honestidad, o estén reñidas con la moral y las buenas costumbres.

Siempre dirigirme con el respeto y consideración debida, a cualquier personal del Instituto Reyna De Las Américas.

Atentamente

Bach. Loyda Zegarra Paredes
DNI: 70769899

Bach. Lucero Mendoza Shapiama
DNI 73016925

Anexo VI: Declaración de autenticidad

Iquitos, de abril de 2024

Por el presente documento, los bachilleres en Psicología, Loyda Fiorella Zegarra Paredes, DNI 70769899 y Lucero Celeste Mendoza Shapiama, DNI 73016925, en calidad de autor de la tesis titulada: “ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DEL INSTITUTO REYNA DE LAS AMÉRICAS, 2024”, para optar el título profesional de Licenciado en Psicología que otorga la Universidad Científica del Perú, DECLARO EN HONOR A LA VERDAD:

1. Que, el presente trabajo de tesis es de mi exclusiva autoría y en el mismo no existe plagio de ninguna naturaleza, en especial copia de otro trabajo de tesis o similar presentado por cualquier persona ante otra Universidad.
2. Dejo expresa constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo, por lo que no he asumido como propia las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos o del internet.
3. Asimismo, afirmo que he leído el documento de tesis en su totalidad y soy plenamente consciente de todo su contenido.
4. Asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento y soy consciente que este compromiso de fidelidad de la tesis tiene connotaciones éticas, pero también de carácter legal.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a lo dispuesto en las normas académicas de la Facultad y de la Universidad Científica del Perú, así como las acciones legales correspondientes.

Bach. Loyda Zegarra Paredes

DNI: 70769899

Bach. Lucero Mendoza Shapiama

DNI 73016925

Anexo VII: Instrumentos de recolección de datos

Datos socio demográfica

1. Sexo: Masculino () Femenino ()
 2. Edad: _____
 3. Ciclo : _____
 4. Estado civil: soltero () casado () viudo () divorciado ()
 5. Trabaja: Si () NO ()
 6. ¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar varias opciones)
Casa () instituto () calle () por celular ()
 7. ¿Con qué frecuencia se conecta en las redes sociales?
Todo el tiempo me encuentro conectado ()
Una o dos veces por día ()
Entre siete a 12 veces al día ()
Dos o tres veces por semana ()
Una vez por semana ()
Entre tres a seis veces por día ()
 8. De todas las personas que conoce a través de la red, ¿Cuántos conoce personalmente?
10% o menos () Entre 11 y 30% () Entre el 31 y 50% () Entre el 51 y 70% () Más del 70% ()
 9. ¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?
Si () NO ()
 10. ¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?
-

Ficha técnica del instrumento

Adicción a las redes sociales

	Ficha técnica
Nombre	Escala de adicción a las redes sociales
Autores	Miguel Escurra Mayaute y Edwin Salas Blas
Lugar y año	Lima (2014)
Evalúa	El nivel de adicción a redes sociales en adolescentes y jóvenes
Administración	Individual o grupal
Estructura interna	Consta de tres sub escalas: obsesión por las redes sociales, falta de control personal en el uso de las redes sociales, uso excesivo de las redes sociales.
Calificación	Total, de preguntas 24 con respuestas Likert 0= nunca; 1= rara veces; 2= a veces; 3=casi siempre y 4=siempre. El ítem 13 se califica de manera inversa
Validez	El instrumento se validó mediante el análisis factorial confirmatorio, corroborándose la consistencia de los factores identificados, sus puntuaciones fueron (χ^2 (238) = 35,23; $p < 0,05$; $\chi^2/g.l = 1,48$; GFI=0,92; RMR=0,06; RMSEA=0,04; AIC=477,28)
Confiabilidad	Se utilizó el alfa de Cronbach, siendo en obsesión por las redes sociales ($\alpha = 0,91$); falta de control personal ($\alpha = 0,88$)

Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

Joven estudiante le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas.

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

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

N°	Ítems	1	2	3	4	5
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 mal humor 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 al 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, 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					

Ficha técnica del instrumento

Ficha técnica Procrastinación académica	
Nombre	Escala Procrastinación académica (EPA)
Autor	Busko, D. (1998)
Adaptación peruana	Chirio, D., y Basauri, M. (2023)
Objetivo	Evalúa el nivel de Procrastinación académica en adolescentes
Administración	Individual o grupal
Descripción	Consta de 16 ítems con respuestas tipo Likert, 1= nunca; 2= casi nunca; 3=algunas veces; 4=muchas veces; 5= siempre. Presenta dos dimensiones: Autorregulación académica y Postergación de actividades
Validez	Se utilizó el AFE para la validez de la estructura interna, donde se obtuvo los resultados $KMO=0,903$; $X^2=2469,357$; esfericidad de Bartlett; $gl=120$; $p<0,01$, y el juicio de expertos para la validez de contenido, teniendo un valor de Aiken = 0,9 – 1,0; siendo el corte mínimo 0,8
Confiabilidad	El análisis de fiabilidad fue dado por el coeficiente omega para las dimensiones también hubo valores altos en el coeficiente theta demostrando consistencia de confiabilidad, la dimensión pensamientos favorables a la postergación ($\omega=.82$, $\theta=.87$) y la dimensión situaciones y acciones de postergación ($\omega=.77$, $\theta=.71$) cuentan con valores altos de fiabilidad.

Cuestionario de procrastinación académica

Joven estudiante le agradecemos encarecidamente que sea absolutamente sincero(a) en sus respuestas.

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

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Muchas veces	siempre

N°	Ítems	1	2	3	4	5
1.	Me retraso en llegar a las reuniones de mi grupo de trabajo por estar distraído en otras actividades.					
2.	Postergo para mañana los trabajos que tengo hoy por que me entretengo en otras actividades					
3.	Dejo para después las lecturas de los cursos que no me agradan					
4.	Dedico poco tiempo en hacer las tareas de los cursos que no me agradan					
5.	Dispongo de poco tiempo para hacer mis tareas por hacer otras actividades					
6.	Cuando pienso que no podré terminar la tarea asignada, prefiero postergar su entrega					
7.	Me cuesta estudiar para un examen cuando pienso que no lograré buenos resultados.					

8.	Cuando creo que no tengo la suficiente capacidad para realizar una tarea demoro en terminarla.					
9.	Me lleva mucho tiempo empezar una tarea cuando creo que es complicado.					
10.	Me demoro en terminar mis trabajos porque me distraigo en otras actividades					
11.	Cuando me asignan una tarea que pienso que es desagradable prefiero aplazar la entrega					
12.	No me alcanza el tiempo para hacer mis trabajos debido a estar entretenido en otras actividades					
13.	Cuando se acerca a fecha de entrega y me siento presionado, recién empiezo a realizar mis trabajos.					
14.	Me es difícil organizarme para desarrollar cada tarea asignada.					
15.	Postergo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16.	Se me pasa el tiempo haciendo otras actividades y me queda poco tiempo para realizar mis trabajos académicos.					

Dimensiones	Ítems
Situaciones y acciones de postergación	1,2,3,4,5,10,12,13,14,15,16
Pensamientos favorables a la postergación	6,7,8,9,11

Validación juicio de expertos

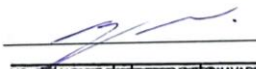
INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS

I.DATOS GENERALES

1.1. Apellidos y Nombres: Geraldine M. Fernandez Navarro
 1.2. Grado Académico: Superior
 1.3. Profesión: Psicóloga
 1.4. Institución donde labora: CEBE - IQUITOS
 1.5. Cargo que desempeña: Psicóloga (SAANEE)
 1.6. Instrumento: Procrastinación académica
 1.7. Fecha de validación: 27-08-2024

Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Muy Malo (0-20)	Malo (21-40)	Regular (41-60)	Bueno (61-80)	Muy Bueno (81-100)
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.				X	
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.				X	
CONSISTENCIA	Existe una coordinación lógica en los contenidos y relación con la teoría.					X
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.				X	
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.				X	
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems representados en el instrumento.			X		
PROMEDIO PARCIAL						
PROMEDIO TOTAL						

II. Validación


 LIC. GERALDYNE M. FERNANDEZ NAVARRO
 PSICÓLOGA
 C.P.P. Nº 91377

CONSTANCIA JUICIO DE EXPERTOS

NOMBRE DEL EXPERTO: Geraldine M. Fernandez Navarro
ESPECIALIDAD: Psicóloga
DNI: 48104320

Por medio de la presente hago constar que realicé la revisión del instrumento Procrastinación académica. Que será utilizado por: Loida Fiorella Zegarra Paredes y Lucero Celeste Mendoza Shapiama, quien va a desarrollar un trabajo de investigación titulado: "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024".

Una vez indicadas las correcciones pertinentes considero que dicho instrumento es válido para su aplicación


 LIC. GERALDYNE M. FERNANDEZ NAVARRO
 PSICÓLOGA
 C.P.P. Nº 91377

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS

III.DATOS GENERALES

- 3.1. Apellidos y Nombres: *Geraldine M. Fernandez Navarro*
- 3.2. Grado Académico: *Superior*
- 3.3. Profesión: *Psicóloga*
- 3.4. Institución donde labora: *Cebe (Iquitos)*
- 3.5. Cargo que desempeña: *Psicóloga (SAANEE)*
- 3.6. Instrumento: *Adicción a las redes sociales*
- 3.7. Fecha de validación: *27-08-2024*

Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Muy Malo (0-20)	Malo (21-40)	Regular (41-60)	Bueno (61-80)	Muy Bueno (81-100)
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.				X	
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.			X		
CONSISTENCIA	Existe una coordinación lógica en los contenidos y relación con la teoría.			X		
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.				X	
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.				X	
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems representados en el instrumento.				X	
PROMEDIO PARCIAL						
PROMEDIO TOTAL						

IV. Validación


 LIC. GERALDYNE MAYTE FERNANDEZ NAVARRO
 PSICÓLOGA
 C.P.P. Nº 51377

CONSTANCIA JUICIO DE EXPERTOS

NOMBRE DEL EXPERTO: *Geraldine M. Fernandez Navarro*
 ESPECIALIDAD: *Psicóloga*
 DNI: *48104320*

Por medio de la presente hago constar que realicé la revisión del instrumento Adicción a las redes sociales. Que será utilizado por: Loida Fiorella Zegarra Paredes y Lucero Celeste Mendoza Shaplama, quien va a desarrollar un trabajo de investigación titulado: "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024".

Una vez indicadas las correcciones pertinentes considero que dicho instrumento es válido para su aplicación


 LIC. GERALDYNE MAYTE FERNANDEZ NAVARRO
 PSICÓLOGA
 C.P.P. Nº 51377

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS

III. DATOS GENERALES

- 3.1. Apellidos y Nombres: Cahuachi Gómez, Marcia Cristina.
- 3.2. Grado Académico: Lic
- 3.3. Profesión: Psicóloga
- 3.4. Institución donde labora: UNAP-DBU
- 3.5. Cargo que desempeña: Psicóloga
- 3.6. Instrumento: Adicción a las redes sociales
- 3.7. Fecha de validación: 28-08-2024

Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Muy Malo (0-20)	Malo (21-40)	Regular (41-60)	Bueno (61-80)	Muy Bueno (81-100)
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.					X
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.					X
CONSISTENCIA	Existe una coordinación lógica en los contenidos y relación con la teoría.					X
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.				X	
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.					X
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems representados en el instrumento.				X	
PROMEDIO PARCIAL						
PROMEDIO TOTAL						

IV. Validación


Firma del experto

CONSTANCIA JUICIO DE EXPERTOS

NOMBRE DEL EXPERTO: Cahuachi Gómez, Marcia Cristina
ESPECIALIDAD: Psicóloga
DNI: 72002141

Por medio de la presente hago constar que realicé la revisión del instrumento Adicción a las redes sociales. Que será utilizado por: Loida Fiorella Zegarra Paredes y Lucero Celeste Mendoza Shapiama, quien va a desarrollar un trabajo de investigación titulado: "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024".

Una vez indicadas las correcciones pertinentes considero que dicho instrumento es válido para su aplicación



INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS

I. DATOS GENERALES

- 1.1. Apellidos y Nombres: *Cahuche Gómez, María Cristina*
- 1.2. Grado Académico: *Lic.*
- 1.3. Profesión: *Profesional*
- 1.4. Institución donde labora: *UNP - DGO*
- 1.5. Cargo que desempeña: *Psicóloga*
- 1.6. Instrumento: *Procrastinación académica*
- 1.7. Fecha de validación: *28-08-2024*

Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Muy Malo (0-20)	Malo (21-40)	Regular (41-60)	Bueno (61-80)	Muy Bueno (81-100)
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.					X
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.				X	
CONSISTENCIA	Existe una coordinación lógica en los contenidos y relación con la teoría.					X
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.					X
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.					X
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems representados en el instrumento.				X	
PROMEDIO PARCIAL						
PROMEDIO TOTAL						

II. Validación


 Psic. María Cristina Cahuche Gómez
 D.P.S.P. 50431

Firma del experto

CONSTANCIA JUICIO DE EXPERTOS

NOMBRE DEL EXPERTO: *Cahuche Gómez, María Cristina*
ESPECIALIDAD: *Psicología*
DNI: *72002141*

Por medio de la presente hago constar que realicé la revisión del instrumento Procrastinación académica. Que será utilizado por: Loida Fiorella Zegarra Paredes y Lucero Celeste Mendoza Shapiama, quien va a desarrollar un trabajo de investigación titulado: "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024".

Una vez indicadas las correcciones pertinentes considero que dicho instrumento es válido para su aplicación



INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS

III.DATOS GENERALES

- 3.1. Apellidos y Nombres: *Barbaran Huamca, Jorge*
- 3.2. Grado Académico: *Licenciado en Psicología*
- 3.3. Profesión: *Psicología*
- 3.4. Institución donde labora: *Ministerio Público*
- 3.5. Cargo que desempeña: *Psicólogo*
- 3.6. Instrumento: Adicción a las redes sociales
- 3.7. Fecha de validación: *28/08/24*

Indicadores de evaluación del instrumento	CRITERIOS Sobre los ítems del instrumento	Muy Malo (0-20)	Malo (21-40)	Regular (41-60)	Bueno (61-80)	Muy Bueno (81-100)
CLARIDAD	Están formulados con lenguaje apropiado que facilita su comprensión.				X	
OBJETIVIDAD	Están expresados en conductas observables, medibles.				X	
CONSISTENCIA	Existe una coordinación lógica en los contenidos y relación con la teoría.				X	
COHERENCIA	Existe relación de los contenidos con los indicadores de la variable.				X	
PERTINENCIA	Las categorías de respuestas y sus valores son apropiados.				X	
SUFICIENCIA	Son suficientes la cantidad y calidad de ítems representados en el instrumento.				X	
PROMEDIO PARCIAL						
PROMEDIO TOTAL						

IV. Validación



Firma del experto

CONSTANCIA JUICIO DE EXPERTOS

NOMBRE DEL EXPERTO: *Jorge*
 ESPECIALIDAD: *Psicología Forense*
 DNI: *45843643*

Por medio de la presente hago constar que realicé la revisión del instrumento Adicción a las redes sociales. Que será utilizado por: Loida Fiorella Zegarra Paredes y Lucero Celeste Mendoza Shapiama, quien va a desarrollar un trabajo de investigación titulado: "ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON LA PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE UN INSTITUTO EN LA CIUDAD DE IQUITOS, 2024".

Una vez indicadas las correcciones pertinentes considero que dicho instrumento es válido para su aplicación



Instrumento procrastinación académica

N°	Experto	Centro de Trabajo	Puntaje	Aplicabilidad
01	Lic. Geraldine Fernández Navarro	CEBE – QUITOS	78,3	Aplicable
02	Lic. Marcia Cahuachi Gómez	UNAP * DBU	86,7	Aplicable
03	Lic. Jorge Barbaran Huanca	Ministerio Público	80,0	Aplicable
	Total		81,7	

El índice de validez dio un 81,7% indicando que el instrumento de procrastinación académica mide la variable que pretende medir.

Instrumento adicción a las redes sociales

N°	Experto	Centro de Trabajo	Puntaje	Aplicabilidad
01	Lic. Geraldine Fernández Navarro	CEBE – QUITOS	73,3	Aplicable
02	Lic. Marcia Cahuachi Gómez	UNAP * DBU	86,7	Aplicable
03	Lic. Jorge Barbaran Huanca	Ministerio Público	83,3	Aplicable
	Total		81,1	

El índice de validez dio un 81,1% indicando que el instrumento de adicción a las redes sociales académica mide la variable que pretende medir.

Estadísticas complementarias

Tabla 13.

Sexo y adicción a redes sociales en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.

			Adicción a redes sociales			Total
			Bajo	Medio	Alto	
Sexo	Masculino	Recuento	58	31	0	89
		% dentro de sexo	65,2%	34,8%	0,0%	100,0%
	Femenino	Recuento	200	40	3	243
		% dentro de sexo	82,3%	16,5%	1,2%	100,0%
Total		Recuento	258	71	3	332
		% dentro de sexo	77,7%	21,4%	0,9%	100,0%

Tabla 14.

Sexo y procrastinación en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.

			Procrastinación académica			Total
			Bajo	Medio	Alto	
sexo	Masculino	Recuento	60	28	1	89
		% dentro de sexo	67,4%	31,5%	1,1%	100,0%
	Femenino	Recuento	171	70	2	243
		% dentro de sexo	70,4%	28,8%	0,8%	100,0%
Total		Recuento	231	98	3	332
		% dentro de sexo	69,6%	29,5%	0,9%	100,0%

Tabla 15.

Adicción a las redes sociales y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.

Ciclo / Nivel adición a las redes sociales			Procrastinación académica			Total
			Bajo	Medio	Alto	
I	Bajo	fi	12	3	0	15
		%	80,0%	20,0%	0,0%	100,0%
	Medio	fi	3	6	1	10
		%	30,0%	60,0%	10,0%	100,0%
(X ² _c =6,667; gl=2; p=0,036)						
II	Bajo	fi	63	16	0	79
		%	79,7	20,3	0	100,0
	Medio	fi	15	15	0	30
		%	50,0	50,0	0	100,0
(X ² _c =9,454; gl=1; p=0,003)						
III	Bajo	fi	57	22	0	79
		%	72,2	27,8	0	100,0
	Medio	fi	8	10	0	18
		%	44,4	55,6	0	100,0
	Alto	fi	0	1	2	3
		%	0	33,3	66,7	100,0
(X ² _c =71,819; gl=4; p=0,000)						
IV	Bajo	fi	43	10	0	53
		%	81,1	18,9	0	100,0
	Medio	fi	2	4	0	6
		%	33,3	66,7	0	100,0
(X ² _c =6,804; gl=1; p=0,024)						
V-VI	Bajo	fi	24	8	0	32
		%	75,0	25,0	0	100,0
	Medio	fi	4	3	0	7
		%	57,1	42,9	0	100,0
(X ² _c =0,904; gl=1; p=0,302)						

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 16.

Obsesión por las redes sociales y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.

Ciclo / Obsesión por las redes sociales			Procrastinación académica			Total
			Bajo	Medio	Alto	
I	Bajo	fi	12	3	0	15
		%	80,0%	20,0%	0,0%	100,0%
	Medio	fi	3	6	1	10
		%	30,0%	60,0%	10,0%	100,0%
	(X ² _c =6,667; gl=2; p=0,036)					
	II	Bajo	fi	69	23	0
%			75,0	25,0	0	100,0
Medio		fi	9	8	0	17
		%	52,9	47,1	0	100,0
(X ² _c =3,431; gl=1; p=0,063)						
III		Bajo	fi	60	24	0
	%		71,4	28,6	0	100,0
	Medio	fi	5	9	1	15
		%	33,3	60,0	6,7	100,0
	Alto	fi	0	0	1	1
		%	0	0	100,0	100,0
(X ² _c =58,974; gl=4; p=0,000)						
IV	Bajo	fi	42	12	0	54
		%	77,8	22,2	0	100,0
	Medio	fi	3	2	0	5
		%	60,0	40,0	0	100,0
	(X ² _c =0,799; gl=1; p=0,339)					
	V - VI	Bajo	fi	25	10	0
%			71,4	28,6	0	100,0
Medio		fi	3	1	0	4
		%	75,0	25,0	0	100,0
(X ² _c =0,023; gl=1; p=0,687)						

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 17.

Falta de control personal y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.

Ciclo / Falta de control personal			Procrastinación académica			Total
			Bajo	Medio	Alto	
I	Bajo	fi	13	1	0	14
		%	92,9	7,1	0	100,0
	Medio	fi	2	7	1	10
		%	20,0	70,0	10,0	100,0
	Alto	fi	0	1	0	1
		%	0	100,0	0	100,0
(X ² _c =14,873; gl=4; p=0,005)						
II	Bajo	fi	56	12	0	68
		%	82,4	17,6	0	100,0
	Medio	fi	22	18	0	40
		%	55,0	45,0	0	100,0
	Alto	fi	0	1	0	1
		%	0	100,0	0	100,0
(X ² _c =11,798; gl=2; p=0,003)						
III	Bajo	fi	49	16	0	65
		%	75,4	24,6	0	100,0
	Medio	fi	16	15	0	31
		%	51,6	48,4	0	100,0
	Alto	fi	0	2	2	4
		%	0	50,0	50,0	100,0
(X ² _c =56,492; gl=4; p=0,000)						
IV	Bajo	fi	37	9	0	46
		%	80,4	19,6	0	100,0
	Medio	fi	8	5	0	13
		%	61,5	38,5	0	100,0
(X ² _c =2,00; gl=1; p=0,148)						
V - VI	Bajo	fi	20	6	0	26
		%	76,9	23,1	0	100,0
	Medio	fi	8	5	0	13
		%	61,5	38,5	0	100,0
(X ² _c =1,013; gl=1; p=0,262)						

Fuente: Base de datos SPSS

Tabla 18.

Uso excesivo de redes sociales y procrastinación según ciclo de estudio en estudiantes de enfermería técnica del Instituto Reyna de las Américas.

Ciclo / Uso excesivo de redes sociales			Procrastinación académica			Total
			Bajo	Medio	Alto	
I	Bajo	fi	6	3	0	9
		%	66,7	33,3	0	100,0
	Medio	fi	9	4	0	13
		%	69,2	30,8	0	100,0
	Alto	fi	0	2	1	3
		%	0	66,7	33,3	100,0
(X ² _c =10,285; gl=4; p=0,036)						
II	Bajo	fi	53	7	0	60
		%	88,3	11,7	0	100,0
	Medio	fi	19	23	0	42
		%	45,2	54,8	0	100,0
	Alto	fi	6	1	0	7
		%	85,7	14,3	0	100,0
(X ² _c =23,282; gl=2; p=0,000)						
III	Bajo	fi	46	14	0	60
		%	76,7	23,3	0	100,0
	Medio	fi	19	17	0	36
		%	52,8	47,2	0	100,0
	Alto	fi	0	2	2	4
		%	0	50,0	50,0	100,0
(X ² _c =56,940; gl=4; p=0,000)						
IV	Bajo	fi	33	5	0	38
		%	86,8	13,2	0	100,0
	Medio	fi	11	9	0	20
		%	55,0	45,0	0	100,0
	Alto	fi	1	0	0	1
		%	100,0	0	0	100,0
(X ² _c =7,657; gl=2; p=0,022)						
V - VI	Bajo	fi	22	6	0	28
		%	78,6	21,4	0	100,0
	Medio	fi	5	5	0	10
		%	50,0	50,0	0	100,0
	Alto	fi	1	0	0	1
		%	100,0	0	0	100,0
(X ² _c =3,374; gl=2; p=0,185)						

Fuente: Base de datos SPSS

Prueba de hipótesis

Hipótesis general

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	174,184 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	46,669	4	,000
Asociación lineal por lineal	43,956	1	,000
N de casos válidos	332		

a. 5 casillas (55,6%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,03.

Hipótesis específica 1.

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	131,953 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	31,121	4	,000
Asociación lineal por lineal	27,805	1	,000
N de casos válidos	332		

a. 5 casillas (55,6%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,01.

Hipótesis específica 2.

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	104,053 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	49,656	4	,000
Asociación lineal por lineal	45,677	1	,000
N de casos válidos	332		

a. 5 casillas (55,6%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,05.

Hipótesis específica 3.

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (2 caras)
Chi-cuadrado de Pearson	92,585 ^a	4	,000
Razón de verosimilitud	51,127	4	,000
Asociación lineal por lineal	38,411	1	,000
N de casos válidos	332		

a. 4 casillas (44,4%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,14.