

UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



TESIS

Título : ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, LIMA 2021

Para Optar : Título Profesional de Psicóloga

Autora : Bachiller Carmen Laura Aguilar Sotomayor

Asesoras : Dra. Giannina Copelo Cristóbal
: Mg Madeleine Emperatriz Paredes Gutarra

Línea de Investigación Institucional : Salud y Gestión de la Salud

Fecha de Inicio y Culminación : Noviembre 2021 – marzo 2022

Huancayo

Perú – 2022

DEDICATORIA

Con mucha alegría y amor dedico esta investigación a mi Padre Celestial y a mis padres terrenales Maximiliano y Ereida, a mis hijos Junior y Abigail a mi esposo Nazario y a toda mi bendecida familia que son mi motivación, los pilares que necesito para poder seguir adelante. Gracias a ellos, al esfuerzo y sacrificio logré culminar esta investigación para felicidad mía y de toda mi bendecida familia.

Carmen

AGRADECIMIENTO

Primeramente, agradecer a mis grandes asesoras Giannina Copelo y Madeleine Paredes, quienes me enseñaron y compartieron sus conocimientos para conmigo, también a mi profesor Rodolfo por todas sus enseñanzas compartidas, humildemente me siento muy agradecida por el gran trabajo que hicieron para conmigo gracias por tan loable labor, Dios los bendiga.

INTRODUCCIÓN

A medida que ha avanzado la tecnología, también lo ha hecho el mundo moderno, por lo que a través de las comunicaciones y redes sociales se puede tener información en fracción de segundos sobre un contenido determinado; la variedad de contenido en línea para todo público, en especial para los jóvenes, genera que, mediante estrategias de adicción y consumo, desarrollen una atención desviada y muchas veces procesen información tergiversada. Este problema afecta de forma directa en la vida cotidiana, y muy de cerca al desempeño estudiantil, la cual, se ha mermado con el pasar del tiempo sobre todo en niños y jóvenes en general, generando un efecto distractor que perjudica el cumplimiento de los deberes académicos.

En el presente estudio, se empleó como método general el científico y como específico el descriptivo, asimismo, el tipo de investigación fue básica, siguiendo un nivel relacional, diseño no experimental, correlacional de corte transversal. La muestra fue de 120 estudiantes de las carreras que pertenecen a la facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo, las cuales son: enfermería, estomatología, medicina, nutrición y psicología, por medio de un muestreo no probabilístico intencional. En cuanto, a los instrumentos se aplicaron en primer lugar la escala de adicción a las redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014), así como la escala de procrastinación académica de Busko (1998).

La presente investigación estuvo integrada por V capítulos divididos de la siguiente manera:

En el capítulo I se presentó el planteamiento del problema, que expuso claramente la realidad problemática, delimitación y formulación del problema, los problemas formulados, justificación y los objetivos de estudio.

En el capítulo II se mostró el marco teórico, expuso los estudios previos y bases teóricas en las que se basó el presente estudio y sus conceptos básicos, describiendo a profundidad las variables y sus dimensiones.

En el capítulo III se expuso las hipótesis, variables, así como sus respectivas definiciones conceptuales y operacionales.

En el capítulo IV se desarrolló la metodología de la investigación, donde se definió el tipo, diseño y enfoque investigativo, detallando la muestra y técnicas empleadas para recolectar los datos requeridos para fundamentar la investigación.

En el capítulo V, se presentaron los respectivos resultados de la comprobación de las hipótesis, a su vez se añadieron las discusiones de los mismos y se culminó con las conclusiones y recomendaciones respectivas para pasar a las referencias bibliográficas y anexos.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	iv
CONTENIDO.....	vi
CONTENIDO DE TABLAS.....	x
CONTENIDO DE FIGURAS.....	xii
RESUMEN.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	15
1.1 Descripción de la realidad problemática.....	15
1.2 Delimitación del problema.....	23
1.2.1 Delimitación temporal.....	23
1.2.2 Delimitación espacial.....	23
1.2.3 Delimitación temática.....	23
1.3 Formulación del Problema.....	23
1.3.1 Problema General.....	23
1.3.2 Problemas Específicos.....	23
1.4 Justificación.....	24
1.4.1 Social.....	24
1.4.2 Teórica.....	24
1.4.3 Metodológica.....	25
1.5 Objetivos.....	25
1.5.1 Objetivo General.....	25
1.5.2 Objetivos Específicos.....	25

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	27
2.1. Antecedentes	27
2.1.1. Antecedentes internacionales	27
2.1.2. Antecedentes nacionales.....	29
2.2. Bases teóricas o científicas.....	31
2.2.1. Adicción a las redes sociales	31
2.2.2. Procrastinación académica	36
2.3. Marco conceptual	43
2.3.1. Adicción a las Redes Sociales	43
2.3.2. Procrastinación académica.	43
CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES.....	44
3.1. Formulación de Hipótesis	44
3.1.1. Hipótesis General	44
3.1.2. Hipótesis Específicas.....	45
3.2. Variables	46
3.2.1. Variable 1: Adicción a redes sociales.....	46
3.2.2. Variable 2: Procrastinación académica	46
CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA.....	47
4.1. Método de investigación	47
4.2. Tipo de investigación	48
4.3. Nivel de investigación.....	48
4.4. Diseño de investigación	48
4.5. Población y muestra	49

4.5.1.Población	49
4.5.2.Muestra.....	49
4.6. Muestreo.....	50
4.6.1.Criterios de Inclusión	50
4.6.2.Criterios de Exclusión	50
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	50
4.7.1.Técnicas de recolección de datos	50
4.7.2.Instrumentos de recolección de datos.....	51
4.8. Técnicas de procesamiento y análisis de Datos	54
4.9. Aspectos éticos de la investigación.....	54
CAPÍTULO V: RESULTADOS.....	56
5.1. Descripción de resultados	56
5.1.1.Análisis descriptivos.....	56
5.2. Contrastación de hipótesis	63
5.2.1.Contrastación de Hipótesis General	63
5.2.2.Contrastación de Hipótesis Específicas.....	65
ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	78
CONCLUSIONES.....	85
RECOMENDACIONES.....	87
REFERENCIAS.....	88
ANEXOS.....	96
Anexo 1: Matriz de consistencia	97
Anexo 2: Matriz de Operacionalización de Variables	99

Anexo 3: Matriz de Operacionalización de Instrumentos	100
Anexo 4: Instrumentos De Recolección De Datos	102
Anexo 5: Constancia de su aplicación	111
Anexo 6 Validez del instrumento.....	112
Anexo 7: Confiabilidad	115
Anexo 8: Data de procesamiento de datos	118
Anexo 9: Consentimiento informado	124
Anexo 10: Modelo de Confidencialidad	126
Anexo 11: Fotos de aplicación del instrumento	127

CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1 Cantidad de la muestra seleccionada.....	49
Tabla 2 Ficha técnica del instrumento “Cuestionario adicción a las redes sociales”	51
Tabla 3 Datos de jurados expertos	52
Tabla 4 Ficha técnica Escala de Procrastinación Académica (EPA)	53
Tabla 5 Datos de jurados expertos	54
Tabla 6 Resultado de la variable adicción a las redes sociales en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021	56
Tabla 7 Resultado de la dimensión obsesión por las redes sociales.....	57
Tabla 8 Resultado de la dimensión falta de control personal.....	58
Tabla 9 Resultado de la dimensión uso excesivo de las redes sociales.....	59
Tabla 10 Resultado de la variable procrastinación.....	60
Tabla 11 Resultado de la dimensión autorregulación académica	61
Tabla 12 Resultado de la dimensión postergación de actividades	62
Tabla 13 Contrastación de hipótesis general.....	63
Tabla 14 Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis general	64
Tabla 15 Contrastación de hipótesis específica 1.....	66
Tabla 16 Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 1	66
Tabla 17 Contrastación de hipótesis específica 2.....	68
Tabla 18 Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 2	69
Tabla 19 Contrastación de hipótesis específica 3.....	71
Tabla 20 Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 3	71
Tabla 21 Contrastación de hipótesis específica 4.....	73

Tabla 22 Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 4	74
Tabla 23 Contrastación de hipótesis específica 5.....	76
Tabla 24 Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 5	76

CONTENIDO DE FIGURAS

Figura 1 Representación gráfica de la media de procrastinación y adicción a internet	21
Figura 2 Niveles de procrastinación debido a la adicción al internet	22
Figura 3 Procrastinación académica	42
Figura 4 Resultado de la variable adicción a las redes sociales	56
Figura 5 Resultado de la dimensión obsesión por las redes sociales	57
Figura 6 Resultado de la dimensión falta de control personal	58
Figura 7 Resultado de la dimensión uso excesivo de las redes sociales	59
Figura 8 Resultado de la variable procrastinación	60
Figura 9 Resultado de la dimensión autorregulación académica	61
Figura 10 Resultado de la dimensión postergación de actividades	62

RESUMEN

El presente estudio partió del problema general: ¿Qué relación existe entre Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada, Lima-2021? Siendo el objetivo principal: Determinar a relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada. Lima – 2021. En cuanto a la metodología, la investigación cuenta con un método general científico y como método específico el descriptivo, de diseño no experimental correlacional, de corte transversal. La población constó de 435 estudiantes de la facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo y la muestra fue de 120 estudiantes de las carreras que pertenecen a la facultad de Ciencias de la Salud de dicha universidad, las cuales son: enfermería, estomatología, medicina, nutrición y psicología, por medio de un muestreo no probabilístico intencional, se aplicó la técnica de la encuesta y como instrumento las escalas de adicción a las redes sociales de Escurra y Salas (2014) y la de procrastinación académica de Busko (1998). Los resultados obtenidos mediante el estadígrafo de Rho Spearman arrojaron un coeficiente de 0,963 y una significancia menor a 0.05. Se llegó a la conclusión de que existe una relación directamente proporcional entre la adicción a redes sociales y procrastinación, por ende, mientras mayores sean los niveles de adicción, la procrastinación tenderá a aumentar. Se recomienda la realización de talleres, charlas didácticas y estrategias psicológicas en mejora de los niveles de atención académica.

Palabras claves: procrastinación, adicción, redes sociales.

ABSTRACT

The present study started from the general problem: What is the relationship between Addiction to social networks and academic procrastination in health sciences students of a private university, Lima-2021? Being the main objective: To determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination in health sciences students of a private university. Lima - 2021. Regarding the methodology, the research has a general scientific method and a descriptive method as a specific method, with a non-experimental correlational design, cross-sectional. The population consisted of 435 students from the Faculty of Health Sciences of the César Vallejo University and the sample was 120 students from the careers that belong to the Faculty of Health Sciences of said university, which are: nursing, stomatology , medicine, nutrition and psychology, through an intentional non-probabilistic sampling, the survey technique was applied and as an instrument the scales of addiction to social networks by Escurra and Salas (2014) and the academic procrastination scale by Busko (1998). The results obtained using the Rho Spearman statistician yielded a coefficient of 0.963 and a significance of less than 0.05. It was concluded that there is a directly proportional relationship between addiction to social networks and procrastination, therefore, the higher the levels of addiction, the procrastination will tend to decrease. Workshops, didactic talks and psychological strategies are recommended to improve the levels of academic attention.

Keywords: procrastination, addiction, social networks.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática.

A través de los años, desde la creación del internet, las redes sociales son el medio de comunicación más común utilizado a nivel mundial, tanto que se ha llegado a considerar como parte de las necesidades esenciales de todos los usuarios, sin importar edad, género o contexto, puesto que a través de estas no sólo se mantiene un canal de comunicación, sino también se ha expandido al punto de ser una herramienta de empleo para profesionales, estudiantes y, claramente, para efectos de distracción (Ortega, 2021).

Entre las redes más grandes del mundo, se encuentra la mejor conocida por World Wide Web (www), que ha evolucionado conforme lo requerido por la sociedad, pasando desde Arpanet hasta llegar a ser el Internet actual. Según We Are Social (2020) mundialmente la cifra de internautas asciende a unos 4.540 millones, siendo tal porcentaje incrementado desde el año 2019 un 7%, posicionando el 59% de la población mundial con acceso a las redes.

A pesar que los beneficios de las redes sociales son muchos, ya que van desde aportar acceso a información sobre innumerables temas de modo rápido, fácil y efectivo con la posibilidad de alcanzar más de 183 idiomas y facilitar la comunicación con personas alrededor del mundo en cuestión de segundos, también tiene algunos desperfectos que generan perjuicios en el desarrollo social, puesto que un uso inadecuado puede perjudicar no sólo la salud psicológica, sino generar alteraciones en la salud física, emocional y la relación con otros, desde los integrantes del núcleo familiar, hasta las personas con las que se convive diariamente; destacando que estos perjuicios afectan a cualquier edad, siendo más vulnerables los adolescentes debido a los innumerables cambios que atraviesan en esta etapa de desarrollo y crecimiento (Hernández & Rayón, 2021).

En los últimos 20 años, las redes sociales han alcanzado un auge particular, incrementando de manera incontrolable, debido a que facilitan el acceso a diversos canales informativos o recreativos en cuestión de segundos; sin embargo, al brindar diversas facilidades se reconoce como un aspecto peligroso que interviene en la conducta diaria del individuo, logrando alterar incluso las conductas esenciales hasta llegar al punto de generar conductas adictivas en los usuarios, causando aislamiento, agresividad, introversión, ansiedad, insomnio, entre otros; observándose en particular a nivel estudiantil, su afección hacia el rendimiento académico en las diversas etapas de aprendizaje, haciéndose más notorio en la etapa de secundaria y universitaria (Terán, 2019).

La compañía de investigación de marketing en Internet Comscore (2020) realizó un estudio donde se conoció que el 82% de la población de América latina hizo uso de las redes sociales, representando un incremento de 1.6% desde el año 2019, haciéndose conocido que, a nivel educativo, se observó un aumento de más del 64% con la entrada a la educación digital debido al Covid-19, lo que incrementó no sólo el acceso a la educación, sino el acceso de los usuarios a diversos canales virtuales. Se puede apreciar de igual modo que a nivel nacional, existe un índice de concurrencia en redes sociales de un 13.2 millones de usuarios en Perú, oscilando entre los 18 y 70 años aproximadamente, representando un 78% de la población con acceso a medios digitales y redes sociales en Perú para el año 2020 (Ipsos, 2020).

Los medios tecnológicos han tenido un impacto tan fuerte y directo en el desarrollo de las personas que ha generado un deterioro en las relaciones sociales, familiares y laborales que cada vez se hace más creciente; incluso, según diversas estadísticas, los principales usuarios a nivel mundial que ingresan o utilizan las redes sociales y los medios interactivos que ofrece el internet son los adolescentes, quienes absorben la información de manera más fácil y la transmiten a otros, incrementando el acceso y uso de la comunicación digital ante la comunicación presencial,

transmitiendo la cultura tecnológica a diversos entornos, como aquellos adultos que se les dificulta adaptarse a los cambios continuos que se generan en el medio digital (Domínguez & Ybañez, 2016).

Los medios más utilizados en el internet por los jóvenes y adolescentes son las redes sociales, debido a su mecanismo y capacidad de aumentar el círculo social mediante conexiones sencillas con otros para compartir experiencias, informaciones y culturas, por lo que el uso de las mismas se ha convertido en una actividad cotidiana que permite fortalecer el desarrollo social de los jóvenes a través del intercambio de experiencias, culturas e incluso sentimientos; sin embargo, el uso de las redes también se presta para la inseguridad de los datos personales, estafas, secuestros y otros aspectos negativos que conlleva el amplio alcance de los medios comunicacionales (Alonso et al., 2015).

Según la encuesta realizada por We Are Social (2020) Perú tiene alrededor de 24 millones de usuarios de internet, quienes representan el 73% de la población, quienes en un 73.8% aproximadamente ingresan desde su laptop o computadora personal, siendo Google el portal de búsqueda más utilizado por los usuarios y, en cuanto a redes, el 92% utiliza Facebook, convirtiéndolo en la red social más utilizada en Perú, seguidas por YouTube y WhatsApp, siendo, de los usuarios un 52.2% hombres y 47.8% mujeres quienes ingresan a estas redes diariamente e interactúan en ellas.

De acuerdo al Instituto Nacional de Estadística e Informática, a través de una Encuesta Nacional de Hogares, Instagram es una de las redes con mayor relevancia social, ya que en ella interactúan alrededor de 5.70 millones de usuarios en Perú, siendo al contrario de Facebook en su mayoría mujeres quienes ingresan a dicha red, mostrando un 54.2% de preferencia frente a los hombres quienes representan el 45.8%. También el rango de edad ha sido relativo sobre el uso y

preferencia en redes, ya que entre los 25 y 34 años manejan con mayor frecuencia las redes sociales en un 30.5%, seguidos por la edad que comprenden los 18 y 24 años que conforman un 27.5%, seguido claramente por los rangos inferiores entre los 12 y 17 años de edad quienes, a pesar de no ser recomendado por los expertos, ya tienen acceso al internet y en gran parte, a las redes sociales (Domínguez & Ybañez, 2016).

El Instituto Nacional de Estadísticas Informáticas (INEI, 2020) expresó que durante el periodo de cuarentena a causa de la pandemia de Covid-19, el manejo de las redes sociales por los adolescentes peruanos aumentó considerablemente, llegando a la cifra actual de 13.2 millones de usuarios, siendo Facebook la líder en esto con un 94%, seguido por WhatsApp con un 86% de usuarios. De igual modo, las estadísticas mencionan que, para fines del año 2020, el uso de internet hogar en Perú ascendió al 66.6% de la población y el uso de internet móvil se registró en un 87.2%. Estos estudios realizados por el INEI han permitido definir que, respecto a los rangos de edad de usuarios activos en internet comprendido en un promedio de 16 a 74 años de edad, los jóvenes entre los 16 y 25 años de edad comprenden el 93% de los participantes que utilizan el internet regularmente.

En referencia a la procrastinación, se hace de valor informativo mencionar que es habitual en la crianza occidental el que las personas se tracen objetivos para realizar en un determinado lapso de tiempo dentro de los diferentes ámbitos de desarrollo y participación individual, como la educación, trabajo, a nivel personal, en el ámbito de la salud, etc., donde se traza un plan de acción para lograr tales cometidos; en caso de que este plan se lleve a cabo adecuadamente, se pueden ver los resultados positivos, sin embargo, si no se mantiene la constancia y no se realizan las actividades, los resultados no serán del todo como se esperaban (Díaz, 2017).

El efecto de la procrastinación es una realidad tangible en el nivel educativo donde se observa mayor énfasis de dichas conductas, a través de la postergación de actividades por distintos factores; por lo cual se estima que a los estudiantes, en particular en etapa universitaria, se les ha hecho un hábito el postergar las actividades académicas por el uso constante del internet y las distintas aplicaciones que ello contiene, desarrollando una influencia perjudicial en el desarrollo académico (Castro & Mahamud, 2017).

Uno de los estudios al respecto que ha acertado contextualmente es el de Husmann y Chiale (2015) quienes determinaron que la procrastinación en el ámbito académico presenta efectos que producen una mala organización y manejo efectivo del tiempo, ya que se pudo apreciar que los estudiantes no gestionan adecuadamente el tiempo por lo que sienten que no les alcanza para cumplir con todos los deberes que tienen, sobre todo si ello conlleva realizar labores estudiantiles en el momento que les corresponde

Autores como De Paola y Scoppa (2014) y Clariana et al. (2012) han descrito que no es sólo la falta del tiempo lo que identifica al procrastinador, sino que las personas que procrastinan son más propensas a tener dificultad al momento de comenzar o terminar sus labores estudiantiles. Mientras tanto, Garzón y Gil (2017) explicaron también al respecto que la ausencia de hábitos de estudio crea la tendencia a procrastinar, por lo que son hábitos que deben inculcarse desde la infancia y en el hogar.

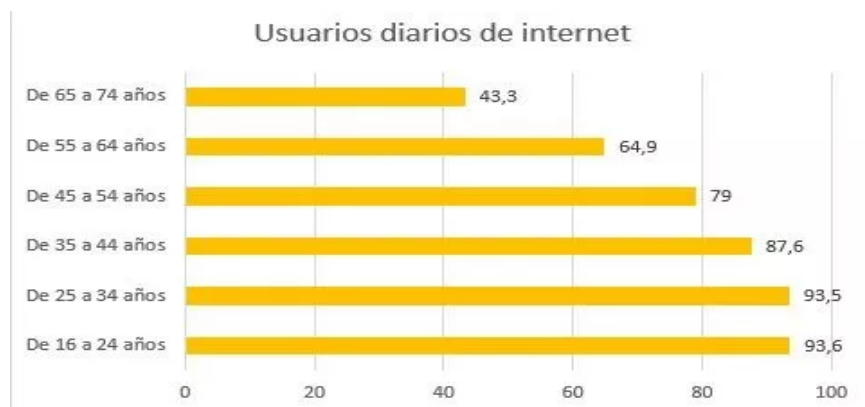
Es importante señalar que existen variedad de elementos que intervienen en la formación de una conducta procrastinadora, considerando que uno de los más influyentes en los últimos años ha sido la tendencia al uso de medios tecnológicos, lo que ha interferido de una u otra manera en el proceso de aprendizaje en los diferentes niveles de desarrollo estudiantil, viéndose las consecuencias con mayor detalle en los estudiantes universitarios, ya que esta intervención ha

creado un escenario que interfiere significativamente en la postergación de las actividades, siendo el principal aspecto perjudicial utilizar desmedidamente el internet por parte de los mismos universitarios para interactuar más tiempo con las mínimas excusas y necesidades, ocasionando así su inmersión en los medios y redes sociales, obviando la atención de éstos en sus deberes (Duart y Lupiáñez, 2005).

Contreras et al. (2011) expresan en el internet se aprecian aspectos donde el estudiante universitario puede efectuar sus labores y algunas diligencias de manera eficiente sin ejercer mayor esfuerzo cognitivo y que le generan un placer momentáneo, sin embargo, en estudios previos se ha demostrado que en su mayoría, los estudiantes con mayor nivel de procrastinación emplean su tiempo libre en indagar en espacios y redes sociales que generan algún tipo de placer, lo que lo hace incrementar el nivel de adicción con el gusto a volver constantemente y hacerlo parte del hábito diario del estudiante (Condori et al., 2016).

Figura 1

Representación gráfica de la media de procrastinación y adicción a internet

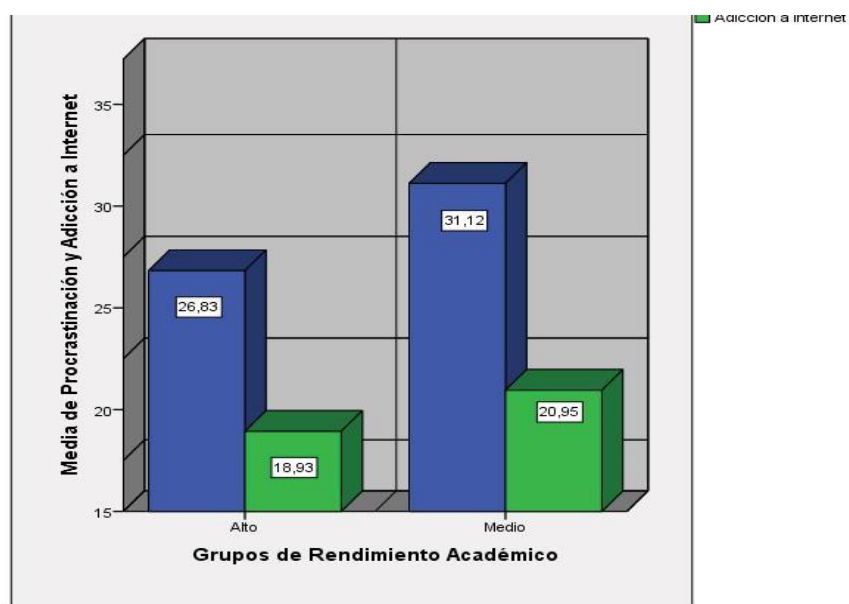


Nota. En la figura se observa la medida de adicción al internet y procrastinación, el puntaje mayor indica la problemática del rendimiento académico. De El 64,8% de la población de 6 y más años de edad accedió a internet durante el segundo trimestre del 2020, por Instituto Nacional de Estadísticas Informáticas, 2020. En dominio público.

También al respecto, Parra et al. (2016) expresaron que se ha observado con el pasar del tiempo un nivel desmedido sobre el uso del internet por los jóvenes, en particular por los universitarios, debido al ambiente virtual en que se genera la formación académica y que requiere la constante atención del estudiante para cumplir con parte de su formación al momento de subir trabajos a la web o interactuar en foros; sin embargo, una parte de ello se declina hacia el uso de portales alternativos que generan publicidades tentativas para el usuario que desvían su atención e interés en invertir su tiempo en películas, juegos en redes, entre otros elementos que aumentan la conducta procrastinadora del estudiante frente a sus obligaciones estudiantiles.

Figura 2

Niveles de procrastinación debido a la adicción al internet



Nota. Media de procrastinación y adicción a internet. De “Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos” por C. Ramos et al., 2017, *Estudios psicológicos*, 43(3), pp. 275-289. De dominio público.

Al efectuar las prácticas profesionales se pudo observar que, la obsesión por utilizar las redes sociales se está convirtiendo en un problema común, son muchas las personas que dejan de lado sus responsabilidades laborales y educativas por estar revisando excesivamente sus redes. Lo más impresionante es que es un tema que se está generando a nivel mundial, la gran mayoría de las personas procrastinan sin ellos mismos darse cuenta, motivo que llevo a realizar la presente investigación.

Evidenciando los altos índices en la población universitaria surge la problemática central de la presente investigación con el fin de precisar la relación que existente entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada, Lima 2021.

1.2 Delimitación del problema

1.2.1 Delimitación temporal

El presente estudio se llevó a cabo en un periodo de 5 meses, entre noviembre 2021 y el mes de marzo 2022, tiempo suficiente para obtener los resultados y verificar los datos recolectados a través de las herramientas estadísticas.

1.2.2 Delimitación espacial

La presente investigación se desarrolló a nivel espacial en los estudiantes de la Facultad de ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo de las carreras de psicología, enfermería, estomatología, medicina y nutrición, puesto que las condiciones de estudio siguen siendo virtuales, se llevó a cabo los análisis y recolección de datos correspondientes a través de la misma modalidad.

1.2.3 Delimitación temática

Respecto a la temática, el presente estudio se limitó estrictamente a evaluar las Adicciones hacia las redes sociales y su incidencia en la Procrastinación sobre las actividades académicas en los estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, por lo cual la investigación ahondó en ambas variables y sus implicancias directas.

1.3 Formulación del Problema

1.3.1 Problema General

- ¿Cuál es la relación que existe entre Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada, Lima -2021?

1.3.2 Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021?

- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021?
- ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021?

1.4 Justificación

1.4.1 Social

El estudio en curso tuvo como objetivo presentar un estudio que incide socialmente en las condiciones académicas de los estudiantes universitarios y, su importancia radica en que es una problemática que afecta actualmente a todos los niveles de educación, por lo cual, a través de este estudio se pudo evaluar el por qué se generan estas situaciones y de qué manera se puede favorecer a la sociedad al intentar dar solución alternativa a las condiciones adictivas que pueden surgir por las redes sociales y, con ello, mejorar su rendimiento académico; generando así un antecedente investigativo para futuros estudios en el campo de la psicología.

1.4.2 Teórica

Con el presente trabajo de investigación se logró incrementar los conocimientos acerca de las Adicciones a las redes sociales, así como de la Procrastinación académica en estudiantes

universitarios, dado que la información que se obtuvo fue útil para apoyar las bases teóricas y científicas de la Literatura Local, Nacional e Internacional. Entre las teorías se tiene la sociocognitiva propuesta por Bandura en 1961 y la teoría de la motivación temporal (TMT) diseñada por Steel y König (2013).

1.4.3 Metodológica

En la investigación se buscó la posible relación entre las dos variables de estudio, para lo cual se utilizaron los instrumentos psicológicos: “Escala De Procrastinación Académica” (EPA), y “Escala de Adicción De Redes Sociales” (ARS), los cuales fueron validados mediante el Juicio de Expertos, adquiriendo una confiabilidad a través de la Prueba Piloto, indicando que ambos cuestionarios fueron contextualizados, es decir, la investigación puede ser usada como antecedentes o referencias en otras investigación futuras que puedan usar estos instrumentos contextualizado.

1.5 Objetivos

1.5.1 Objetivo General

Determinar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada de Lima- 2021.

1.5.2 Objetivos Específicos

- Identificar la relación que existe entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima- 2021.
- Identificar la relación que existe entre la dimensión falta de control personal y Procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima- 2021.

- Identificar la relación que existe entre la dimensión el uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima - 2021.
- Identificar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima- 2021.
- Identificar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima - 2021.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes

2.1.1. Antecedentes internacionales

Ramírez et al. (2021) presentaron una investigación titulada “*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19*”. Mientras que su objetivo general fue determinar la relación entre adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. Empleando una metodología cuantitativa, no experimental transversal, dirigida a una población de 250 estudiantes universitarios entre los 17 y 34 años de edad, utilizando como instrumentos de recolección de datos la Escala de Procrastinación Académica EPA. Mientras que se hallaron diferencias sobre la autorregulación de los problemas de redes sociales y una relación considerablemente alta entre la adicción a las redes y la procrastinación académica. Se concluyó que, la adicción de las redes sociales se relaciona con la procrastinación académica, asimismo, se obtuvo que la postergación de las actividades se relaciona con las redes sociales.

Hejab (2020) realizó una investigación titulada *Academic “Procrastination Among University Students in Saudi Arabia and Its Association with Social Media Addiction”* el cual evaluó los niveles de Procrastinación Académica (AP), su relación con la adicción a las redes sociales y sus predictores entre estudiantes universitarios en Arabia Saudita. Fue un trabajo transversal con una muestra de 697 alumnos en la Universidad de Taif; obteniendo como resultados que, en general, los estudiantes muestran niveles moderados de procrastinación académica, demostrando que el aplazamiento de actividades académicas de los estudiantes y la adicción a las redes sociales están significativamente asociadas, en tal sentido, se recomienda a los educadores, psicólogos y

alumnos que aborden los problemas asociados con la adicción a las redes sociales y AP para prevenir que estas conductas perjudican el rendimiento y aprendizaje.

Vergara (2020) en su estudio titulado “*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adultos entre 18 y 35 años, residentes en CABA y Gran Buenos Aires*” tuvo como finalidad establecer la relación entre la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales en adultos mayores. Como metodología se empleó el tipo básico, un diseño no experimental y un nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 211 adultos de 18 a 35 años, empleando la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales propuesto. Se concluyó que existen relaciones significativas, directas y positivas entre las variables, por ende, mientras mayores sean los niveles de procrastinación, incrementará la dependencia a las redes sociales.

Ferraro (2020) desarrolló su trabajo “*Adicción a redes sociales y procrastinación en jóvenes adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires*”; el mismo tuvo como finalidad de explicar y examinar la correspondencia que se da entre los niveles de adicción a redes sociales y la procrastinación en personas de entre 18 y 30 años que habitan en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Para la investigación se usó una muestra no probabilística de 650 adultos jóvenes con una edad promedio de 25 y 30 años. Se empleó un cuestionario sociodemográfico, el cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación General. Los resultados arrojaron que las mujeres tienen más obsesión por las redes sociales que los hombres, el uso excesivo que le dan es tanto que dejan de hacer actividades importantes para estar conectados en las pantallas, generando procrastinación. Se concluyó que la adicción de las redes sociales se asocia de manera significativa con la procrastinación.

Ramos et al. (2017) en su estudio titulado “*Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos*”. Tuvo como objetivo general determinar la relación entre la procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de universitarios. La metodología usada fue un enfoque mixto, de diseño no experimental, nivel correlacional. La muestra estuvo conformada por 250 universitarios. Se aplicó la Escala de Adicción a Internet (EAIL), así como también la Escala de Procrastinación de Álvarez. Dentro de los hallazgos se pudo identificar la existencia de una correlación significativa menor a 0,05, además que aquellos alumnos que presentaron un buen nivel de rendimiento académico tienen bajos niveles de comportamiento procrastinador, lo cual resulta ser diferente a los universitarios que presentaron un rendimiento inferior. Se concluyó que existe asociación entre la procrastinación, la adicción al internet y el desempeño de los alumnos.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Pinto (2021) realizó una investigación titulada “*Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del Primer ciclo 2021 de la Escuela de Psicología en una Universidad de Piura*”, el cual tuvo por finalidad determinar la correlación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica. El diseño empleado fue no experimental y correlacional, además se aplicó la escala de adicción a las redes sociales (ARS) y escala de procrastinación académica diseñada por la canadiense Busko (1998) en una población de 359 estudiantes entre 15 y 20 años. Los resultados permitieron hallar una relación negativa de efecto mediano ($\rho = -31$) e importante.

En la investigación de Torres (2020) denominada “*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*”, cuyo objetivo es establecer la relación entre las dos variables de estudio en alumnos de una Universidad Privada

de Trujillo, la investigación fue de tipo no experimental de corte transeccional, de diseño descriptivo correlacional simple, para medir las variables se usó como instrumento la escala de adicción a las redes sociales (ARS) y la escala de procrastinación académica (EPA) y contaron con la participación de 275 alumnos con edades comprendidas entre 16 y 20 años. Por lo tanto, en resultados se puede observar que existe una asociación de las redes sociales con la procrastinación, siendo el coeficiente Rho de Spearman de 0.192.

Núñez et al. (2019) llevaron a cabo la investigación “*Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios*” con el propósito de establecer la relación entre los niveles de adicción a redes sociales y los niveles de procrastinación académica en alumnos universitarios en donde se usó un enfoque de investigación cuantitativo utilizando, se aplicó el Cuestionario de Medición de Adicción a las Redes Sociales (MEYVA) en una versión retocada y la Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada y estandarizada por Gonzales (2014) en una muestra de 220 alumnos obteniendo resultados de correlación positiva y demostrativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica ($r = 0.9778$).

Quiñones (2018) en su trabajo de investigación “*Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo*” tuvo como muestra 245 estudiantes con edades comprendidas entre 17 y 19 años de edad, empleando para su evaluación la Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA) y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS). Dentro de los hallazgos se pudo verificar que existe predominación de un nivel regular de procrastinación y un nivel medio de adicción a las redes sociales.

Castro y Mahamud (2017) realizaron el estudio “*Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*”, el cual tuvo el objetivo de determinar la relación entre procrastinación académica y adicción a internet en universitarios de

una universidad privada de Lima. Además, la metodología usada fue de investigación cuantitativa y de tipo correlacional en donde aplicaron la Escala de Procrastinación y Escala de Adicción a Internet con una muestra de 168 alumnos de ambos sexos entre 18 y 25 años, y se obtuvieron resultados que demuestran que existe una relación positiva y significativa entre ambas variables ($r = 0.322$; $p < 0.05$).

Matalinares et al. (2017) en su trabajo “*Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y postgrado de Lima*”, tuvo como objetivo establecer la asociación entre la procrastinación y la adicción a las redes sociales en los estudiantes universitarios. La muestra estuvo conformada por 402 estudiantes de Lima. Los instrumentos empleados fueron la escala de procrastinación elaborada y el cuestionario de Adicción a las redes sociales. Encontraron que el grupo de 15 a 30 años tiene niveles de procrastinación al tiempo que el grupo de edades comprendidas entre los 31 a 65 años no procrastina en altos niveles, de la misma manera, los dos grupos presentaron niveles de adicción a las redes sociales debido a su contenido.

2.2. Bases teóricas o científicas

2.2.1. Adicción a las redes sociales

Castro y Mahamud (2017) explican que las redes sociales son particularmente de interés social en los jóvenes dado que mantienen como finalidad la comunicación interrelación con otras personas, grupos, instituciones y empresas en variados contextos del mundo permitiendo de esta manera una red de intercomunicaciones global a través del internet.

La adicción a una red social se puede manifestar como la compulsión por querer mantenerse en línea en las plataformas sociales. Además, se busca tener un grupo de amigos y utilizar el tiempo para la organización y mejora de los perfiles virtuales. Se ha considerado que las personas con más de 18 horas las redes sociales y que se mantienen pendientes de su red social y

que la dependencia excesiva a internet generalmente afecta a los individuos que son más vulnerables por la edad o psicológicamente (Echeburúa et al., 2010).

Escurra y Salas (2014) define a la adicción de redes sociales al comportamiento reiterativo que al inicio son disfrutados del uso de redes sociales en el Internet por los sujetos; no obstante, cuando se convierten en conductas continuas o habituales generan estados de incapacidad de autocontrol y estados de ansiedad elevados.

Para Cuyún (2008) la adicción es un comportamiento de dependencia a un proceder o conducta determinado. Este tipo de trastorno no solo se refiere a la ingesta de una sustancia tóxica, también incluye conductas con una que se presentan con ciertas particularidades, cabe destacar que un comportamiento adictivo únicamente no se categoriza por el número de horas que se invierte en ello, sino que, por el contrario, un comportamiento se considera adictivo cuando por el nivel de obstrucción que genera en las relaciones familiares, laborales, sociales o estudiantiles de un individuo determinado. El autor explica que un individuo presenta adicción tiende a aislarse del resto.

2.2.1.1.Redes sociales. son un medio de comunicación de bajo coste, omnipresente y masivo, que despierta grandes expectativas por su capacidad de apoyo a las distintas funciones de las organizaciones. Muchas organizaciones están desplegando plataformas de medios sociales como sistemas de gestión del conocimiento para aumentar el intercambio de conocimientos. En particular, los medios sociales contribuyen a difundir información haciendo del conocimiento un factor eficiente (Sánchez et al., 2017).

Las redes sociales se conocen como una comunidad donde los individuos se conectan de cierta manera, por medio de amigos, valores, relaciones laborales o ideas. En la actualidad, las redes sociales hacen referencia a una plataforma en línea donde las personas están conectadas entre

sí. Facebook, Tuenti, LinkedIn, Webkinz o MySpace son palabras que no significaban nada hace 15 años. Hoy en día son las redes sociales más populares. Estas herramientas tecnológicas del siglo XXI permiten que millones de personas se comuniquen entre sí cada día. En estas redes se pueden ver miles de mensajes y fotos (Marañón, 2012).

2.2.1.1.1. Síntomas de la adicción a las redes sociales. Los síntomas se conocen como aspectos conductuales que intervienen en la salud del individuo que causan malestar y generan diversas consecuencias que perturban de algún modo la vida cotidiana de la persona. Con referencia a la dependencia a las redes sociales, se han considerado varias sintomatologías, entre ellas: permanecer mucho tiempo en las redes sociales incluso durante altas horas de la noche privándose del sueño placentero; pérdida de la noción del tiempo, tal es así que se encuentran desorientados en el tiempo y lugar, no son conscientes del tiempo transcurrido; la dependencia psicológica, es la necesidad de depender de algo o alguien ya que no cuenta con la seguridad de decidir o actuar por sí mismo, también el estar pendiente de revisar compulsivamente las redes sociales, se muestra la necesidad de depender de cosas buscando sensaciones nuevas, intolerancia a estímulos negativos tanto psíquicos y físicos, rechaza las opiniones, ideas y actitud de su disconformidad, aislamiento social, es la persona que carece de relaciones sociales para interactuar, pero se relaciona con muchas personas en las redes (Błachnio et al., 2015).

2.2.1.1.2. Causas de la adicción a las redes sociales. Teniendo en cuenta a Echeburúa (2010) mencionó que las más resaltantes son las siguientes:

a) Vulnerabilidad Genética y Psicológica. Dependiendo del caso, se hacen presentes ciertos factores del comportamiento que incrementan gradualmente la fragilidad psíquica a las adicciones, como es el caso de la impulsividad, la disforia, la falta de tolerancia ante los estímulos desagradables y indagación desesperada de sensaciones fuertes.

b) Ambiente Estresante. Hay una gran posibilidad de convertirse en adicto cuando se cuenta con un hábito de recompensas rápidas, puesto que la persona mantiene el objeto adictivo al alcance.

c) Baja Autoestima. Existen ocasiones donde la adicción ocasiona un conflicto en la personalidad ocasionando la aparición de timidez, baja autoestima u odio por la imagen que proyecta, es decir, un estilo de afrontamiento incorrecto frente a las dificultades cotidianas.

d) Insatisfacción Personal o carencia de afecto. A veces se trata de individuos que manifiestan un descontento personal con su vida o no tienen un efecto consistente y buscan satisfacer tal insuficiencia con sustancia estupefacientes o con comportamientos indebidos.

e) Depresión o Hiperactividad. son aquellos problemas psiquiátricos previos que ha padecido e incluso padece el adolescente como depresión, TDAH, fobia social u hostilidad que terminan aumentando el riesgo de crear una adicción con Internet.

2.2.1.1.3. Efectos de la adicción a las redes sociales. Se encuentran los siguientes: cansancio, trastornos del sueño, pérdida de memoria y dolores en algunas articulaciones.

2.2.1.1.4. Factores que intervienen en la adicción a las redes sociales. Se encuentran el factor social, que se refiere a vivir en un entorno muy desfavorecido; factor familiar, que responde a la falta de lazos con la familia; el factor individual, que se trata de problemas de conducta o baja autoestima, así como el factor escolar que se manifiesta en la dificultad para alcanzar los objetivos del sistema educativo y el bajo rendimiento en adolescentes.

2.2.1.1.5. Consecuencias de la adicción a redes sociales. Entre las consecuencias se encuentran los problemas familiares y sociales, alteración del humor, ansiedad e insomnio, aislamiento, problemas de salud física o psicológica, riesgo de conductas peligrosas, por la

exposición a contenidos sexuales y alteraciones de la conducta asociadas a la ludopatía (Cuyún, 2008).

2.2.1.1.6. Características de los Adictos a las Redes Sociales. Aquellos adictos a las redes sociales presentan características o tendencias que los identifica, así lo explica Echeburúa (2010) considerando algunas conductas de alarma: La falta de sueño con la intención de mantenerse en línea o conexión en horarios regularmente altos. Distanciamiento de sus familiares y amigos y desgano para la realización de actividades diarias. Recibir quejas acerca del uso excesivo de la red de Internet por parte de padres, hermanos o personas cercanas. Pensar constantemente en sus redes sociales y sentir irritación o fastidio cuando no pueden estar conectados o la red falla. Fallar en el intento de controlar el tiempo para conectarse a las redes sociales. Decir mentiras relacionadas al tiempo de uso de redes sociales o lo que está haciendo. Bajo rendimiento académico y aislamiento social. Tener euforia anormal cuando se usan las redes sociales.

2.2.1.1.7. Dimensiones de las Redes Sociales. Según Escurra y Salas (2014) son las siguientes:

a) Obsesión por las redes sociales. Pensamiento en exceso para utilizar las redes sociales, siendo que el mismo tiende a generar sentimientos preocupantes e irritantes.

b) Falta de control personal en el uso de las redes sociales. Intranquilidad por la falta de autocontrol ocasionando no realizar tareas diarias o un rendimiento académico bajo.

c) Uso excesivo de las redes sociales. Inconveniente para moderar el horario de uso de redes sociales, así como la incapacidad para reducir esas horas.

2.2.1.1.8. Teoría sociocognitiva de Blachino. En la siguiente investigación, se utilizará la teoría Sociocognitiva cuyo autor Blachino (2015, como se citó en Jasso et al., 2017) afirman que la dependencia excesiva a las redes sociales es un subtipo de las adicciones al internet en donde se

hace el uso de plataformas virtuales. Han determinado dos modelos más importantes que brindan una adecuada causa a la variable: La teoría sociocognitiva expone que los comportamientos dependientes a las redes son ocasionados por las expectativas positivas asociada a la confianza en la propia capacidad de Internet y el deficiente autocontrol del uso de la web originando la adicción propiamente.

Matalinares et al. (2017) exponen que la conducta sociocognitiva se ve afectada por el acceso excesivo a conductas repetitivas observadas y asemejadas a las realidades, lo que crea un conflicto interpersonal entre la necesidad y la obsesión, necesitando un determinado contenido para satisfacer las necesidades que demanda el cuerpo en estado de shock al faltar el contenido diario; haciendo semejanza a las drogas y el alcohol, puesto que una persona con problemas de adicción no admite fácilmente que tiene un problema y busca cualquier método para saciar esa adicción, por tanto, con el acceso a los medios comunicativos y redes sociales sucede igual, una vez el individuo se identifica, lo hace parte de su rutina diaria y lo genera un hábito, el cerebro crea una dependencia hacia ese aspecto que, fácilmente, puede causar cambios en la conducta y la ejecución y cumplimiento de las actividades.

2.2.2. Procrastinación académica

La palabra Procrastinación proviene del latín procrastinare: pro, adelante y crastinus, referente al futuro. lo que se entiende por posponer o postergar una faena o hábito de prorrogar actividades, circunstancias y responsabilidades que deberían realizarse en el momento lo cual son sustituidas por situaciones distractoras y muy relevantes como pereza o temor de afrontarlas.

La procrastinación se entiende como la dilación de trabajos en el contexto escolar y académico en lo cual se tiene una conducta que se caracteriza por prorrogar la ejecución de algunas tareas que se deben entregar dentro de un lapso establecido, lo que refleja comportamientos

relacionados a una baja autoestima, falta de autoconfianza, poca autorregulación, falta de organización y en ocasiones perfeccionismo, impulsividad disfuncional y ansiedad.

Para Steel (2010) la procrastinación es "*Postergación de manera intencional a una actividad ya establecida*"; Más allá de las consecuencias y resultados que pueda traer el incumplimiento de ellas, por lo que se le denomina el "síndrome para mañana" y ello se presenta debido al miedo a fallar y la valoración que se le da a la tarea realizada. originando un desequilibrio entre lo que se piensa hacer y lo que en realidad se lograra hacer, dudando así de sus propias capacidades.

Según Sirois y Pychyl (2017) la procrastinación "*en la actualidad es el problema más grave en la educación*". Explica que hay una diferencia a postergar algo voluntariamente y que no se trata del manejo del tiempo, a no tener capacidad de dominar las emociones e impulsos. Cuando una persona procrastina, trata de mejorar su estado anímico evadiendo la realización de algo que no le parece agradable, es reemplazar la acción por otra que les produzca distracción acompañado de placer mejorando su estado emocional a corto plazo así olvidándose de las tareas y responsabilidades.

Burka y Yuen (2008) indicaron que surge la procrastinación cuando aparece el miedo del niño a ser castigado por su comportamiento, el cual puede ocasionar efectos nocivos para la salud, aunado a ello se encuentra el incremento de las actividades escolares, las fechas limites que terminan generando una diferencia en los niveles ansiosos de los niños, que postergarían sus actividades. De acuerdo con lo señalado por Angarita (2012) procrastinar es la consecuencia producto de un tipo de crianza en el periodo de la juventud las personas tienden a considerar que el tiempo transcurre rápidamente debido a los cambios físicos que se presentan y que ocasionan una sensación de que nada volverá, lo cual lo conlleva a procrastinar.

2.2.2.1. Características de un procrastinador. Por lo general, las personas procrastinadoras se resguardan en un universo ficticio, utópico. Consideran que tienen la posibilidad de lograr emprendimientos, sin que ocurra algún inconveniente y, especialmente que a los demás de su alrededor no se les presente ningún inconveniente ni deben realizar esfuerzo alguno (Arostegui, 2017).

No obstante, hay un grupo de características habituales en la mayoría, y son las siguientes: El patrón que poseen con respecto a la conquista del éxito es poco realista, consideran que siempre tienen que estar seguros de sí mismos y alcanzar sus propósitos sin dificultad y sin tener que soportar ninguna frustración, tienen vacilaciones acerca de sí mismos o fracasos. Asimismo, a su juicio, la vida tendría que ser más cómoda y que los demás no tienen que luchar, cuando las cosas se tornan dificultosas deciden renunciar, no poseen mucha tolerancia a la frustración, por lo que cualquier contrariedad la convierten en algo grande, muestran un gran miedo al fracaso, por lo que para ellos el riesgo es excesivamente importante, por lo que evitan hacer cualquier cosa para no fracasar, generalmente fundamentan su autoestima en sus logros.

2.2.2.2. Síntomas de la procrastinación académica. Se puede detectar que una persona está procrastinando cuando se observan los siguientes síntomas o aspectos: falta de visión: el individuo no tiene claro sus proyectos y metas ni a dónde quiere llegar. Así como la falta de tiempo: son excusas, por la poca capacidad de organizarse y de afrontar las tareas o proyectos; la falta de organización: es la desorganización lo cual nos conduce a no saber por dónde empezar; el cansancio: se produce esta sensación al empezar una tarea, no sin antes verificar bien las causas ya que podría ser mala alimentación falta de sueño; el miedo: se presenta con mucho temor al afrontar nuevos retos y desafíos, a perder o fracasar en el intento conduciéndolo a un estado de inacción y apatía (Arostegui, 2017).

2.2.2.3. Causas que intervienen en la procrastinación académica. Existen diversas causas para procrastinar, sin embargo, en el ámbito académico, se reflejan como más significativas las siguientes: el miedo al fracaso: son particularidad de aquellas personas con baja autoestima y poca tolerancia a la frustración, la frustración: son aquellas personas que prefieren huir de las tareas a realizar, las cuales le parecen poco atractivas, inservibles e innecesarias poniéndole fin a su frustración, la indecisión: los perfeccionistas, imponen dudas para afrontar la tarea y considera que nunca será suficiente lo que realiza para cumplir una expectativa o meta, lo cual conlleva a un aplazamiento constante de sus actividades, la falta de Motivación. Hay poco interés para ejecutar las actividades por lo tanto una persona desmotivada no encuentra estímulos para realizar sus actividades caracterizándose por la falta de determinación para alcanzar sus propósitos, la dependencia: Es cuando la persona necesita de un estímulo o depende de otra persona para el logro de sus actividades, baja autoestima: Postergar sus actividades por miedo a realizarlas mal, también involucra el hecho de considerar que sus destrezas y capacidades no son las mejores, desorganización: Es la persona que no usa su tiempo, espacio y ambiente correctamente, lo que impide que culmine la tarea mostrándose desorganizado, evasión de la responsabilidad: El individuo evita realizar sus actividades asignadas no teniendo el deseo para llevar a cabo ya que presenta flojera o fatiga (Arostegui, 2017).

2.2.2.4. Efectos de la procrastinación académica. Entre los efectos que genera la procrastinación académica para el individuo se encuentran los siguientes: inconvenientes a la hora de tomar de decisiones, incompetencia al solucionar problemas, desafío al momento de afrontar el estrés en términos generales, impedimento para organizar, dificultad a la hora de comunicar sus necesidades, genera altos niveles de angustia y estrés, riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares y una presión arterial alta (Ferraro, 2020).

2.2.2.5. Factores que intervienen en la procrastinación académica. Según Atalaya y García (2019) son los siguientes:

Expectativa. Son pocas ya que están relacionadas con la confianza en sí mismo manteniendo su nivel bajo de autoconfianza.

a) Valoración. Algunas tareas que realizamos no tienen el mismo valor para nosotros, Por lo consiguiente dejamos para después aquellas cosas que no nos resultan placenteras. Mientras más baja sea la valoración de la tarea, mayor probabilidad de procrastinar.

b) Impulsividad. cuando el individuo reacciona de manera rápida, inesperada no logrando controlar sus impulsos mostrando poca meticulosidad y tendencia a la distracción con bajo autocontrol, mientras más impulsivo sea, más fácil será procrastinar.

c) Demora de la satisfacción. Cuanto más largo sea el tiempo en llegar la premiación más facilidad de procrastinar, es decir si los resultados llegan a largo plazo hay tendencia de abandonar el propósito rápidamente.

d) Temor al éxito. Algunas personas consideran que procrastinar es mejor que esforzarse arduamente, ya que presentan temor y angustia al ser juzgado por otros o por su propia autocrítica por lo tanto la inseguridad si estará al mismo nivel de las circunstancias mostrando miedo al fracaso.

e) Cheating o engaño. El engañarse así mismo, siendo deshonestos con los demás haciendo trampas para obtener recompensas satisfactorias a corto plazo quebrantando las reglas.

2.2.2.6. Teoría de la psicodinámica de Díaz. Para la segunda variable se usará la teoría de la psicodinámica cuyo autor Díaz et al. (2010) señalaron que fue la primera en relacionar la suspensión de los quehaceres con los aspectos conductuales. Desde el punto de vista psicodinámico se considera que la procrastinación es la irresponsabilidad con respecto a trabajos

primordiales, causantes de un alto nivel de angustia y que se consideran como alertas amenazadoras. De manera inconsciente, se podría comenzar a llevar a cabo diversas estrategias de defensa para reducir la molestia y evadir dicha tarea.

El modelo psicodinámico fue el primero en brindar una explicación acerca de la conducta de procrastinantes refiriendo que este tipo de conducta como una postergación de las actividades por su temor al fracaso a pesar de contar con las habilidades destrezas y es por ello que este modelo trata sobre sobre el origen y el motivo que conllevó a la aparición de esta clase de comportamiento lo cual es asociado a experiencias anteriores negativas nada participantes para el desarrollo de su personalidad lo cual originó problemas o trastornos psicológicos los cuales son: La baja autoestima e inseguridad personal, dependencia emocional, estados anímicos inadecuados (Atalaya & García, 2019).

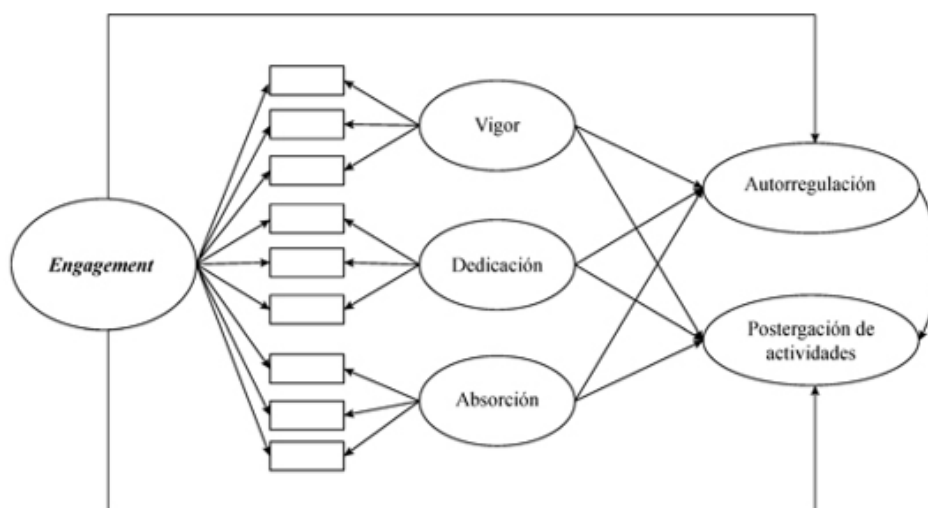
El modelo propuesto por Baker (1979, como se citó en Steel y Koning, 2013) sobre la teoría psicodinámica, refiere que la procrastinación expresa el miedo de no lograr las metas y objetivos pese a tener las habilidades para lograrlos; se afianza en que el procrastinador se va formando desde la niñez debido a las consecuencias negativas que ha traído el actuar de este frente a su entorno, creando una baja autoestima y la falta de interés hacia realizar alguna actividad por temor al resultado, en este caso particular, al fracaso sobre la ejecución de una actividad, tarea en la casa o en la escuela, siendo aún más notable en la etapa adolescente donde éste se siente poco valorado y emocionalmente frágil, ocasionando que se sientan insuficientes para ejecutar actividades y aprovechas las posibilidades que se puedan hacer presentes, pudiendo generar incremento de los niveles ansiosos.

Baker (1979, como se citó en Steel y Koning, 2013) refiere que el núcleo familiar en especial los padres van a contribuir a generar frustraciones en sus hijos la dificultad hallada en este

modelo se encuentra en la medición de los instrumentos para evaluar los niveles de procrastinación en el cual se tiene en cuenta los factores que se asocian al tipo de comportamiento.

Figura 3

Procrastinación académica



Nota. Dimensiones de la procrastinación. De “Propiedades psicométricas de la UWES-9S en estudiantes universitarios peruanos” por S. Domínguez et al., 2020, *Acta Colombiana de Psicología*, 23(2), pp. 7-23. En dominio público.

Por consiguiente, es fundamental mencionar que el uso adecuado de las tecnologías se encuentra dirigido a facilitar la vida, pero si es utilizada de forma inadecuada puede complicarla. En algunas circunstancias, estos recursos tecnológicos pueden convertirse en un fin y no en un medio. Usar las redes sociales puede absorber a la persona puesto que el mundo virtual ayuda a generar en la persona una errónea identidad o disfrazar su mundo (Echeburúa y Corral, 2010).

Los conflictos derivados del uso del internet se hacen presente cuando los individuos comienzan a descuidar sus rutinas con la finalidad de estar conectados en el internet, sin importarles si con tales actividades afecta su sueño en las noches. Solo algunas personas ignoran las comidas

puesto que se encuentran interesados únicamente en aislarse de la realidad y caer en el sedentarismo (Condori et al., 2016).

2.3. Marco conceptual

2.3.1. Adicción a las Redes Sociales

Domínguez e Ybañez (2016) afirmaron que las redes sociales se han convertido en un aspecto expansivo que las personas emplean frecuentemente, de igual manera, es una comunidad donde una serie de personas se relacionan por un interés en común, su finalidad consiste en que los individuos interactúen continuamente pudiendo compartir intereses, ideales y afines.

a) Obsesión por las redes sociales. Es la constante fantasía que se presentan con las redes sociales y que se asocian con cuadros ansiosos y preocupaciones cuando no tiene acceso a las mismas (Escorra & Salas, 2014).

b) Falta de control personal. Resulta de la incapacidad de manejar las redes sociales, lo cual genera que el individuo ignore el resto de sus obligaciones individuales (Escorra & Salas, 2014).

c) Uso excesivo de las redes sociales. es el conflicto que surge y que impide manejar el tiempo para utilizar las redes sociales, así como también la incapacidad de no poder controlarse cuando se usa (Escorra & Salas, 2014).

2.3.2. Procrastinación académica.

Para Steel (2010) la procrastinación es la postergación de manera intencional a una actividad ya establecida, incluso va más allá de las consecuencias y resultados que pueda traer el incumplimiento de ellas, por lo que se le denomina el “síndrome para mañana” y ello se presenta debido al miedo a fallar y la valoración que se le da a la tarea realizada. originando un desequilibrio

entre lo que se piensa hacer y lo que en realidad se lograra hacer, dudando así de sus propias capacidades.

a) Autorregulación académica. Se identifica como el ajuste y sincronización que se requiere en la dinámica cognitiva periódica que se implica en los procesos que se realizan para alcanzar un mejoramiento mediante herramientas empleadas por el estudiante para verificar su conducta en el desarrollo de sus actividades (Hendrie & Bastacini, 2020).

b) Postergación de actividades. Son aquellos procesos que valoran el nivel en que los estudiantes posponen las tareas educativas, sustituyéndolas por otras que les resultan más agradables que no requieren de demasiado esfuerzo, por lo general tiende a ocasionar insatisfacción o malestar (Atalaya & García, 2019).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1. Formulación de Hipótesis

3.1.1. *Hipótesis General*

- H1: Existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad privada de Lima, 2021.

- H0: No existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad privada de Lima, 2021.

3.1.2. Hipótesis Específicas

- H1: Existe relación entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H0: No existe relación entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H2: Existe relación entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H0: No existe relación entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H3: Existe relación entre la dimensión el uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H0: No existe relación entre la dimensión el uso excesivo de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H4: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H0: No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

- H5: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- H0: No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

3.2. Variables

3.2.1. Variable 1: Adicción a redes sociales

3.2.1.1. Definición conceptual. Es la compulsión por estar y querer mantenerse conectado en las plataformas sociales de Internet, además de incluir a tener la intención de pertenecer a un grupo de amigos y tomarse el tiempo para tener un perfil atractivo para los demás (Castro & Mahamud, 2017).

3.2.1.2. Definición operacional. se evaluó con el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS), quien es el autor Ecurra y Salas (2014) quien incluye 24 preguntas y calificará tres dimensiones: obsesión por las redes sociales, falta de control en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales. Con la finalidad de obtener una interpretación teniendo categorías de bajo, medio y alto.

3.2.2. Variable 2: Procrastinación académica

3.2.2.1. Definición conceptual. Angarita (2012) explicó que se trata de atrasar irracionalmente las actividades académicas, en donde el individuo expresa ansiedad y como consecuencia se obtiene ausencia de motivación académica, el fracaso de la autorregulación, autoestima académica negativa y un considerable nivel de estrés.

3.2.2.2. Definición operacional. Se midió a través de la Escala de Procrastinación Académica, creada por Busko (1998) y adaptada por Álvarez (2010) la cual está constituida por 16 reactivos, que incluyen las dimensiones de autorregulación académica y postergación de actividades y los cuales serán categorizados en interpretaciones de bajo, medio y alto.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1. Método de investigación

El método general fue el científico, así como lo expresa Arias (2012) el autor refiere que este método constituye un proceso operacional, actividades estratégicas para encontrar soluciones a problemas investigativos.

Asimismo, se empleó como método específico el descriptivo, que permite describir las implicancias de las variables entre sí y la manera en que se presentan como un hecho real que requiere una solución (Ramos, 2015).

4.2. Tipo de investigación

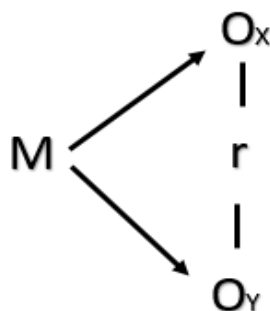
Fue básica, tal como lo indicó Arias (2012) puesto que se incrementaron y precisaron los conocimientos científicos actuales acerca de la realidad, además tiene como objetivo fomentar la investigación y aumentar el conocimiento acerca de la relación que existe entre ambas variables.

4.3. Nivel de investigación

Fue relacional; dado que se evalúan los niveles de asociación entre las variables, siempre teniendo presente las características particulares que tienden a afectar a la otra (Supo, 2019).

4.4. Diseño de investigación

Fue no experimental correlacional transversal, puesto que no se modificó ni alteró ninguna de las variables para determinar su relación (Sánchez, et al., 2018) a su vez tiene por finalidad buscar la asociación de las variables, siendo visualizado en la siguiente estructura:



Donde:

M = Estudiantes universitarios de Lima;

Ox = Variable N°1 Adicción a las redes sociales;

Oy = Variable N° 2 Procrastinación académica;

r = Es la relación que existe entre la variable Adicción a las redes sociales y la variable Procrastinación académica.

Asimismo, fue transversal ya que se realizó en un periodo determinado de tiempo dispuesto para obtener las respuestas acertadas y fundamentar los resultados obtenidos. Su finalidad consiste en identificar las variables y evaluar la incidencia que puedan presentar en un momento específico y simultáneamente (Carrasco, 2015).

4.5. Población y muestra

4.5.1. Población

La población estuvo conformada por 435 estudiantes de la Universidad César Vallejo de la Facultad de Ciencias de la Salud, cuyas carreras fueron Enfermería, Estomatología, Medicina, Nutrición y Psicología, lo que lo hace una población finita, tomando en cuenta que la población consiste en un conjunto finito o infinito de individuos que forman parte de un estándar determinado reuniendo requisitos comunes que los hacen propicios para el desarrollo de la investigación (Hernández et al. 2003).

4.5.2. Muestra

En el caso de la muestra fue de 120 estudiantes en edades entre los 17 y 19 años, de la Facultad Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo de las carreras de Enfermería, Estomatología, Medicina, Nutrición y Psicología. La muestra es definida como un subgrupo de la población, mediante la cual se efectuarán los estudios correspondientes y se determinarán los resultados obtenidos a través de las respuestas que estos individuos otorguen a la investigación (Hernández et al., 2014).

Tabla 1

Cantidad de la muestra seleccionada

Carreras	Cantidad
Enfermería	40
Estomatología	20

Medicina	10
Psicología	30
Nutrición	20
Total	120

Nota. Se escogieron cantidades específicas por cada una de las carreras, lo cual fue tomando en consideración el alcance de la autora.

4.6. Muestreo

Se empleó un muestreo no probabilístico intencional, debido a que el autor puede interferir según sean sus criterios y razones para seleccionar la muestra que lo representó (Valderrama, 2015).

4.6.1. Criterios de Inclusión

- ✓ Estudiantes de la Universidad César Vallejo de la Facultad de Ciencias de la Salud, matriculados en el periodo 2021.
- ✓ Estudiantes universitarios con edades menores de 17 y mayores de 19 años.
- ✓ Estudiantes que firmaron el consentimiento informado.

4.6.2. Criterios de Exclusión

- ✓ Estudiantes Universitarios que no pertenezcan a la institución
- ✓ Estudiantes universitarios menores de 17 años y mayores de 19 años
- ✓ Estudiantes de la universidad que no estén matriculados en el ciclo actual 2021.
- ✓ Alumnos que no hayan firmado el consentimiento informado.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.7.1. Técnicas de recolección de datos

En el presente estudio se utilizó la técnica de la encuesta, considerando que es un mecanismo que permite recoger información a través de distintos medios con el fin de obtener resultados cuantificables que puedan ser analizados posteriormente. Tamayo (2007) define que la

encuesta se emplea con la finalidad de evaluar una gran cantidad de individuos que contribuyen a tener una respuesta a través de una hora de preguntas.

4.7.2. Instrumentos de recolección de datos

Se conoce como el mecanismo a través del cual se recolectaron los datos partiendo de la técnica seleccionada para la investigación de acuerdo a las necesidades de la misma y el criterio del autor (Hernández et al., 2014).

El instrumento empleado fue el Cuestionario en dos modalidades; para la variable adicción a las redes sociales, se empleó el cuestionario de Adicción a Redes Sociales de Ecurra y Salas (2014) y, por otro lado, para la variable Procrastinación, la Escala de Procrastinación Académica EPA de Busko 1998, adaptada por Álvarez (2010).

4.7.2.1. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales

Tabla 2

Ficha técnica del instrumento “Cuestionario adicción a las redes sociales”

Nombre del instrumento	Cuestionario adicción a redes sociales
Acrónimo	ARS
Autores	Miguel Ecurra Mayaute Edwin Salas Blas
Procedencia	Lima
Año	2014
Administración	Individual
Números de preguntas	24 ítems
Tipo de escala	Likert
Dimensiones	Obsesión por las redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales

Nota. De “Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)” por M. Escurra & E. Salas, 2014, *LIBERABIT*, 20(1), pp. 73-91. En dominio público.

4.7.2.1.1. Descripción de la prueba. El cuestionario consta de 24 preguntas con alternativas tipo Likert (siempre, casi siempre, algunas veces, rara vez y nunca) que buscan medir los niveles de adicción a las redes sociales, siendo los criterios de su calificación y valoración de bajo, medio y alto.

4.7.2.1.2. Validez. De acuerdo con Sánchez et al. (2018) es el efecto generado de aplicar el instrumento, demostrando la capacidad de evaluar lo que se desea medir. En el caso de la presente investigación se utilizó la validez de contenido a través del juicio de expertos para la revisión de los ítems, el cual consiste en la evaluación del instrumento sobre su grado de adecuación a un determinado criterio. Finalmente, los jurados expertos dieron por validado dicho instrumento.

Tabla 3

Datos de jurados expertos

Nombre de jurado	Grado académico	Criterio de jueces
Rodolfo Guibovich del Carpio	Magister Psicólogo	Pertinente
Johnny Enciso Ríos	Magister Psicólogo	Pertinente
María Espino Medrano	Magister Psicóloga	Pertinente

Nota. El juicio de expertos es realizado mediante la categorización de expertos que tienen la posibilidad de evaluar instrumentos que miden factores intrínsecos del ser humano.

4.7.2.1.3. Confiabilidad. Es un proceso estadístico que tiene por finalidad la estimación de los niveles de confianza que presenta un instrumento destinado a medir (Sánchez et al., 2018). En el presente caso, la confiabilidad del cuestionario de Adicción a las Redes Sociales se aplicó a una muestra piloto de 20, del cual los resultados luego fueron procesados a través del alfa de Cronbach

de 0.958, dando como confiable el instrumento, es decir que tiene la capacidad de medir la variable de estudio.

4.7.2.2. Escala de Procrastinación Académica

Tabla 4

Ficha técnica Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Nombre del instrumento	Escala de Procrastinación Académica
Acrónimo	EPA
Autor	Busko
Procedencia	Canadá
Año	1998
Adaptación	Álvarez (2010)
Administración	Individual
Números de preguntas	12 ítems
Tipo de escala	Likert
Dimensiones	Autorregulación académica, Postergación de actividades

Nota. Adaptado de *Procrastinación general y académica en una muestra estudiantes de secundaria de Lima* (pp. 159-177), por O. Álvarez, 2010, Persona. Repositorio institucional de la Universidad de Lima.

4.7.2.2.1. Descripción de la prueba. El cuestionario consta de 12 preguntas con las alternativas de tipo Likert (siempre, casi siempre, algunas veces, raras veces y nunca) que miden la escala de procrastinación académica las cuales incluyen 2 dimensiones y se categorizaron en interpretaciones de bajo, medio y alto.

4.7.2.2.2. Validez. De acuerdo con Sánchez et al. (2018) es el resultado que se obtiene a través de aplicar un instrumento, demostrando que puede valorar realmente lo que desea medir.

Con respecto al presente estudio se manejó la validez de contenido mediante el juicio de expertos para revisar los ítems, siendo que el mismo consiste en evaluar el instrumento con referencia a su grado de adaptación a un criterio en específico. Finalmente, fueron los jueces quienes validaron su instrumento.

Tabla 5

Datos de jurados expertos

Nombre de jurado	Grado académico	Criterio de jueces
Rodolfo Guibovich del Carpio	Magister Psicólogo	Pertinente
Johnny Enciso Ríos	Magister Psicólogo	Pertinente
María Espino Medrano	Magister Psicóloga	Pertinente

Nota. El juicio de expertos es realizado mediante la categorización de expertos que tienen la posibilidad de evaluar instrumentos que miden factores intrínsecos del ser humano.

4.7.2.2.3. Confiabilidad. Proceso estadístico que tiene por finalidad la estimación de los niveles de confianza que tiene un determinado instrumento de medición (Sánchez et al., 2018). En el presente caso, la Escala de Procrastinación Académica se empleó a una muestra piloto de 20, del cual los resultados luego fueron procesados por medio del Alfa de Cronbach un coeficiente de 91.9% por lo tanto, el instrumento tiene la capacidad de medir la variable de estudio.

4.8. Técnicas de procesamiento y análisis de Datos

Para el procesar la información fue utilizado el programa Excel y el SPSS V25, aunado a ello la estadística descriptiva mediante la cual se obtienen datos cuantitativos, tales como las descripciones gráficas, numérica de rangos, la media aritmética, la mediana y se plantea desarrollar un análisis inferencial mediante prueba de correlación Rho de Spearman,

4.9. Aspectos éticos de la investigación

Para la ejecución de la presente investigación, se tomaron en consideración los aspectos

éticos establecidos por la Universidad entre los que comprenden el respeto, responsabilidad, confidencialidad y otros aspectos que resguardan la integridad no sólo de la investigación y el investigador, sino la integridad de todos los participantes que contribuyen con el desarrollo de la misma. También se consideró como fundamento investigativo lo señalado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación de la UPLA 2019, cuyo contenido precisa las normativas institucionales para la ejecución ética del proyecto de investigación, que se enmarcan a continuación:

El Art. 27: considera los aspectos fundamentales que deben tomarse en cuenta al momento de realizar la investigación, rezando principalmente por la seguridad e integridad de los datos obtenidos por los participantes, la reserva y anonimato de las identidades, al igual que caracteriza la responsabilidad, respeto y veracidad de los hechos documentados; lo cual es tomado en cuenta para la realización del presente proyecto.

Por otro lado, el Art. 28: establece las condiciones con las cuales se deben llevar a cabo los trabajos de investigación y el comportamiento de los investigadores en relación a la recolección de datos y todo el proceso de ejecución de la investigación. Para ello, expresa que se debe asumir la responsabilidad de las acciones, la responsabilidad sobre los acontecimientos efectuados durante la investigación, garantizar la confiabilidad de los datos, la obligatoriedad de registrar y reportar todos los hallazgos de la investigación, y otros aspectos que se tomaron en cuenta durante la realización de la presente investigación.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1. Descripción de resultados

5.1.1. Análisis descriptivos

Tabla 6

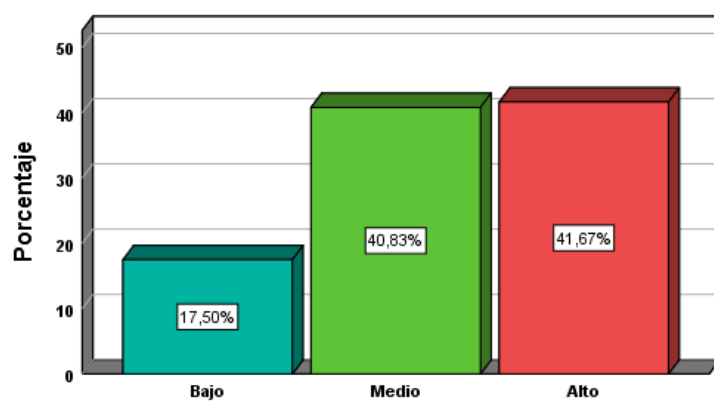
Resultado de la variable adicción a las redes sociales

Nivel	F	%
Bajo	21	17.50%
Medio	49	40.83%
Alto	50	41.67%
Total	120	100.00%

Nota. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Figura 4

Resultado de la variable adicción a las redes sociales



Nota. Índice de adicción a las redes sociales muestra un alto nivel presente en los estudiantes. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25.

Interpretación: se reflejó un nivel alto de 41.67% en adicción a las redes sociales, luego otro 40.83% con un nivel medio, y finalmente un 17.5% contó con un nivel bajo. En resumen, se verifica una mayoría que está predispuesta al uso adictivo de las redes sociales como problema de dependencia por adicción de esas herramientas tecnológicas.

Tabla 7

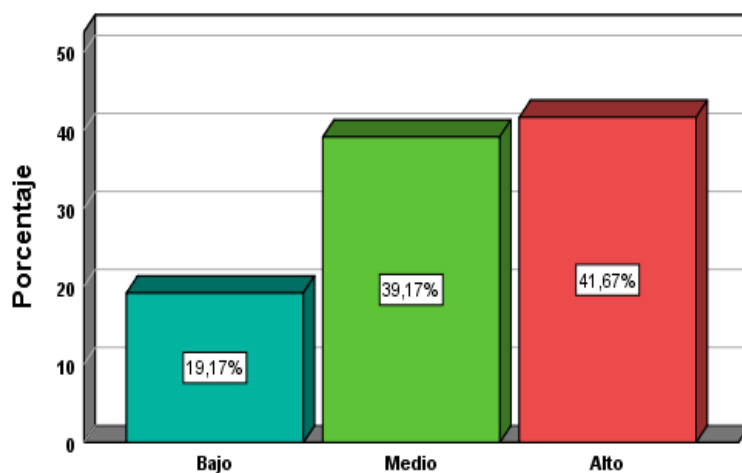
Resultado de la dimensión obsesión por las redes sociales

Nivel	F	%
Bajo	23	19.17%
Medio	47	39.17%
Alto	50	41.67%
Total	120	100.00%

Nota. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Figura 5

Resultado de la dimensión obsesión por las redes sociales



Nota. Índice de la dimensión obsesión por las redes sociales muestra un alto nivel presente en los estudiantes. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Interpretación: se reflejó un nivel alto de 41.67% en obsesión por las redes sociales, luego otro 39.17% con un nivel medio, y finalmente un 19.17% contó con un nivel bajo. En resumen, se verifica una mayoría que está predispuesta a la obsesión por las redes.

Tabla 8

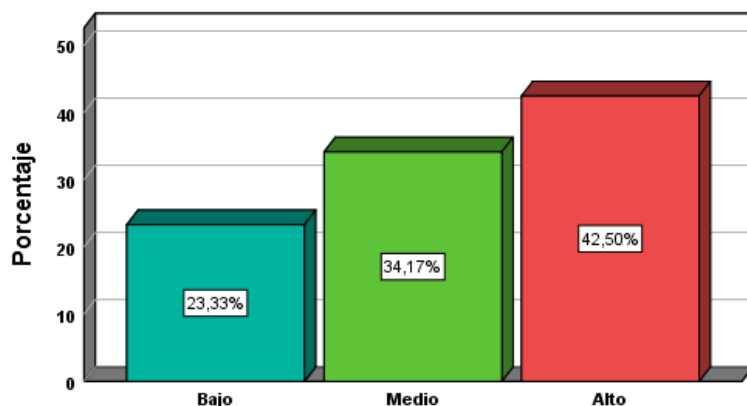
Resultado de la dimensión falta de control personal

Nivel	f	%
Bajo	28	23.33%
Medio	41	34.17%
Alto	51	42.50%
Total	120	100.00%

Nota. Procesamiento en la base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Figura 6

Resultado de la dimensión falta de control personal



Nota. Índice de la dimensión falta de control personal muestra un alto nivel presente en los estudiantes. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Interpretación: se reflejó un nivel alto de 42.5% en falta de control personal, luego otro 34.17% con un nivel medio, y finalmente un 23.33% contó con un nivel bajo. En resumen, se verifica una mayoría que está predispuesta a la falta de orden y control individual.

Tabla 9

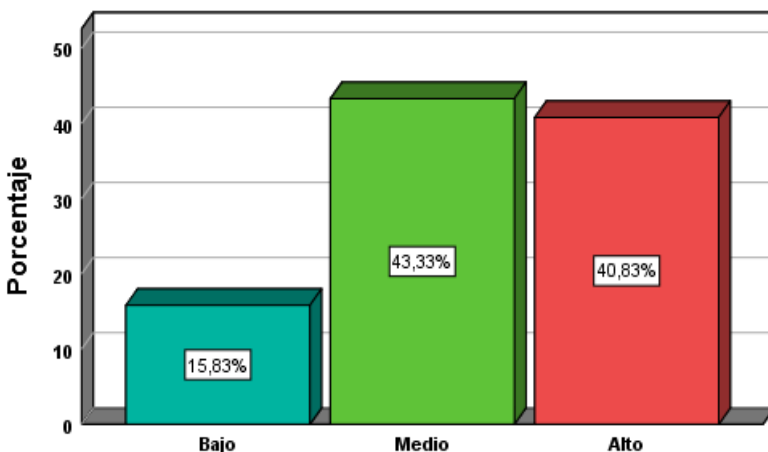
Resultado de la dimensión uso excesivo de las redes sociales

Nivel	f	%
Bajo	19	15.83%
Medio	52	43.33%
Alto	49	40.83%
Total	120	100.00%

Nota. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Figura 7

Resultado de la dimensión uso excesivo de las redes sociales

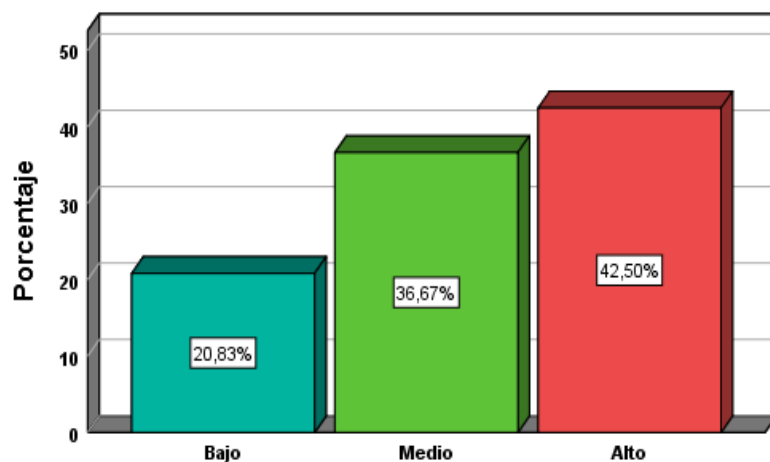


Nota. Índice de la dimensión uso excesivo de las redes sociales muestra un nivel medio presente en los estudiantes. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Interpretación: se reflejó un nivel medio de 43.33% en uso excesivo de las redes sociales, luego otro 40.83% con un nivel alto, y finalmente un 15.83% contó con un nivel bajo. En resumen, se verifica una mayoría que esta predispuesta al uso excesivo y donde el nivel negativo puede influir en el nivel medio para convertir la valoración hasta en un 83% de uso excesivo si no se toman las soluciones del caso.

Tabla 10*Resultado de la variable procrastinación*

Nivel	f	%
Bajo	25	20.83%
Medio	44	36.67%
Alto	51	42.50%
Total	120	100.00%

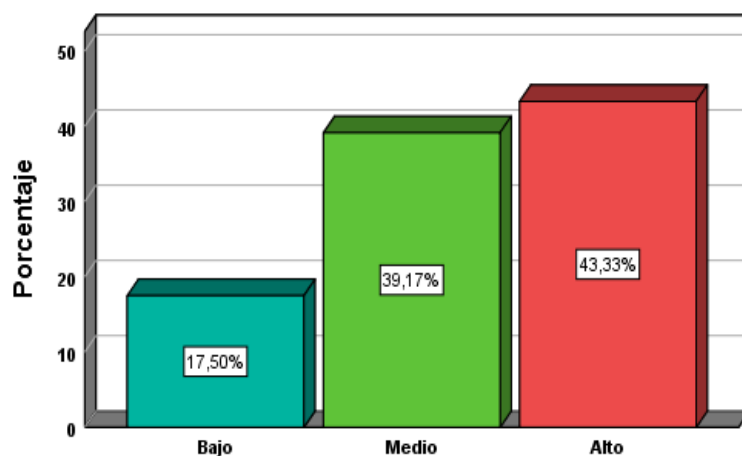
Nota. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25**Figura 8***Resultado de la variable procrastinación*

Nota. Índice de la variable procrastinación muestra un alto nivel presente en los estudiantes. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25

Interpretación: se reflejó un nivel alto de 42.5% en procrastinación, luego otro 36.67% con un nivel medio, y finalmente un 20.83% contó con un nivel bajo. En resumen, la mayoría tiene la costumbre de postergar y retrasar actividades por otras menos relevantes.

Tabla 11*Resultado de la dimensión autorregulación académica*

Nivel	f	%
Bajo	21	17.50%
Medio	47	39.17%
Alto	52	43.33%
Total	120	100.00%

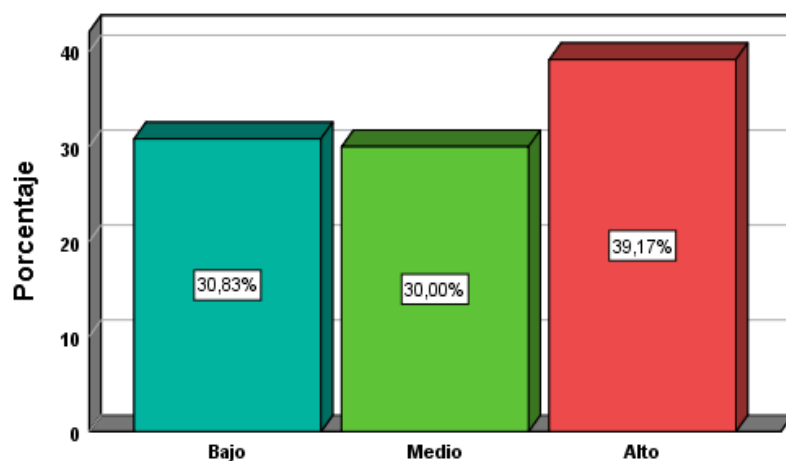
Nota. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25**Figura 9***Resultado de la dimensión autorregulación académica*

Nota. Índice de la dimensión autorregulación académica muestra un alto nivel presente en los estudiantes. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25.

Interpretación: se reflejó un nivel alto de 43.33% en Autorregulación académica, luego otro 39.17% con un nivel medio, y finalmente un 17.5% contó con un nivel bajo. En resumen, la mayoría tiene la costumbre de postergar y retrasar actividades académicas administrativas relevantes.

Tabla 12*Resultado de la dimensión postergación de actividades*

Nivel	f	%
Bajo	37	30.83%
Medio	36	30.00%
Alto	47	39.17%
Total	120	100.00%

Nota. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25**Figura 10***Resultado de la dimensión postergación de actividades*

Nota. Índice de la dimensión postergación de actividades muestra un alto nivel presente en los estudiantes. Base de datos procesada, IBM-SPSS versión 25.

Interpretación: se reflejó un nivel alto de 39.17% en postergación de actividades, luego otro 30.83% con un nivel bajo, y, finalmente un 30% contó con un nivel medio. En resumen, la mayoría tiene la costumbre de sustituir las actividades por otras de menor valor.

5.2. Contrastación de hipótesis

5.2.1. Contrastación de Hipótesis General

a) Planteamiento de la Hipótesis

- **Ho.** No existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.
- **Ha.** Existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.

b) Nivel de significancia o riesgo

Nivel de significancia $\alpha = .05$ (5%), es decir la máxima cantidad de error que se dispone a aceptar en caso la hipótesis alterna sea falsa.

c) Estadística de prueba

Rho de Spearman por tener las variables cualitativas y una escala de medición ordinal.

Tabla 13

Contrastación de hipótesis general

		Adicción a redes sociales		Procrastinación	
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	1.000	,963**	
		Sig. (bilateral)		0.000	
		N	120	120	
	Procrastinación	Coeficiente de correlación	,963**	1.000	
		Sig. (bilateral)	0.000		
		N	120	120	

Nota. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral). Elaboración en base a los resultados del programa IBM, SPSS – 25

El resultado ubicamos en la siguiente tabla

Tabla 14

Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis general

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

Nota. De *Fundamentos de investigación científica en la elaboración de tesis*, por M. Huamancaja, 2017, Inversiones Dalagraphic E.I.R.L.

Ubicando en la tabla de correlación obtenemos $r_s = .963$, es decir una correlación muy alta y directa.

d) Lectura del P. valor

Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna si se cumple que p valor sea mayor que el nivel de significancia. $p > .05$

Se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula si se cumple que p valor sea menor que el nivel de significancia. $p < .05$

e) Decisión estadística

Siendo p valor = .000, entonces, es menor que el nivel de significancia ($.000 < .05$), por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

f) **Conclusión estadística**

Mediante la presencia de un rango significativo del 0.05 y una valoración P de 0.000, permite determinar con un nivel de fiabilidad del 95% la existencia de una relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica.

g) **Interpretación de resultados**

De acuerdo a los resultados conseguidos se determina que, existe relación directa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.

5.2.2. *Contrastación de Hipótesis Específicas*

5.2.2.1. **Hipótesis específica 1**

a) **Planteamiento de la Hipótesis**

- **Ho:** No existe relación entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud una universidad privada de Lima, 2021.
- **Ha:** Existe relación entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

b) **Nivel de significancia o riesgo**

Nivel de significancia $\alpha = .05$ (5%), es decir la máxima cantidad de error que se dispone a aceptar en caso la hipótesis alterna sea falsa.

c) **Estadística de prueba**

Rho de Spearman por tener las variables cuantitativas y una escala de medición ordinal.

Tabla 15*Contrastación de hipótesis específica 1*

			Obsesión a redes sociales	Procrastinación
Rho de	Obsesión a redes	Coefficiente de correlación	1.000	,968**
Spearman	sociales	Sig. (bilateral)		0.000
		N	120	120
	Procrastinación	Coefficiente de correlación	,968**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	120	120

Nota. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral). Elaboración en base a los resultados del programa IBM, SPSS – 25

El resultado ubicamos en la siguiente tabla

Tabla 16*Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 1*

Coefficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

Nota. De *Fundamentos de investigación científica en la elaboración de tesis*, por M. Huamancaja, 2017, Inversiones Dalagraphic E.I.R.L.

Al ubicar en la tabla de correlación tenemos $r_s = ,968$, entonces se tiene una correlación directa muy alta.

d) Lectura del P. valor

Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna si se cumple que p valor sea mayor que el nivel de significancia. $p > .05$

Se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula si se cumple que p valor sea menor que el nivel de significancia. $p < .05$

e) Decisión estadística

Siendo p valor = .000, entonces, es menor que el nivel de significancia ($.000 < .05$), por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

f) Conclusión estadística

Mediante la presencia de un rango significativo del 0.05 y una valoración P de 0.000, permite determinar con un nivel de fiabilidad del 95% la existencia de una relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica.

g) Interpretación de resultados

De acuerdo a los resultados conseguidos se determina que, existe relación directa entre obsesión a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.

5.2.2.2. Hipótesis específica 2

a) Planteamiento de la Hipótesis

- **H₀:** No existe relación entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

- **Ha:** Existe relación entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

b) Nivel de significancia o riesgo

Nivel de significancia $\alpha = .05$ (5%), es decir la máxima cantidad de error que se dispone a aceptar en caso la hipótesis alterna sea falsa.

c) Estadística de prueba

Rho de Spearman por tener las variables cualitativas y una escala de medición ordinal.

Tabla 17

Contrastación de hipótesis específica 2

			Falta de control personal	Procrastinación
Rho de Spearman	Falta de control personal	Coeficiente de correlación	1.000	,948**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	120	120
	Procrastinación	Coeficiente de correlación	,948**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	120	120

Nota. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral). Elaboración en base a los resultados del programa IBM, SPSS – 25

El resultado ubicamos en la siguiente tabla

Tabla 18

Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 2

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

Nota. De *Fundamentos de investigación científica en la elaboración de tesis*, por M. Huamancaja, 2017, Inversiones Dalagraphic E.I.R.L.

Al ubicar en la tabla de correlación tenemos $r_s = ,948$, entonces se tiene una correlación directa muy alta.

d) Lectura del P. valor

Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna si se cumple que p valor sea mayor que el nivel de significancia. $p > .05$

Se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula si se cumple que p valor sea menor que el nivel de significancia. $p < .05$

e) Decisión estadística

Siendo p valor = .000, entonces, es menor que el nivel de significancia ($.000 < .05$), por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

f) Conclusión estadística

Mediante la presencia de un rango significativo del 0.05 y una valoración P de 0.000, permite determinar con un nivel de fiabilidad del 95% la existencia de una relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica.

g) Interpretación de resultados

De acuerdo a los resultados conseguidos se determina que, existe relación directa entre falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.

5.2.2.3. Hipótesis específica 3**a) Planteamiento de la Hipótesis**

- **Ho:** No existe relación entre la dimensión el uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- **Ha:** Existe relación entre la dimensión el uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

b) Nivel de significancia o riesgo

Nivel de significancia $\alpha = .05$ (5%), es decir la máxima cantidad de error que se dispone a aceptar en caso la hipótesis alterna sea falsa.

c) Estadística de prueba

Rho de Spearman por tener las variables cualitativas y una escala de medición ordinal.

Tabla 19*Contrastación de hipótesis específica 3*

		Uso excesivo de las redes sociales		Procrastinación	
Rho de Spearman	Uso excesivo de las redes sociales	Coefficiente de correlación	1.000	,864**	0.000
		Sig. (bilateral)			0.000
		N	120	120	120
	Procrastinación	Coefficiente de correlación	,864**	1.000	
		Sig. (bilateral)	0.000		
		N	120	120	120

Nota. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral). Elaboración en base a los resultados del programa IBM, SPSS – 25

El resultado ubicamos en la siguiente tabla

Tabla 20*Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 3*

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

Nota. De Fundamentos de investigación científica en la elaboración de tesis, por M. Huamancaja, 2017, Inversiones Dalagraphic E.I.R.L.

Al ubicar en la tabla de correlación tenemos $r_s = ,864$, entonces se tiene una correlación directa alta.

d) Lectura del P. valor

Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna si se cumple que p valor sea mayor que el nivel de significancia. $p > .05$

Se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula si se cumple que p valor sea menor que el nivel de significancia. $p < .05$

e) Decisión estadística

Siendo p valor = .000, entonces, es menor que el nivel de significancia ($.000 < .05$), por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

f) Conclusión estadística

Mediante la presencia de un rango significativo del 0.05 y una valoración P de 0.000, permite determinar con un nivel de fiabilidad del 95% la existencia de una relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica.

g) Interpretación de resultados

De acuerdo a los resultados conseguidos se determina que, existe relación directa entre uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.

5.2.2.4. Hipótesis específica 4

a) Planteamiento de la Hipótesis

- **Ho:** No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- **Ha:** Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

b) Nivel de significancia o riesgo

Nivel de significancia $\alpha = .05$ (5%), es decir la máxima cantidad de error que se dispone a aceptar en caso la hipótesis alterna sea falsa.

c) Estadística de prueba

Rho de Spearman por tener las variables cualitativas y una escala de medición ordinal.

Tabla 21

Contrastación de hipótesis específica 4

			Adicción a redes sociales	Autorregulación académica
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación	1.000	,952**
		Sig. (bilateral)		0.000
		N	120	120
	Autorregulación académica	Coefficiente de correlación	,952**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.000	
		N	120	120

Nota. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral). Elaboración en base a los resultados del programa IBM, SPSS – 25

El resultado ubicamos en la siguiente tabla

Tabla 22

Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 4

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

Nota. De *Fundamentos de investigación científica en la elaboración de tesis*, por M. Huamancaja, 2017, Inversiones Dalagraphic E.I.R.L.

Al ubicar en la tabla de correlación tenemos $r_s = ,952$, entonces se tiene una correlación directa muy alta.

d) Lectura del P. valor

Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna si se cumple que p valor sea mayor que el nivel de significancia. $p > .05$

Se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula si se cumple que p valor sea menor que el nivel de significancia. $p < .05$

e) Decisión estadística

Siendo p valor = .000, entonces, es menor que el nivel de significancia ($.000 < .05$), por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

f) Conclusión estadística

Mediante la presencia de un rango significativo del 0.05 y una valoración P de 0.000, permite determinar con un nivel de fiabilidad del 95% la existencia de una relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica.

g) Interpretación de resultados

De acuerdo a los resultados conseguidos se determina que, existe relación directa entre la adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.

5.2.2.5. Hipótesis específica 5**a) Planteamiento de la Hipótesis**

- **Ho:** No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.
- **Ha:** Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.

b) Nivel de significancia o riesgo

Nivel de significancia $\alpha = .05$ (5%), es decir la máxima cantidad de error que se dispone a aceptar en caso la hipótesis alterna sea falsa.

c) Estadística de prueba

Rho de Spearman por tener las variables cualitativas y una escala de medición ordinal.

Tabla 23*Contrastación de hipótesis específica 5*

			Adicción a redes sociales	Postergación de actividades
Rho de Spearman	Adicción a redes sociales	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	1.000	,904**
		N	120	120
	Postergación de actividades	Coefficiente de correlación Sig. (bilateral)	,904**	1.000
		N	120	120

Nota. La correlación es significativa en el nivel .01 (bilateral). Elaboración en base a los resultados del programa IBM, SPSS – 25

El resultado ubicamos en la siguiente tabla

Tabla 24*Interpretación de los coeficientes de correlación para hipótesis específica 5*

Coefficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

Nota. De *Fundamentos de investigación científica en la elaboración de tesis*, por M. Huamancaja, 2017, Inversiones Dalagraphic E.I.R.L.

Al ubicar en la tabla de correlación tenemos $r_s = .904$, entonces se tiene una correlación directa muy alta.

d) Lectura del P. valor

Se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna si se cumple que p valor sea mayor que el nivel de significancia. $p > .05$

Se acepta la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula si se cumple que p valor sea menor que el nivel de significancia. $p < .05$

e) Decisión estadística

Siendo p valor = .000, entonces, es menor que el nivel de significancia ($.000 < .05$), por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna.

f) Conclusión estadística

Mediante la presencia de un rango significativo del 0.05 y una valoración P de 0.000, permite determinar con un nivel de fiabilidad del 95% la existencia de una relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica.

g) Interpretación de resultados

De acuerdo a los resultados conseguidos se determina que, existe relación directa entre la adicción a redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.

ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Se tuvo como objetivo general determinar la relación que existe entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una Universidad Privada de Lima- 2021. Se puede observar que el 41.67% de los universitarios mostraron un nivel alto en la adicción de las redes sociales, mientras que el 40.83% mencionaron tener un nivel medio y el 17.50% un nivel bajo. En cuanto a la segunda variable los estudiantes se ubican en un nivel alto de procrastinación según el 42.50%, por el contrario, el 36.67% exteriorizan que su nivel de procrastinar era medio y el 20.83% un nivel bajo.

Comparando la hipótesis general se encontró correlación directa ($Rho = ,963$) y un nivel de significancia menor a .05 ($p = .000$) es decir, que existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021; mientras más sean los niveles de adicción a las redes mayor será la procrastinación.

Resultados que se pueden comparar con el estudio de Ramírez et al. (2021) quienes concluyeron que la adicción de las redes sociales se correlaciona positiva y directamente con la procrastinación, muchos son los estudiantes que dejan de hacer sus actividades para entrar a revisar sus redes, pasando tiempo muy alargados sin darse cuenta. Por otra parte, la investigación de Núñez et al. (2019) señalaron que la adicción de las redes sociales se asocia fuerte y positivamente ya que $r = 0.9778$ con la procrastinación, hizo énfasis que, las personas solteras tienden a tener más adicción que las que tienen pareja. Además, el 40% de los estudiantes mantienen un nivel moderado en adicción, mientras que el 85.91% presentan niveles de procrastinación. No obstante, la investigación de Ramos et al. (2017) mencionó que hubo relación significativa ($r=0,50$, $p < 0,001$) entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, indicando que los

estudiantes con mayor rendimiento académico mantienen un nivel de procrastinación baja $t(244) = -3,60$, $p < 0,001$ en comparación con los universitarios que tienen rendimiento académico bajo. Las adiciones de las redes sociales es un comportamiento, que si no son controlados pueden causar serios problemas tanto nivel académico, profesional y personal, creando dependencias hacia actividades. Es por ello, la importancia de llevar un adecuado uso y saber controlar las horas que le vas a dedicar a las redes sociales, sin necesidad de dejar a lado las actividades encomendadas.

Los resultados también se pueden corroborar con la teoría sociocognitiva quien señala que las conductas de las personas pueden verse afectadas por la adicción a las redes, su uso excesivo puede crear un conflicto interpersonal entre la necesidad y la obsesión. Considerando a Echeburúa et al. (2010) refirieron que las personas con adicciones a las redes sociales pueden dedicarles hasta más de 18 horas seguidas, su uso exagerado puede generar inconvenientes a los sujetos más vulnerables ya sea por la edad o psicológicamente.

De acuerdo al objetivo específico 1: se conoció que la obsesión por las redes sociales se ubica en un nivel alto según un promedio de 41.67%, por otra parte, el 39.17% de los encuestados señalaron que mantienen un nivel medio y solo el 19.17% un nivel bajo (Tabla 7 y Figura 6), lo que indica que, existe relación directa y significativa directa ($Rho = ,968$) ($p = 0.000$) entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021, arrojó que hay correlación. Lo que indica que a mayor obsesión con las redes sociales mayor serán los niveles de procrastinación académica y viceversa.

Corroborando el estudio de Torres (2020) concluyó que la obsesión por las redes sociales se vincula con la procrastinación académica ($rho = .168$, $p < .01$), quedando en evidencia que los estudiantes que mantienen un comportamiento con ansiedad, pereza y agotamiento viven con el

deseo constante y excesivo de ver las redes sociales, sin tener la capacidad de autocontrolarse, asimismo, el estudio de Ferraro (2020) señaló que la obsesión por las redes sociales se correlaciona $r = .476$ con la procrastinación. No obstante, la tesis de Vergara (2020) precisó que el uso de las redes, estar todo el tiempo con el celular, Tablet y laptop se puede convertir en una obsesión dañina, donde utilizará la procrastinación para evadir sus responsabilidades, concluyó que hay relación significativa y moderada entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación ($r = .296$ $p < .000$).

La teoría de la conducta sociocognitiva comprueba que la obsesión por las redes sociales demanda el cuerpo en estado de shock al faltar el contenido diario, cuando la persona está obsesionada el comportamiento que toma es muy distinto a los demás, llegando a procrastinar todo el día sin medir las consecuencias que puedan surgir; por otro lado, la teoría de la psicodinámica muestra que la personas que procrastina suspende todos sus quehaceres con los aspectos conductuales.

De modo que, este factor también perjudica las relaciones interpersonales debido al excesivo tiempo que es dedicado a las redes sociales y se obvia la relación física con familiares y amigos. Se considera que al existir una obsesión, se crea una dependencia generalmente insana hacia tales aspectos, en este caso, al ser una obsesión por un determinado contenido, desvía la atención del estudiante lo que genera que su atención se centre en mayor parte en lo que despierta su interés, dejando de lado las responsabilidades no sólo a nivel académico, sino de su entorno y desarrollo en el ámbito socio-afectivo; es por ello que al observarse una conducta obsesiva y/o adictiva, se deben hacer las evaluaciones correspondientes e intervenir lo antes posible para prevenir perjuicios en el desarrollo general del individuo.

Considerando el objetivo específico 2: de acuerdo a los hallazgos encontrados en el análisis descriptivo se tiene que los estudiantes encuestados mostraron un nivel alto 42.50% en cuanto a la falta de control personal, asimismo, el 34.17% mostraron un nivel medio y el 23.33% un nivel bajo (Tabla 8 y Figura 7). Contrastando la hipótesis se obtuvo una relación directa ($Rho = ,948$) y significativa ($p < 0,05$) entre la falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021, es decir, que a mayor falta de control personal mayor serán los niveles de procrastinación académica y viceversa.

Estos resultados concuerdan con Quiñones (2018) concluyeron que existe una correlación significativa ($p < .05$) entre la falta de control personal y procrastinación, los encuestados demostraron un nivel medio con un porcentaje de 44.5%, nivel bajo 32.2% y nivel alto 23.3%. Asimismo, los hallazgos de Pinto (2021) concluyó que la dimensión falta de control personal obtuvo un nivel bajo según el 71.59% de la muestra, lo que demuestra que hubo relación significativa con la procrastinación. La falta de control personal no sólo es un detonante de la conducta procrastinadora, sino también de conductas defensivas e incluso agresivas con el entorno, lo que genera no solo una deficiencia en el cumplimiento y desarrollo efectivo de las actividades, sino también en perjuicio del rendimiento académico.

Con respecto al objetivo específico 3: se evidenció que el 43.33% de la muestra mantiene un nivel medio en el uso excesivo de las redes sociales, el 40.83% representaron un nivel alto y solo el 15.83% niveles bajos, sino se toman las medidas apropiadas para darle solución, puede haber una incidencia entre el nivel medio y el alto para que su uso sea excesivo de hasta 83% en toda la población. Los hallazgos demostraron que usar excesivamente las redes sociales se relaciona directamente con la procrastinación académica en estudiantes ($Rho = ,864$) ($p < 0,05$).

Pudiendo decir que mientras mayor sea el uso excesivo de las redes sociales la procrastinación se elevará mucho más, y viceversa.

Por consiguiente, el estudio de Ferraro (2020) manifestó que el uso excesivo de las redes sociales se relaciona de manera positiva y significativa con la procrastinación ($r = .544$; $p < 0.1$). Exagerar con el uso de las redes sociales puede perjudicar el día a día de las personas, ya que su tiempo podría disminuir al momento de realizar otras obligaciones. De acuerdo a la teoría de la conducta sociocognitiva el uso excesivo de las redes sociales puede generar cambios en el comportamiento y al momento de cumplir con una actividad, es tanto el vicio y las horas que le dedica a las redes que no se dan cuenta de lo que ocurre a su alrededor, pudiendo perder el grado académico y hasta el empleo. Tomando en cuenta, el estudio de Quiñones (2018) refirió que el uso excesivo de las redes se sitúa en un nivel medio teniendo un promedio de 40%, lo que indicó que se relaciona con la procrastinación significativa ($p < .00$), y positivamente

Teniendo en cuenta el objetivo específico 4: el 43.33% de los estudiantes presentan un nivel alto en autorregulación académica, seguido del 39.17% de un nivel medio y el 17.50% nivel bajo. En resumen, la mayoría tiene la costumbre de postergar y retrasar actividades académicas administrativas relevantes. Por otra parte, en las hipótesis se pudo apreciar una correlación positiva directa elevada de 0.952 entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica, presentando igualmente una significancia de 0.000 a través de la prueba estadística Rho de Spearman, lo que permitió validar la relación directa existente entre la adicción a redes sociales y la dimensión autorregulación académica, generando el retraso en la ejecución de las actividades académicas relevantes para el aprendizaje por efecto de la distracción y atención que genera la conducta adictiva a las redes sociales y los diversos contenidos de interés que en ellas se aborda para los usuarios.

El estudio se pudo comparar con los resultados de la investigación de Ramírez et al. (2020) donde enfatizó que la adicción de las redes sociales se asocia positiva y significativamente con la autorregulación académica ($\rho = .807$, $p < 0.01$). Del mismo modo se visualizó el estudio de Castro y Mahamud (2017) donde señalaron que la adicción de las redes sociales se correlaciona significativa y positivamente con la autorregulación, gran parte de los estudiantes mostraron falta de autorregulación al momento de ejecutar o terminar sus responsabilidades académicas.

Los resultados expuestos se evidencian con la teoría psicodinámica quien demuestra que las personas procrastinadoras son irresponsables con las labores que se les encomiendan, en cuanto, a lo académico su eficiencia y rendimiento bajan considerablemente, debido a que, les dedican más tiempos a otras actividades que a sus estudios. En cambio, la investigación de Torres (2020) concluyó que la autorregulación académica se relaciona negativamente y significativamente con la adicción de las redes sociales ($\rho = -.170$, $p < .01$).

Finalmente, el objetivo específico 5: en los resultados descriptivos arrojaron que el 39.17% de la muestra se situó en un nivel alto en postergación de actividades, seguido de un 30% en nivel medio y el 30.83% niveles bajos. Gran parte prefieren sustituir las actividades por otras de menor valor. Se pudo constatar a través de la prueba estadística Rho de Spearman que existe una correlación positiva bastante fuerte de 0.904 entre la adicción a las redes sociales y la postergación de actividades por parte de los estudiantes universitarios, lo cual se refuerza al observar la significancia obtenida en dicha prueba con un valor de 0.000, convalidando la relación que existe entre la conducta adictiva a las redes sociales y la postergación de actividades académicas por parte de los estudiantes de ciencias de la salud en una universidad privada de Lima, 2021, generando así una conducta procrastinadora al ir sustituyendo las actividades relevantes por otras de menor valor o esfuerzo físico o psicológico que, a criterio de los mismos, no representa un

placer completo como cuando desvían su atención hacia otro tipo de contenidos que son ofrecidos a través de las redes sociales.

Se muestra el estudio elaborado por Pinto (2021) cuyo título es “*Adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del Primer ciclo 2021 de la Escuela de Psicología en una Universidad de Piura*” donde concluyó que la postergación de actividades se relaciona positiva y significativamente ($\rho=.405^{**}$) con la adicción de las redes sociales.

La teoría de psicodinámica la acompaña mencionando que mientras más se posterga las actividades menos tiempo quedará para efectuar con calidad y desempeño las tareas; refiriendo que este comportamiento se debe controlar para que no haya problemas más adelante con demás obligaciones.

Es así que, se puede determinar que la adicción a las redes sociales es un detonante de conductas procrastinadoras en toda persona, sin embargo, se intensifica vorazmente en la etapa estudiantil, puesto que son los jóvenes quienes se encuentran cautivos por las novedades tecnológicas y la constante creación de contenido, en su mayoría de ocio, donde los “challenges”, retos y diversas actividades que generan imitación y participación activa en las mismas, captan la atención directa del estudiante y ello conlleva que deje de lado las responsabilidades académicas por distintos factores entre los que se han podido destacar la falta de interés, que no representa un reto e inclusive, lo ven tan sencillo que pueden hacerlo luego y esto ocasiona, a su vez, que las actividades que se realicen sean deficientes en calidad y contenido, lo que perjudica en gran parte el rendimiento del estudiante frente a los cometidos académicos que se propone a lo largo de su formación profesional.

CONCLUSIONES

1. Con referencia al objetivo general, se pudo determinar la relación entre las variables debido a que arrojó un coeficiente ,963, así como también un nivel de significación inferior a 0.05, lo cual indica que, a mayor nivel de adicción a las redes sociales, la procrastinación tenderá a aumentar en los estudiantes objeto de estudio.
2. Con referencia al objetivo específico primero, se pudo lograr una determinación de la relación entre las variables de estudio puesto que arrojó un coeficiente de 0.968, lo que indica que mientras mayores sean los niveles de obsesión por las redes sociales, los índices de procrastinación tenderán a incrementar en igual medida.
3. Con referencia al objetivo específico segundo, se logró determinar una relación entre las variables ya que arrojó un coeficiente de 0,948, asimismo, se estableció una significancia inferior a 0.05, lo cual implica que mientras mayores sean los niveles de control personal, los niveles de procrastinación aumentaran en igual medida.
4. Con referencia al objetivo específico tercero, se pudo conocer la existencia de una relación positiva entre las variables debido a que arrojó un coeficiente de 0,864, además de un nivel de significancia inferior a 0.05, lo que demuestra que mientras mayor sea el nivel del uso excesivo de las redes sociales, los índices de procrastinación tenderán a aumentar en igual medida.
5. Con referencia al objetivo específico cuarto, se logró conocer la existencia de una relación positiva entre las variables de estudio debido a que arrojó un coeficiente de 0,952, además de una significancia de 0.05, demostrando de esa manera que a mayor sea el nivel de adicción a las redes sociales, la autorregulación académica aumentará en igual medida.

6. Con referencia al objetivo específico quinto, se pudo conocer la relación entre las variables de estudio debido a que el coeficiente arrojado fue de 0,904. Asimismo, arrojó una significancia menor a 0.05, lo que indica que a mayor sea el nivel de adicción a las redes sociales, la postergación de actividades aumentará en igual medida.

RECOMENDACIONES

1. Se recomienda a la Universidad César Vallejo la implementación de talleres grupales para promover el bienestar de la salud mental en los estudiantes.
2. Se sugiere a la Universidad el uso de mecanismos didácticos donde los estudiantes sean instruidos sobre las afecciones que surgen de utilizar excesivamente las redes sociales, entre las cuales se encuentre la mala comprensión de las asignaturas académicas que generen la presencia de un incremento de repitientes.
3. Se recomienda a los docentes emplear estrategias de comunicación psicológica por aula para manifestar los resultados de la presente investigación y sean los estudiantes quienes conozcan la necesidad de cambiar sus estilos de vida para obtener mejores experiencias a nivel académico.
4. Se sugiere a los docentes realizar charlas sobre estrategias metodológicas de estudio que puedan utilizar en sus diferentes ámbitos de su cotidianidad para determinar las prioridades que debe tener durante el proceso institucional.
5. Se sugiere a los estudiantes tomar consciencia sobre lo perjudicial que resulta emplear las redes sociales con frecuencia excesiva, lo cual puede ocasionar el padecimiento de una adicción que podría conllevar a la postergación de actividades y a su vez a un mal desempeño estudiantil que afectaría su futuro mediato.
6. Se sugiere la publicación de los resultados inmediatos para promover la importancia de disminuir la utilización de las redes sociales ya que su frecuencia puede ocasionar un aumento de la procrastinación y una disminución del rendimiento académico preocupante para la población estudiantil.

REFERENCIAS

- Ackerman, D., y Gross, B. (2007). I can start JME manuscript next week, can't I? The task characteristics behind why faculty procrastinate. *Journal of Marketing Education*, 97-110.
- Álvarez, O. (2010). *Procrastinación general y académica en una muestra estudiantes de secundaria de Lima*. *Persona*, 13, 159- 177. <https://hdl.handle.net/20.500.12724/2207>.
- Alonso, P., Rodríguez, Y., Lameiras, M., y Carrera, V. (2015). Hábitos de uso en las Redes Sociales de los y las adolescentes: análisis de género. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación, Extra* (13), 1-4. <https://pdfs.semanticscholar.org/c106/e90b9ce6b4ec341fe24a07ae9adf87b901a5.pdf>
- Angarita, L. D. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Iberamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(2). <https://reviberopsicologia.iberu.edu.co/article/view/rip.5209>
- Arias, F. (2012). *Metodología de la Investigación. Tipos de investigación*. <https://bit.ly/3tv4nqx>.
- Arostegui, I. (2017). *Procrastinación: dejar para mañana lo que puedo hacer hoy. Causas y consecuencias*. <https://www.psicologobilbaoisabelarostegi.com/procrastinacion-causas-consecuencias/>.
- Atalaya, C., y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Bartolomé, A. (2008). Posibilidades de la Web 2.0 en la Educación. *Curso E-Learning 2.0.*, <http://www.lmi.ub.es/cursos/web20/2008upv/>.
- Błachnio, A., Przepiórka, A., y Pantic, I. (2015). Internet Use, Facebook Intrusion, and Depression: Results of a Cross-Sectional Study. *Study. European Psychiatry*, 30(6), 681-684. <https://bit.ly/3IMNdLD>.

- Burka, J., y Yuen, L. (2008). *Procrastination: Why You Do It, What to Do About It Now*.
<https://www.amazon.com/-/es/Jane-Burka/dp/0738211702>.
- Carranza, R., y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios. Investigación*, 3(2).
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467646127006>
- Carrasco, S. (2015). *Metodología de la investigación científica*. (2° ed.). Editorial San Marcos.
- Castro, S. y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Repositorio Institucional Unifé*, 25(2).
<https://doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.354>
- Clariana, M., Gotzens, C., Badia M., & Cladellas, R. (2012). Procrastination and cheating from secondary school to university. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(2), 737-754. <https://www.redalyc.org/pdf/2931/293123547011.pdf>
- Comscore. (2020). *Consumo digital 2020 en Latinoamérica: supremacía del móvil y crecimiento de la audiencia en internet*. <https://www.comscore.com/lat/Prensa-y-Eventos/Comunicados-de-prensa/2021/2/Consumo-digital-2020-en-Latinoamerica>
- Condori, Y., Mamani K., y Mamani, G. (2016). Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca – 2015. *Investigación Universitaria*. 5(2).
<https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/riu/article/view/715>
- Contreras, H., Mori, E., Lam, N., Gil, E., Hinostroza, W., Rojas, D., Espinoza, E., Torrejón, E., Conspira, C. (2011). Procrastinación en el estudio: exploración del fenómeno en adolescentes escolarizados. Lima Metropolitana, Perú. *Revista Peruana de Epidemiología*, 15(3), 1-5. <https://www.redalyc.org/pdf/2031/203122771007.pdf>

- Cuyún, M. (2008). *Adicción a redes sociales en jóvenes (Estudio realizado con jóvenes de 14-16 años del Colegio Liceo San Luis de Quetzaltenango)*. [Tesis de pregrado, Universidad Rafael Landívar]. <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/42/Cuyun-Maria.pdf>
- De Paola, M., y Scoppa, V. (2014). Procrastination, Academic Success and the Effectiveness of a Remedial Program. <https://bit.ly/3IMfTy9>.
- Díaz, J. F., Ferrari, J. R., Díaz, K., y Argumedo, D. (2010). Procrastination and demographic characteristics in Spanish adults: Further evidence. *The Journal of Social Psychology*, 629-633. <https://doi.org/10.3200/SOCP.146.5.629-633>
- Díaz, J. (2017). Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Diagnostico y Evaluación*, 51(2), 43-60. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art4.pdf>
- Domínguez, J. y Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181-230. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>.
- Domínguez, S., Sánchez, A. y Fernández, M. (2020). Propiedades psicométricas de la UWES-9S en estudiantes universitarios peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(2), 7-23. <https://actacolombianapsicologia.ucatolica.edu.co/article/download/2924/3378?inline=1>
- Domínguez-Vergara, J. A., e Ybañez-Carranza, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Revista de Psicología Educativa*, 4(2). <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122>
- Duart, J., y Lupiáñez, F. (2005). Gestión y la administración del e-learning en la universidad. *Universities and Knowledge Society Journal*, 2(1), 100-106. <https://www.redalyc.org/pdf/780/78017141012.pdf>

- Echeburúa, E., Corral, D., y Paz. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-95. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122889001.pdf>
- Elvira, M. A., y Pujol, L. (2014). *Autorregulación académica y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de reciente ingreso*. Universidad Simón Bolívar. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4635103.pdf>
- Escurra, M., y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *LIBERABIT*, <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n1/a07v20n1.pdf>.
- Ferraro, M. (2020). *Adicción a redes sociales y procrastinación en jóvenes adultos de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires*. [Tesis de pregrado, Universidad Argentina de la Empresa]. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/12501>
- Hejab, M. (2020). Academic Procrastination Among University Students in Saudi Arabia and Its Association with Social Media Addiction. 57(8), 1118-1124. <http://www.psychologyandeducation.net/pae/index.php/pae/article/view/1344/1129>
- Hendrie, K., y Bastacini, M. (2020). Autorregulación en estudiantes universitarios: Estrategias de aprendizaje, motivación y emociones. *Educación*. 44(1), 1-29. <https://www.redalyc.org/journal/440/44060092033/html/>
- Hernández, S., Fernández, C., y Baptista, M. (2003). *Metodología de la Investigación*. McGraw Hill. <https://bit.ly/3Cg5Ll1>.
- Hernández, S., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. (6ª ed.). <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hernández, J., y Rayón, L. (2021). Teléfonos móviles, redes sociales y praxis en adolescentes. *Educatio Siglo XXI*. 39(3), 135-156. <https://revistas.um.es/educatio/article/view/427011>

Husmann, G. y Chiale, G. (2015). *Procrastinación: el acto de postergarse en la vida*. Editorial del Nuevo Extermo.

Instituto Nacional de Estadísticas Informáticas INEI. (2020). *El 64,8% de la población de 6 y más años de edad accedió a internet durante el segundo trimestre del 2020*. <https://www.inei.gov.pe/prensa/noticias/el-648-de-la-poblacion-de-6-y-mas-anos-de-edad-accedio-a-internet-durante-el-segundo-trimestre-del-2020-12421/>

Ipsos Perú. (2020). *Uso de Redes Sociales entre peruanos conectados 2020*. https://www.ipsos.com/sites/default/files/ct/publication/documents/2020-08/redes_sociales_2020_v3_6ago_20.pdf

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://www.redalyc.org/pdf/3589/358954155010.pdf>

Kingsley, C. N., Ikwuka, O. I., Ugorji, M., & Unachukwu, G. C. (2020). Does the Association of Social Media Use with Problematic Internet Behaviours Predict Undergraduate Students Academic Procrastination? *Canadian Journal of Learning and Technology*, 46(1). <https://doi.org/10.21432/cjlt27890>

Malo, S., Martín, Mercedes, M. y Viñas, F. (2018). Uso excesivo de las redes sociales: perfil psicosocial de adolescentes españoles. *Grupo Comunicar 2018*, 26(56), 101-110. <https://doi.org/10.3916/C56-2018-10>

Marañón, C. (2012). Redes sociales y jóvenes: una intimidad cuestionada en internet. *Aposta*, 54(1), 1-16. <https://www.redalyc.org/pdf/4959/495950250003.pdf>

- 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://bit.ly/3tCcxO9>.
- Mohanna, G., y Romero, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y ansiedad en estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana De Ciencias Aplicadas]. <https://bit.ly/3KbrnSi>.
- Núñez, R., y Cisneros, B. (2019). Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. *Nuevas Ideas en Informática Educativa*, 15, 114-120. http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf
- Organización Mundial de la Salud. OMS. (2019). *Adicción*. <https://www.institutocastelao.com/definicion-de-adiccion/>
- Parra, V., Vargas, J, Zamorano, B., Peña, F., Velázquez, Y., Ruiz, L., y Monreal, O. (2016). Adicción y factores determinantes en el uso problemático del Internet, en una muestra de jóvenes universitarios. *Tecnología Educativa*. (56), 60-73. <https://bit.ly/3pC3Uli>.
- Pinto, G. (2021). *Adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del Primer ciclo 2021 de la Escuela de Psicología en una Universidad de Piura*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://bit.ly/3Mkdq6i>.
- Quiñones, M. (2018). *Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/4371>.
- Ramírez, E., Cuaya, I., Guzmán, M., y Rojas, J. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19.

- Revista Dilemas Contemporáneos* 8(Edición Especial), 2-19.
<https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2771>
- Ramos, C. (2015). Los paradigmas de la investigación científica. *Revista Unifé*, 23(1), 9-17.
<http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/167/159>
- Ramos, C., Jadán, J., Paredes, L., Bolaños, M. y Gómez, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios psicológicos*, 43(3), 275-289. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/estped/v43n3/art16.pdf>
- Ramos-Galarza, C., Jadán-Guerrero, J., Paredes-Núñez, L., Bolaños-Pasquet, M., & Gómez-García, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos* 4(3).
<http://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052017000300016>
- Sánchez, H., Reyes, C., y Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Universidad Ricardo Palma.
<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>
- Sánchez, M., Schmidt, M., Zuntini, J. y Obiol, L. (2017). La influencia de las redes sociales virtuales en la difusión de información y conocimiento: estudio de pymes. *Ibero América de estrategias*, 16(49), 69-90. <https://www.redalyc.org/pdf/3312/331253804006.pdf>
- Sirois, F. & Pychyl, T. (2013). This is a repository of Procrastination and the Priority of short-term Mood regulation: Consequences for future Self. *Social and personality Psychology Compass*, 7(2), 115-127. <https://doi.org/10.1111/spc3.12011>
- Steel, P. (2010). Arousal, avoidant and decisional procrastinators: Do they exist? *Personality and individual differences*, 48(8), 924-934. DOI: 10.1016/j.paid.2010.02.025

- Steel, P., y Koning, J. (2013). Theories of motivation integrating. *Academy of management*, 31(4), 889–913.
- Supo, J. (2019). *Niveles de Investigación Dr. José Supo seminarios de investigación. El sistema de aprendizaje más efectivo para generar datos de calidad*. <https://slideplayer.es/slide/17495826/>
- Tamayo. (2007). *Metodología de la Investigación*. https://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/eal/metodologia_cuantitativa.html.
- Terán, A. (2019). *Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC)*. Congreso de actualización pediatría: Madrid., Madrid. https://www.aepap.org/sites/default/files/pags._131-142_ciberadicciones.pdf
- Torres, P. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/49062>.
- Valderrama, S. (2015). *Pasos para elaborar proyectos de investigación científica*. (5ta. Ed.). Editorial San Marcos.
- Vergara, F. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adultos entre 18 y 35 años, residentes en CABA y Gran Buenos Aires*. [Tesis de titulación, Universidad Argentina de la Empresa]. <https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/12484>
- Visdómine-Lozano, J. C., y Luciano, C. (2006). Locus de control y autorregulación conductual: revisiones conceptual y experimental. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(3), 729-751. <https://www.redalyc.org/pdf/337/33760313.pdf>
- We Are Social (2020). *Digital in 2020*. <https://wearesocial.com/es/blog/2020/01/digital-2020-espana/>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE DE ESTUDIO	METODOLOGÍA
ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA. LIMA -2022.	<p>PROBLEMA GENERAL:</p> <p>¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud en una universidad privada de Lima 2021?</p>	<p>OBJETIVO GENERAL:</p> <p>Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada. Lima-2021.</p>	<p>HIPÓTESIS GENERAL:</p> <p>H1: Existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021.</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Adicción a las redes sociales</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Obsesiones por las redes sociales</p> <p>Falta de control personal</p> <p>Uso excesivo de las redes sociales</p>	<p>TIPO DE INVESTIGACIÓN</p> <p>Investigación básica o pura</p> <p>NIVEL DE INVESTIGACIÓN</p> <p>Nivel relacional</p> <p>DISEÑO DE INVESTIGACIÓN</p> <p>No experimental</p> <p>POBLACIÓN</p> <p>Está conformada por 435 estudiantes universitarios de ciencias de la salud de la Universidad César Vallejo, Lima.</p> <p>MUESTRA</p> <p>Constituida por 120 estudiantes de ciencias de la salud, de la carrera de enfermería, estomatología, medicina, nutrición y psicología de la Universidad César Vallejo, Lima</p>
	<p>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> ¿Qué relación existe entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencia de la salud en una universidad privada de Lima 2021? ¿Qué relación existe entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud en una universidad privada de Lima 2021? 	<p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> Identificar la relación que existe entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad de Lima- 2021. Identificar la relación que existe entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima- 2021. Identificar la relación que existe entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la 	<p>HIPÓTESIS ESPECÍFICAS:</p> <p>H1: Existe relación entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud una universidad privada de Lima, 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre la dimensión obsesiones por las redes sociales y Procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud una universidad privada de Lima, 2021.</p> <p>H2: Existe relación entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre la dimensión falta de control personal y procrastinación académica en</p>	<p>Variable 2:</p> <p>Procrastinación académica</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Autorregulación académica</p> <p>Postergación de actividades</p>	

<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué relación existe entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud en una universidad privada de Lima 2021? 	<p>salud de una universidad privada de Lima - 2021.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima- 2021. 	<p>estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p> <p>H3: Existe relación entre la dimensión el uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre la dimensión el uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p>	<p>TÉCNICA DE MUESTREO</p> <p>Muestreo no probabilístico intencional</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima 2021? 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima - 2021. 	<p>H4: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p>	<p>TÉCNICA DE RECOLECCIÓN DE DATOS</p> <p>- La encuesta</p> <p>INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS</p> <p>- Escala de adicción a las redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014)</p> <p>-Escala de procrastinación académica de Busko (1998)</p>
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué relación existe entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud en una universidad privada de Lima 2021? 		<p>H5: Existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre la adicción a las redes sociales y la dimensión postergación de actividades en estudiantes de ciencias de la salud de una universidad privada de Lima, 2021.</p>	<p>PROCESAMIENTO DE DATOS</p> <p>Software IBM SPSS V 25.0</p> <p>Microsoft Excel</p>

Anexo 2: Matriz de Operacionalización de Variables

Variable	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Naturaleza de la variable	Escala de medición
VARIABLE 1 Adicción a las redes sociales	La adicción a las redes sociales es la compulsión por estar y querer mantenerse conectado en las plataformas sociales de Internet, además de incluir a tener la intención de pertenecer a un grupo de amigos y tomarse el tiempo para tener un perfil atractivo para los demás (Mohanna y Romero, 2019).	Escala de adicción a las redes sociales (ARS) de Ecurra y Salas (2014) consta de 24 ítems y evalúa 3 dimensiones asociadas a la variable.	Obsesión por las redes sociales Falta de control personal	2,3,5,6,7,13,15,19,22,23 4, 11, 12, 14, 20, 24	Cuantitativa	Escala Likert de 5 opciones de respuesta, las cuales presenta una valoración de 0 = =nunca, 1= raras veces, 2 = algunas veces, 3 = casi siempre y 4 = siempre
VARIABLE 2 Procrastinación académica	Angarita (2012) explica que la procrastinación académica es un retraso irracional o la postergación de las tareas académicas, en donde el individuo expresa ansiedad y como consecuencia se obtiene ausencia de motivación académica, el fracaso de la autorregulación, autoestima académica negativa y un considerable nivel de estrés.	Escala de procrastinación académica de Busko (1998) que consta de 12 ítems y evalúa dos dimensiones.	Autorregulación académica Postergación de actividades	2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12 1, 6, 7	Cuantitativa	Escala Likert con 5 alternativas de respuesta que va desde nunca (1), casi nunca (2), a veces (3), casi siempre (4) y siempre (5)

Anexo 3: Matriz de Operacionalización de Instrumentos

TITULO: ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA SALUD DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA. LIMA 2022

VARIABLE	DIMENSIONES	ITEMS	ESCALA VALORATIVA	INSTRUMENTO
	Obsesión por 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. 5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales 6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales 7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales 13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días 15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales 19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales 22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales. 23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a)	Escala Likert	Escala de adicción a las redes sociales (ARS)
Adicción a las redes sociales				
	Falta de control personal	4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales. 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 14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales. 20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales 24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.		

Uso excesivo de las redes sociales	<p>1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales</p> <p>8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja</p> <p>9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo</p> <p>10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destina.</p> <p>16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.</p> <p>17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.</p> <p>18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.</p> <p>21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.</p>	
Dimensión Autorregulación académica	<p>2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.</p> <p>3. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.</p> <p>4. Asisto regularmente a clase.</p> <p>5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.</p> <p>8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.</p> <p>9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.</p> <p>10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.</p> <p>11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.</p> <p>12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.</p>	<p>Escala Likert con 5 alternativas de respuesta que va desde nunca (1), casi nunca (2), a veces (3), casi siempre (4) y siempre (5)</p> <p>Escala de procrastinación académica de Busko (1998)</p>
Procrastinación académica	<p>1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.</p> <p>6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.</p> <p>7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.</p>	

Anexo 4: Instrumentos De Recolección De Datos.

Escala de Adicción a las Redes Sociales ARS

📁 ☆

Preguntas Respuestas Configuración Total de puntos: 0

Sección 1 de 2

Escala de Adicción a las Redes Sociales ARS

Descripción del formulario

1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.

Nunca

Raras veces

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.

Nunca

Raras veces

Preguntas Respuestas Configuración Total de puntos: 0

3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.

Nunca

Raras veces

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.

Nunca

Raras veces

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.

Preguntas Respuestas Configuración Total de puntos: 0

5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.

Nunca

Raras veces

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.

Nunca

Raras veces

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

Preguntas Respuestas Configuración Total de puntos: 0

7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.

Nunca

Raras veces

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.

Nunca

Raras veces

Algunas veces

Casi siempre

Siempre

9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.

9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.

13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.

- Nunca

15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.

- Nunca

17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.

- Nunca

19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales

- Nunca

21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.

- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).

23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).

- Nunca
- Raras veces
- Algunas Veces
- Casi siempre
- Siempre

24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.


- Nunca
- Raras veces
- Algunas veces
- Casi siempre
- Siempre

[Siguiete](#)

[Borrar formulario](#)

Escala de Procrastinación Académica EPA

Escala de Adicción a las Redes Sociales ARS

 gekcielys.casares@gmail.com (no se comparten)
[Cambiar cuenta](#)



Escala de Procrastinación Académica EPA

1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces

3. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

4. Asisto regularmente a clase.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.

- Nunca

5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.

- Nunca

9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.

- Nunca

11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.

- Nunca
- Casi nunca
- A veces
- Casi siempre
- Siempre

[Atrás](#)

[Enviar](#)

[Borrar formulario](#)

Google no creó ni aprobó este contenido. [Denunciar abuso](#) - [Condiciones del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

Anexo 5: Constancia de su aplicación



“AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA NACIONAL”

Lima, 15 de febrero de 2022

OFICIO N° 001-20224/DG-UCV LIMA.

Sra. Carmen Laura Aguilar Sotomayor
Bachiller de la Escuela Profesional de Psicología
Universidad Peruana Los Andes
Filial Huancayo

Presente.

Referencia. - Respuesta a la SOLICITUD DE RECOLECCIÓN DE DATOS
PARA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a Usted, para expresarle mi cordial saludo en nombre de la Universidad César Vallejo, deseándole los mayores éxitos en su profesión y a la vez dar respuesta a la SOLICITUD DE RECOLECCIÓN DE DATOS PARA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, agradecemos su interés en acudir a la Universidad César Vallejo

Asu vez informarle que nos sentimos gustosos de poder contribuir y atender su requerimiento, por lo que nos vemos prestos en admitir su solicitud.

Sin otro particular, le reitero mi especial consideración y estima personal.

Atentamente,



Dr. Julio Samuel Zárate Suárez
Director General
Universidad César Vallejo.

Anexo 6 Validez del instrumento

CONSTANCIA

Juicio de experto

Yo, Mg. Rodolfo Guibovich del Carpio, con Documento Nacional de Identidad No.06242879, certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentados por los bachilleres: Carmen Laura Aguilar Sotomayor, en la investigación titulada: Adicción a redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada Lima 2021.

Lima, diciembre del 2021




Mg. Rodolfo Guibovich del Carpio
PSICÓLOGO
C.P.S.P. 25721

.....
Sello y Firma del Experto

CONSTANCIA

Juicio de experto

Yo, Mg. Johnny Erick Enciso Ríos, con Documento Nacional de Identidad No. 40419265, certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentados por los bachilleres: Carmen Laura Aguilar Sotomayor, en la investigación titulada: "Adicción a redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada Lima 2021".

Lima, Diciembre del 2021



Sello y firma del experto

Johnny Erick Enciso Ríos
PSICÓLOGO
C.P.N.P. 28952

CONSTANCIA**Juicio de experto**

Yo, Mg. María del Carmen Espino Medrano, con Documento Nacional de Identidad No.06899952, certifico que realicé el juicio de experto a los instrumentos presentados por los bachilleres: Carmen Laura Aguilar Sotomayor, en la investigación titulada: Adicción a redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada Lima 2021.

Lima, diciembre del 2021




.....
Sello y Firma del Experto

Anexo 7: Confiabilidad

CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO ARS-ADICCION A LAS REDES SOCIALES

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	120	100.0
	Excluido ^a	0	0.0
	Total	120	100.0

Interpretación: se comprueba que no existen valores en blanco o excluidos

Confiabilidad variable adicción a redes sociales

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.958	0.958	24

Interpretación: La variable de adicción a las redes sociales reflejaron una confiabilidad ala de 95.8%, la cual es superior al 80% mínimo.

Confiabilidad por ítems instrumento: adicción a redes sociales

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P2	55.71	535.452	0.712	0.956
P3	56.00	537.832	0.655	0.957
P5	55.98	529.865	0.736	0.956
P6	55.85	527.137	0.755	0.956
P7	56.07	528.382	0.767	0.956
P13	55.56	546.820	0.504	0.958
P15	55.91	543.815	0.555	0.958
P19	55.82	537.647	0.668	0.957
P22	55.91	532.823	0.703	0.956
P23	56.03	526.806	0.733	0.956
P4	55.88	531.875	0.711	0.956
P11	55.72	534.205	0.670	0.957
P12	55.73	544.302	0.609	0.957
P14	55.79	535.696	0.655	0.957
P20	55.94	524.341	0.830	0.955
P24	56.04	531.368	0.702	0.956
P1	55.88	532.346	0.703	0.956
P8	55.65	542.179	0.687	0.957
P9	55.67	543.518	0.579	0.958
P10	55.59	539.655	0.683	0.957
P16	55.73	534.836	0.700	0.956
P17	55.92	534.195	0.701	0.956
P18	55.96	535.755	0.672	0.957
P21	56.01	526.546	0.729	0.956

**CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO EPA-ADIC ESCALA DE PROCRASTINACION
ACADEMICA**

Confiabilidad variable procrastinación

Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.919	0.918	12

Interpretación: La variable de procrastinación reflejaron una confiabilidad ala de 91.9%, la cual es superior al 80% mínimo.

Confiabilidad por ítems instrumento: Procrastinación

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
pr1	38.16	122.773	0.729	0.909
pr2	38.33	123.936	0.731	0.909
pr3	37.82	130.806	0.543	0.917
pr4	38.18	130.538	0.541	0.917
pr5	38.03	127.478	0.691	0.911
pr6	38.13	127.696	0.625	0.914
pr7	38.34	121.739	0.734	0.909
pr8	38.18	124.991	0.685	0.911
pr9	37.94	126.240	0.675	0.912
pr10	38.00	131.630	0.576	0.916
pr11	38.07	126.432	0.651	0.913
pr12	38.23	121.643	0.802	0.906

Anexo 8: Data de procesamiento de datos

Nº	ADICION A REDES SOCIALES																					v1				
	OBESION A LAS REDES SOCIALES (10 ítems)										Falta de control personal en el uso de las redes sociales (6 ítems)						Uso excesivo de las redes sociales (8 ítems)									
	P2	P3	P5	P6	P7	P13	P15	P19	P22	P23	P4	P11	P12	P14	P20	P24	P1	P8	P9	P10	P16		P17	P18	P21	
1	1	1	0	0	0	4	2	1	0	0	0	0	2	4	1	0	1	1	0	1	1	1	1	23		
2	2	1	1	1	2	3	0	2	3	3	1	3	2	2	1	3	2	3	2	3	4	3	1	0	48	
3	1	1	0	0	0	4	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2	2	0	0	16	
4	0	3	0	0	0	4	4	2	2	0	0	0	3	0	0	4	0	1	2	0	0	0	0	0	25	
5	1	3	0	0	3	0	3	3	1	3	0	4	3	0	0	1	1	3	3	3	3	3	1	0	0	39
6	3	2	0	1	1	3	4	1	0	0	1	1	3	0	1	0	3	0	4	4	1	0	0	0	33	
7	3	3	1	1	1	3	1	0	2	0	3	0	2	1	0	2	0	2	4	3	2	0	1	0	35	
8	3	4	1	2	3	1	3	3	3	0	2	1	2	1	1	2	2	2	4	2	1	2	1	0	46	
9	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	93	
10	4	0	4	4	0	4	3	0	4	0	4	0	0	0	0	0	0	4	0	4	4	4	3	4	50	
11	1	1	2	4	1	1	2	2	3	3	0	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	54	
12	1	0	2	2	2	1	1	2	1	2	3	0	2	0	1	2	0	1	0	0	3	0	1	2	29	
13	1	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	0	3	4	1	3	4	1	2	4	72	
14	2	2	3	4	2	4	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	67	
15	1	2	0	0	2	1	0	0	2	2	0	0	2	3	0	0	0	2	2	0	0	0	2	1	22	
16	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	0	0	40	
17	0	2	3	3	0	0	2	3	3	0	0	1	3	2	0	3	2	2	0	3	2	3	2	2	41	
18	2	2	1	0	2	0	2	3	2	2	0	3	2	3	0	2	3	0	2	1	1	2	2	2	39	
19	1	2	0	3	0	0	0	4	0	3	0	4	0	0	1	0	2	3	2	2	0	2	0	1	30	
20	4	2	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88	
21	2	2	3	2	2	2	0	3	2	2	2	3	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	0	0	43	
22	2	4	3	3	4	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	75	
23	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	2	44	
24	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	2	2	71	
25	4	0	4	0	1	1	4	1	0	0	0	0	2	2	1	2	1	2	4	4	0	1	0	0	34	
26	0	0	4	4	4	1	0	1	1	4	0	0	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	0	61	
27	3	0	0	0	0	0	4	3	1	2	1	0	0	2	0	0	0	0	0	1	0	2	4	0	23	
28	3	0	1	0	1	2	2	4	0	4	1	1	4	4	2	0	1	2	4	2	0	2	2	0	42	
29	4	4	4	3	2	0	2	0	4	4	4	3	2	0	4	4	4	4	4	4	2	0	0	0	62	
30	2	3	2	2	2	0	1	0	1	1	3	4	3	2	2	4	4	2	4	3	3	2	3	3	56	
31	2	1	3	0	0	0	2	0	3	0	3	0	2	0	1	0	0	2	1	3	0	2	3	1	29	
32	2	2	3	2	3	3	3	1	1	3	3	0	2	3	2	1	3	2	2	3	1	2	2	3	55	
33	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	65	
34	0	0	2	0	0	0	1	2	0	2	0	2	1	3	0	2	0	1	0	0	2	0	1	2	21	
35	1	2	0	4	0	3	0	1	0	0	2	0	0	2	0	3	0	2	0	1	0	2	2	2	27	
36	1	2	1	0	0	2	0	0	3	0	0	3	2	0	2	0	3	2	3	0	1	0	1	2	28	
37	2	2	4	2	2	4	2	4	4	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4	69	
38	3	2	3	2	3	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	2	4	3	2	3	4	2	3	4	66	
39	2	2	1	2	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	66	
40	0	1	0	0	1	4	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	2	1	2	2	1	1	1	0	19	
41	2	2	2	3	3	1	1	1	0	0	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	49	
42	2	1	3	0	1	2	0	1	2	0	3	0	2	0	1	2	2	1	3	2	3	2	4	0	37	
43	2	0	1	1	1	2	1	2	0	0	1	1	3	2	3	0	2	2	3	3	3	2	2	0	37	
44	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	92	
45	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	88	
46	0	0	2	1	2	3	1	0	1	2	0	1	2	0	1	0	3	4	0	2	3	0	0	3	31	
47	1	3	2	2	3	1	4	1	2	4	1	2	3	2	3	0	4	4	2	2	1	2	2	4	55	
48	3	0	3	2	0	1	3	3	2	0	4	3	0	2	3	2	1	3	0	2	4	0	2	1	44	
49	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	89	
50	4	1	1	1	2	3	2	1	1	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	4	53	

Nº	ADICION A REDES SOCIALES																				v1				
	OBSESION A LAS REDES SOCIALES (10 ítems)										Falta de control personal en el uso de las redes sociales (6 ítems)						Uso excesivo de las redes sociales (8 ítems)								
	P2	P3	P5	P6	P7	P13	P15	P19	P22	P23	P4	P11	P12	P14	P20	P24	P1	P8	P9	P10		P16	P17	P18	P21
51	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	89	
52	3	4	3	2	3	2	3	2	1	4	3	2	3	3	2	4	3	3	4	2	3	2	2	4	67
53	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	53	
54	3	2	3	2	2	4	3	4	3	4	3	4	2	4	3	3	2	4	3	2	4	3	3	2	72
55	3	2	3	4	0	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	2	1	3	4	3	4	1	4	2	69
56	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	87
57	2	2	2	4	1	4	1	4	4	1	2	4	1	1	2	2	4	1	2	3	3	2	3	3	58
58	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	90
59	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	92
60	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	90
61	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	89
62	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	66
63	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	88
64	4	3	1	4	2	4	4	1	2	2	3	2	2	4	3	1	3	3	2	4	2	4	2	1	63
65	1	4	2	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	4	2	4	4	2	59
66	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	89
67	2	4	2	3	1	3	3	2	1	1	3	4	1	3	4	4	3	3	3	4	1	3	3	2	63
68	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	90
69	3	2	3	4	2	2	3	3	1	1	4	2	1	3	3	2	1	3	1	4	1	4	2	3	58
70	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	88
71	4	3	4	3	2	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	2	4	3	4	3	3	3	4	2	77
72	4	0	0	4	0	4	4	0	4	0	3	4	3	0	4	0	4	0	4	0	4	4	3	4	57
73	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	89
74	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	91
75	2	4	2	2	2	4	2	2	2	2	3	4	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	63
76	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	88
77	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	90
78	2	3	2	2	4	4	2	4	3	4	4	2	4	4	2	4	3	3	2	3	2	4	3	4	74
79	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	91
80	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	2	4	85
81	2	3	0	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	4	2	1	3	2	0	2	2	2	2	0	47
82	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	90
83	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	90
84	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	89
85	0	0	0	0	0	4	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	2	1	2	0	0	0	0	0	15
86	4	2	0	3	4	1	1	3	1	2	3	4	0	4	3	0	1	4	2	1	4	0	0	0	47
87	1	0	0	1	1	2	0	0	1	0	1	4	4	1	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	27
88	1	1	2	2	1	3	0	1	1	1	2	1	0	0	1	0	0	2	1	2	1	2	3	2	30
89	3	2	3	2	1	2	1	2	3	0	3	2	1	2	1	2	0	3	2	3	2	0	3	3	46
90	2	3	2	1	2	3	2	3	1	2	3	1	2	4	2	1	1	2	3	2	3	1	2	2	50
91	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	90
92	4	3	4	4	4	4	4	4	0	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89
93	3	1	1	3	1	0	2	1	0	1	2	1	3	1	3	1	2	0	2	0	3	3	0	2	36
94	1	0	1	0	0	0	0	2	3	2	1	3	0	2	1	0	2	1	0	2	0	3	2	3	29
95	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	89
96	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	89
97	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	89
98	4	4	3	4	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	87
99	4	2	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	89
100	4	3	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	89

Nº	ADICCION A REDES SOCIALES																							v1	
	OBSESION A LAS REDES SOCIALES (10 ítems)										Falta de control personal en el uso de las redes sociales (6 ítems)						Uso excesivo de las redes sociales (8 ítems)								
	P2	P3	P5	P6	P7	P13	P15	P19	P22	P23	P4	P11	P12	P14	P20	P24	P1	P8	P9	P10	P16	P17	P18		P21
101	4	0	4	3	0	4	0	4	0	4	4	4	4	3	0	3	4	0	0	4	0	3	0	0	52
102	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	89
103	2	1	2	4	2	3	3	3	2	3	0	3	3	4	3	1	3	3	3	2	2	3	3	4	62
104	2	0	2	1	2	2	4	2	3	1	4	3	3	4	3	2	0	3	0	3	0	3	0	3	50
105	4	2	1	4	4	1	2	1	4	4	2	4	2	2	4	2	2	4	4	2	4	4	2	4	69
106	2	2	3	4	2	4	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	67
107	1	2	0	0	2	1	0	0	2	2	0	0	2	3	0	0	0	2	2	0	0	0	2	1	22
108	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	0	0	40
109	0	2	3	3	0	0	2	3	3	0	0	1	3	2	0	3	2	2	0	3	2	3	2	2	41
110	0	0	0	0	0	4	1	1	1	1	0	1	0	0	1	0	2	1	2	0	0	0	0	0	15
111	4	2	0	3	4	1	1	3	1	2	3	4	0	4	3	0	1	4	2	1	4	0	0	0	47
112	1	0	0	1	1	2	0	0	1	0	1	4	4	1	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	27
113	2	1	3	0	1	2	0	1	2	0	3	0	2	0	1	2	2	1	3	2	3	2	4	0	37
114	2	0	1	1	1	2	1	2	0	0	1	1	3	2	3	0	2	2	3	3	3	2	2	0	37
115	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	92
116	0	3	0	0	0	4	4	2	2	0	0	0	3	0	0	4	0	1	2	0	0	0	0	0	25
117	1	3	0	0	3	0	3	3	1	3	0	4	3	0	0	1	1	3	3	3	3	1	0	0	39
118	3	2	0	1	1	3	4	1	0	0	1	1	3	0	1	0	3	0	4	4	1	0	0	0	33
119	3	2	3	2	1	2	1	2	3	0	3	2	1	2	1	2	0	3	2	3	2	0	3	3	46
120	2	3	2	1	2	3	2	3	1	2	3	1	2	4	2	1	1	2	3	2	3	1	2	2	50

Nº	Procrastinación												v2
	Autorregulación académica						Postergación						
	p2	p3	p4	p5	p8	p9	p10	p11	p12	p1	p6	p7	
1	1	3	3	2	1	2	3	5	2	1	3	1	27
2	3	4	1	3	2	4	3	3	2	2	4	4	35
3	1	5	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	24
4	1	5	5	3	1	3	4	4	1	1	3	1	32
5	4	1	4	4	1	5	4	1	1	1	2	4	32
6	2	4	5	2	2	2	4	1	2	2	1	1	28
7	2	4	2	1	4	1	3	2	1	2	3	1	26
8	4	2	4	4	3	3	3	2	2	3	4	1	35
9	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	59
10	5	5	4	5	5	1	1	1	1	5	5	1	39
11	2	2	3	3	1	3	3	4	3	5	4	4	37
12	3	2	2	3	4	4	3	1	2	3	2	3	32
13	3	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	54
14	3	5	4	4	5	4	3	4	4	5	3	3	47
15	3	2	3	2	1	2	3	4	1	1	3	3	28
16	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	34
17	1	1	3	4	1	2	4	3	1	4	4	1	29
18	3	1	3	4	1	4	3	4	1	1	3	3	31
19	1	1	1	5	1	5	1	1	2	4	1	4	27
20	4	5	4	5	5	5	3	5	5	3	5	5	54
21	3	3	1	4	3	4	3	3	3	3	3	3	36
22	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	48
23	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	4	3	37
24	4	5	4	4	5	4	4	4	5	5	4	4	52
25	2	2	5	2	1	1	3	3	2	1	1	1	24
26	5	2	1	2	1	1	5	5	4	5	2	5	38
27	1	1	5	4	2	1	1	3	1	1	2	3	25
28	2	3	3	5	2	2	5	5	3	1	1	5	37
29	3	4	3	2	5	4	3	1	5	4	5	5	44
30	3	4	2	4	4	5	4	3	3	3	3	2	40
31	1	1	3	1	4	1	3	1	2	1	4	1	23
32	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	2	41
33	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	45
34	1	1	2	3	1	3	2	4	1	1	1	3	23
35	1	4	1	2	3	1	1	3	1	5	1	1	24
36	1	3	1	1	1	4	3	1	3	1	4	1	24
37	3	5	3	5	4	3	4	3	4	3	5	3	45
38	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	2	43
39	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	5	3	47
40	2	5	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	19
41	4	2	2	2	3	3	3	3	3	4	1	1	31
42	2	3	1	2	4	1	3	1	2	1	3	1	24
43	2	3	2	3	2	2	4	3	4	2	1	1	29
44	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	59
45	5	5	5	5	3	4	5	5	5	5	5	5	57
46	3	4	2	1	1	2	3	1	2	2	2	3	26
47	4	2	5	2	2	3	4	3	4	3	3	5	40
48	1	2	4	4	5	4	1	3	4	3	3	1	35
49	4	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	57
50	3	4	3	2	3	2	3	4	4	2	2	3	35

Nº	Procrastinación												v2
	Autorregulación académica									Postergación			
	p2	p3	p4	p5	p8	p9	p10	p11	p12	p1	p6	p7	
101	1	5	1	5	5	5	5	4	1	4	1	5	42
102	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	58
103	3	4	4	4	1	4	4	5	4	5	3	4	45
104	3	3	5	3	5	4	4	5	4	2	4	2	44
105	5	2	3	2	3	5	3	3	5	5	5	5	46
106	3	5	4	4	5	4	3	4	4	5	3	3	47
107	3	2	1	1	1	1	3	4	1	1	3	3	24
108	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	34
109	1	1	3	4	1	2	4	3	1	4	4	1	29
110	1	5	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	22
111	5	2	3	4	4	5	4	5	4	4	3	3	46
112	2	3	1	1	2	5	5	2	1	2	2	1	27
113	2	3	1	2	4	1	3	1	2	1	3	1	24
114	2	3	2	3	2	2	4	3	4	2	1	1	29
115	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	58
116	1	5	5	3	1	1	4	1	1	1	3	1	27
117	4	1	4	4	1	5	4	1	1	1	2	4	32
118	2	4	5	2	2	2	4	1	2	2	1	1	28
119	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	4	1	32
120	3	4	3	4	4	2	3	5	3	2	2	3	38

Anexo 9: Consentimiento informado

Anexo 8: Modelo de Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada, Lima 2021 mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: "Carmen Laura Aguilar Sotomayor"

Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, Diciembre 2021

Responsable de investigación

Apellidos y nombres: Aguilar Sotomayor Carmen
 Laura
 D.N.I. N°10157102
 N° de teléfono/celular: 932715938
 Email: Carmenupla@hotmail.com



(PARTICIPANTE)

Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres: Dra. Copelo Cristóbal Giannina
 D.N.I. N°41430115
 N° de teléfono/celular: 920791720
 Email: d.gcopelo@upla.edu.pe

Apellidos y Nombres: Meysi Nicole Ordóñez Valverde
 N° DNI: 72323280

Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres: Mg. Paredes Gutarra
 Madeleine
 D.N.I. N°09542857
 N° de teléfono/celular: 944967352
 Email: d.mparedesg@upla.edu.pe



Huella Digital

Anexo 8: Modelo de Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Luego de haber sido debidamente informada/o de los objetivos, procedimientos y riesgos hacia mi persona como parte de la investigación denominada "Adición a Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad Privada, Lima 2021 mediante la firma de este documento acepto participar voluntariamente en el trabajo que se está llevando a cabo conducido por los investigadores responsables: "Carmen Laura Aguilar Sotomayor"

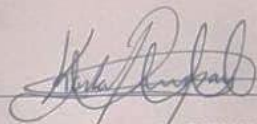
Se me ha notificado que mi participación es totalmente libre y voluntaria y que aún después de iniciada puedo rehusarme a responder cualquiera de las preguntas o decidir suspender mi participación en cualquier momento, sin que ello me ocasione ningún perjuicio. Asimismo, se me ha dicho que mis respuestas a las preguntas y aportes serán absolutamente confidenciales y que las conocerá sólo el equipo de profesionales involucradas/os en la investigación; y se me ha informado que se resguardará mi identidad en la obtención, elaboración y divulgación del material producido.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que todas las preguntas acerca del estudio o sobre los derechos a participar en el mismo me serán respondidas.

Lima, Diciembre 2021

Responsable de investigación

Apellidos y nombres: Aguilar Sotomayor Carmen
Laura
D.N.I. N°10157102
N° de teléfono/celular: 932715938
Email: Carmenupla@hotmail.com



(PARTICIPANTE)

Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres: Dra. Copelo Cristóbal Giannina
D.N.I. N°41430115
N° de teléfono/celular: 920791720
Email: d.gcopelo@upla.edu.pe

Apellidos y Nombres: Ruyay Aguilar Karla Abigail
N° DNI: 73895117

Asesor(a) de investigación

Apellidos y nombres: Mg. Paredes Gutarra
Madeleine
D.N.I. N°09542857
N° de teléfono/celular: 944967352
Email: d.mparedesg@upla.edu.pe



Huella Digital

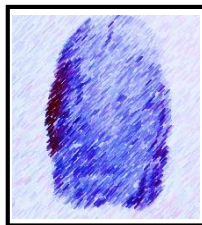


Anexo 10: Modelo de Confidencialidad
UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, Aguilar Sotomayor Carmen Laura identificado (a) con DNI N° 10157102, estudiante egresado de la escuela profesional de psicología, venimos implementando el proyecto de tesis titulado: Adicción A Redes Sociales Y Procrastinación Académica En Estudiantes De Ciencias De La Salud De Una Universidad Privada Lima, 2021, en ese contexto declaramos bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Huancayo, 27 de diciembre de 2021.



Apellidos y Nombres: Carmen Laura Aguilar Sotomayor

Responsable de Investigación

Anexo 11: Fotos de aplicación del instrumento

