



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en  
Universitarios de Lima Metropolitana, 2021.

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL  
Licenciada en Psicología

**AUTORAS:**

Bernuy Romayna, Yanina Del Rosario (ORCID: 0000-0002-2138-4774)

Carmen Correa, Carito Marly (ORCID: 0000-0002-1408-4095)

**ASESOR:**

Mgr. Julio Alberto Dominguez Vergara (ORCID: 0000-0002-3671-3366)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Violencia

LIMA – PERÚ

2021

### **Dedicatoria**

Dedicado a mi madre María Correa Berru, quien inculcó mis valores principales para continuar esforzándome por lograr mis objetivos y metas, a mi pareja por ser mi apoyo incondicional; a mi mejor amiga Yanina por estar siempre apoyándonos mutuamente en nuestra formación profesional.

Carmen Correa, Carito Marly

A Dios por ser mi guía en este camino de formación profesional, a mis padres por su apoyo y amor incondicional y motivarse a alcanzar mis metas. Así como también a mi hermano y amigos que me acompañaron en este proceso.

Bernuy Romayna, Yanina Del Rosario

## **Agradecimiento**

Agradecemos a la Universidad Cesar Vallejo por brindarnos las herramientas necesarias para culminar nuestra carrera. A nuestro asesor Julio Domínguez por orientarnos en el trabajo de investigación. Así como también a los docentes que fueron parte de nuestro desarrollo profesional.

## Índice de contenido

Carátula.....	i
Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento.....	iii
Índice de contenidos .....	iv
Índice de tablas .....	v
Índice de figuras.....	v
Resumen .....	vi
Abstract .....	vii
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO .....	5
III. METODOLOGÍA.....	14
3.1.Tipo y diseño de investigación .....	14
3.2. Variable y Operacionalización.....	14
3.3. Población, muestra y muestreo.....	15
3.5. Procedimientos .....	19
3.6. Método de análisis de datos .....	20
3.7. Aspectos Éticos .....	20
IV. RESULTADOS .....	22
V. DISCUSIÓN.....	28
VI. CONCLUSIONES:.....	32
VII. RECOMENDACIONES.....	33
REFERENCIAS .....	34
ANEXOS .....	42

## Índice de tablas

Tabla 1: Datos sociodemográficos de la muestra.....	16
Tabla 2: Análisis descriptivo de Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica y sus dimensiones .....	22
Tabla 3: Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov .....	23
Tabla 4: Correlación entre Adicción a redes sociales y procrastinación académica .....	23
Tabla 5: Correlación entre la Variable Adicción a redes sociales y las dimensiones de Autorregulación Académica y Postergación de actividades.....	24
Tabla 6: Correlación entre Procrastinación Académica y las dimensiones de Adicción a las redes sociales .....	25
Tabla 7: Correlación entre las dimensiones de adicción a redes sociales y procrastinación académica.....	26
Tabla 8: Nivel de Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica .....	27
Tabla 9: Estadísticas de fiabilidad .....	48

## Resumen

La presente investigación se planteó con el propósito de identificar la relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica, el estudio estuvo conformada por 405 estudiantes universitarios que oscilan de 20 a 30 años de Lima Metropolitana. El diseño que se utilizó fue no experimental de corte transversal y de nivel descriptivo-correlacional. Las pruebas que se emplearon fueron el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS, Ecurra y Salas, 2014) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA, Domínguez, 2016). Los resultados evidenciaron que las variables de estudios existen una relación significativa ( $p < .05$ ), obteniendo un Rho de Spearman de  $.665^{**}$ , esto indica una relación directa con una magnitud de tamaño grande  $R^2 0.442$ . Asimismo, se identificó que el 59,5% de los participantes predominan un nivel medio en adicción a redes sociales y el 42,7% un nivel alto en procrastinación académica. Finalmente, se concluye que los estudiantes universitarios que tengan conductas adictas a las redes sociales tienen más predisposición a tener comportamientos procrastinadores.

**Palabras clave:** Adicción a Redes Sociales, Procrastinación Académica, Universitarios.

## **Abstract**

The present research was proposed with the purpose of identifying the relationship between social network addiction and academic procrastination, a study was conducted with 405 university students ranging from 20 to 30 years of age in Metropolitan Lima. The design used was non-experimental, cross-sectional and descriptive-correlational. The tests used were the Social Network Addiction Questionnaire (ARS, Escurra and Salas, 2014) and the Academic Procrastination Scale (EPA, Domínguez, 2016). The results evidenced that the study variables exist a significant relationship ( $p < .05$ ), obtaining a Spearman's Rho of  $.665^{**}$ , this indicates a direct relationship with a large magnitude size  $R^2 0.442$ . Likewise, it was identified that 59.5% of the participants predominate a medium level in addiction to social networks and 42, 7% a high level in academic procrastination. Finally, it is concluded that university students who have behaviors addicted to social networks are more predisposed to procrastinating behaviors.

**Keywords:** Social network addiction, academic procrastination, university

## I. INTRODUCCIÓN

Actualmente el uso a las nuevas tecnologías ha incrementado a lo largo de los años, ya que nos han facilitado en diferentes aspectos, como a la hora de buscar tareas académicas u otro trabajo, también a acceder a la red social para mantenernos comunicados con nuestros amigos y familiares. Sin embargo, el uso excesivo, puede producir consecuencias desfavorables, interfiriendo en la ejecución de las acciones de la vida cotidiana, provocando una serie de comportamientos en los niños y jóvenes, como aislarse de su entorno, no tienen control sobre el tiempo que usan la tecnología trayendo consigo problemas en el rendimiento académico, así como también problemas para conciliar el sueño, ansiedad, agresividad, entre otros (Terán, 2019).

A principios del 2020, a nivel mundial ha incrementado los usuarios que se conectan a internet con una cifra de 4.5 mil millones, mientras que los usuarios a las redes sociales también ascienden a 3.8 mil millones, es decir, un 60% de la población mundial usan redes virtuales (Global digital overview, 2020). Por otro lado, la asociación mexicana de internet reportó 82.7 millones de individuos que usan internet, donde el 92% predisponen conectarse por medio de su smartphone, posteriormente laptops y ordenadores de escritorio y el 67% de los consumidores, se conectan durante las 24 horas (Gómez y Sosa 2019).

Por otro lado, durante la cuarentena por el covid-19, el Perú ascendió a 13.2 millones, donde el (78%) de los usuarios hacen uso de los medios sociales, entre ellas tenemos el Facebook (94%) y WhatsApp (86%) son las redes más utilizadas (Ipsos, 2020). En el último trimestre del 2020, el 66,6% de los hogares peruanos tienen acceso al servicio de internet, y un 87,7% las personas están conectadas por medio de su teléfono móvil (INEI, 2020).

En una investigación realizada en México, (López y López, 2017) indican que los estudiantes consumen las redes sociales y recursos digitales, los más utilizados fueron Facebook (64%) y WhatsApp (36%), siendo las cifras más elevadas, puesto que lo utilizan para actividades sociales como para subir fotos, compartir videos y



a veces por tareas académicas. Además, (Álvarez, 2018) en un estudio realizado en Guatemala, refiere que un 81% de alumnos entre 16 y 18 años se ubican en un nivel medio de procrastinación, dicha conducta puede calificarse de alarmante.

En un estudio dirigido a universitarios lo cual evidencia que un 40% presenta un nivel moderado de adicción a los medios virtuales y también el 39.09% de procrastinación académica, lo cual refiere que estar conectado durante muchas horas puede conllevar a la postergación de actividades de estudio (Núñez y Cisneros, 2019). Asimismo, (Matalinares, 2017) corrobora que estudiantes de pre y post grado muestran un nivel alto de adicción a redes sociales de 30.3% y un 28.1% en conductas procrastinadoras, es decir, si existe mayor consumo a los medios virtuales puede producir procrastinación académica. También, en un estudio realizado en la ciudad de Puno, la adicción a Facebook en jóvenes se mostró un nivel moderado de 87.6%, mientras 33.9% nivel alto en procrastinación académica.

También en una investigación dirigido a universitarios ecuatorianos (Ramos y colaboradoras, 2017) manifiestan que la variable procrastinación y adicción al internet hay una relación significativa, teniendo como resultado 26,83% y 18,93% en niveles altos mientras un 31,12% y 20,95% en un nivel medio, es decir a mayor nivel de procrastinación pueden estar conectados muchas horas a sitios web influyendo negativamente en sus actividades académicas. Asimismo, (Magallán y Rodas, 2020) refieren que adicción a redes sociales y procrastinación académica, tienen una correlación relevante de las variantes, ya que arrojaron como resultado nivel medio 40,4% en adicción a redes sociales, y un nivel medio 39,9% en aplazar actividades académicas.

Es por ello, que se formula el siguiente problema general: ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021? Problemas específicos: ¿Cuál es la relación entre Adicción a Redes Sociales y las dimensiones Autorregulación Académica y Postergación de Actividades en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021? ¿Cuál es la relación entre Procrastinación Académica y las dimensiones Obsesión por las redes

sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo a las redes sociales en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021?, ¿Cuál es la relación entre las dimensiones de Adicción a las redes sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021?, ¿Cuál es el nivel de Adicción de las sociales y de Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021?

El presente estudio, se justifica a nivel teórico, porque va aportar conocimientos sobre la adicción a las redes sociales y como este puede relacionarse con la procrastinación académica en universitarios, se basó en estudios ya elaborados para una mejor guía y a su vez obtener nuevos aportes. Por otro lado, en la práctica se buscan soluciones para la toma de decisiones concretas y desarrollar estrategias de mejora para la resolución de un problema establecido. Asimismo, en este estudio, a través de los resultados las universidades llevarán a cabo acciones, permitiendo realizar sesiones de tutoría y talleres psicológicos, con el fin de evitar la presencia de problemas emocionales, sociales, familiares y académicos. A nivel metodológico se aportará argumentos por el uso de instrumentos que se van a utilizar en dicha investigación, como la encuesta de adicción a redes sociales creado por los autores Ecurra y Salas y la escala de procrastinación académica, adaptado por Domínguez, et al., ya que se evidenció una vez más su validez y confiabilidad que servirán para futuras investigaciones. Por último, por conveniencia puesto que tenemos la necesidad de verificar si se evidencia una correlación de Adicción a las redes sociales y posponer las tareas académicas en universitarios.

Por otro lado, el objetivo general es: Determinar la relación entre Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021. Objetivos específicos: Identificar la relación entre Adicción a Redes Sociales las dimensiones Autorregulación Académica y Postergación de Actividades en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021; Identificar la relación entre Procrastinación Académica y las dimensiones Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo a las redes sociales en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021; Identificar la relación entre

las dimensiones de Adicción a las redes sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021; Conocer el nivel de Adicción de las Redes Sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021.

Asimismo, la Hipótesis General es la siguiente: Existe relación entre Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021. Hipótesis específicos: Existe relación entre Adicción a Redes Sociales y las dimensiones Autorregulación Académica y Postergación de Actividades en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021; Existe relación entre Procrastinación Académica y las dimensiones Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo a las redes sociales en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021; Existe relación entre las dimensiones de Adicción a las redes sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021; El nivel de Adicción a las Redes y Procrastinación Académica es alto en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021.

## II. MARCO TEÓRICO

En los antecedentes Internacionales tenemos: Ramos y colaboradores (2017) tuvieron el objetivo de enlazar las siguientes variables Procrastinación, Adicción al Internet y desempeño académico, con una población constituida por 250 universitarios ecuatorianos, con edades de 17 y 31 años. Fue un estudio cuantitativo y cualitativo basándose en dos etapas, fue un estudio no experimental, transversal y correlacional, se usó la Escala de Lam y Álvarez, y un cuestionario sociodemográfico y la entrevista. En conclusión, se llegó a que las variables presentan una relación significativa, cuando la procrastinación se eleva, de igual manera se evidencia la adicción al internet, repercutiendo en sus calificaciones académicas.

Asimismo, Garzón y Gil (2017) en su estudio identificaron los niveles de procrastinación y las causas en estudiantes tradicionales y no tradicionales en Colombia, con una muestra de 479 alumnos, fue un estudio descriptivo, el instrumento fue la Procrastination Assessment Scale – Students (PASS). Como resultado se logró obtener que los alumnos no tradicionales tienen un nivel más alto de los tradicionales, sin embargo, las causas para procrastinar no se diferencian entre los dos alumnos.

Entre los antecedentes Nacionales tenemos: Nuñez (2019) estudio la conexión del uso de los medios sociales y el desempeño académico en universitarios en Huacho. Fue una investigación no experimental, transversal y correlacional, estuvo constituida por 250 alumnos. Para ello se utilizó un cuestionario de pruebas con un total de 27 preguntas, observación documental y un análisis hemerográfico. En conclusión, se obtuvo que hay un enlace indirecto y alto entre ambas variables, manifestando que un nivel alto de consumo de redes sociales es menor el nivel de rendimiento académico.

Después, Barrantes y Choquecota (2019) tuvieron el propósito de señalar la correlación de adicción a internet y procrastinación académica con una representación de 174 sujetos que oscilan las edades de 14 y 17 años del nivel secundaria en Juliaca, en el estudio no se manipularon ningunas variables, también

se recogieron la información en un tiempo específico. Se empleó un test de (TAI) y una escala (EAP) para el estudio. Se finaliza que hay una conexión relevante entre las variables de estudio, es decir, estudiantes que abarcan una mayor cantidad de tiempo en internet más alto tienden a tener la conducta de postergar las actividades académicas.

Por consiguiente, Núñez y Cisneros (2018) investigaron la correlación de adicción a los medios virtuales y los niveles de postergar tareas académicas en alumnos del primer año en la ciudad de Arequipa, su diseño fue correlacional – transversal con una muestra constituida por 220 alumnos, se emplearon una escala Likert y un cuestionario, como conclusión se reveló que si hay conexión fuerte de las variables estudiadas.

Por otro lado, Zarpan (2018) en su estudio tuvo como propósito indagar el nivel de consumo a redes sociales en estudiantes en la ciudad de Chiclayo, el estudio fue no experimental, la población fue integrado por 552 universitarios de cinco carreras. Se utilizó el cuestionario de Ecurra y Salas, se llegó a la conclusión que existe un nivel elevado de 64% de riesgo que los estudiantes consumen redes sociales.

Seguidamente, Reyna (2017) en su tesis describe los grados de dependencia a los medios sociales en estudiante de secundaria de 4to y 5to en el distrito de Magdalena, el estudio fue descriptivo, con un diseño no experimental, siendo una población de 500 alumnos, utilizando dos cuestionarios, los cuales eran el uso y adicción a las páginas webs. En conclusión, presentan un porcentaje alto de consumo de redes sociales, es decir, evidencian bajo autocontrol de impulsos afectando en sus relaciones interpersonales.

También, Chólan y Valderrama (2017) determinaron si hay conexión alta entre las variables de adicción a las páginas webs y como este se relaciona con postergar actividades académicas en universitarios de la ciudad de Tarapoto, no se manipularon las variables y se recogieron los datos en un tiempo determinado y tipo correlacional. Conformada por 400 alumnos de tres carreras, se empleó el

inventario de Mendoza y Vargas y la escala de González. Como conclusión se evidenció que hay correlación relevante de las dos variables de estudio.

Además, Castro y Mahamud (2017) determinaron si existe enlace entre aplazar la realización de tareas académicas y el tiempo que están conectados en las redes sociales en universitarios de Lima. Es un enfoque cuantitativo y correlacional, con un total de 168 educandos que cursan el 2do hasta 9no ciclo, las herramientas que utilizaron fueron dos escalas. En conclusión, reflejan que hay un enlace positivo de ambas variables, es decir, los estudiantes con conductas procrastinadores dedican más tiempo al uso de plataformas virtuales.

Seguidamente, Matalinares, et al. (2017) tuvo la finalidad de conocer si existe vínculo entre la postergación de actividades y el uso excesivo a los medios virtuales en estudiantes de pre y postgrado de la ciudad de Lima, el diseño fue no experimental, transeccional-correlacional, el muestreo fue formada con 402 alumnos entre 15 y 65 años, se llevó cabo a través de la escala de Iparraguirre y colaboradores y el cuestionario de Ecurra y Salas. En conclusión, arrojaron que existe una conexión significativa de ambas variables, a mayor dilatación de tiempo para la realización de las actividades, se une a que los estudiantes utilizan con frecuencia los medios virtuales.

Finalmente, entre los antecedentes Locales se encuentran: Mamani y Gonzales (2019) tuvieron la finalidad de verificar la relación de adicción a redes sociales con la variable de procrastinar deberes académicos en alumnos de nivel secundaria en Lima Este, el diseño consiste en no manipular las variables para recoger la información en un tiempo determinado y estudio correlacional, con 180 integrantes del nivel secundario, los instrumentos empleados fueron la Escala MEYVA y EPA. Los resultados evidenciaron que, los alumnos que no tienen un autocontrol al uso de redes sociales habría la predisposición de comportamientos de procrastinar.

Guevara y Contreras (2019) determinaron la relación de dependencia al celular y conductas procrastinadoras en universitarios de Lima Este. Su diseño fue no experimental, transversal y correlacional. conformados por 370 alumnos entre 18 a

25 años, se usó el test de Chóliz y Villanueva y el cuestionario de Ramírez y colaboradores para recopilar datos. En conclusión, se evidencia relación directa y significativa de dependencia al móvil y conductas procrastinadoras.

Por otro parte tenemos varios conceptos de la variable de Adicción a Redes Sociales. Según, Echeburúa y Requesens (2012) refieren si no hay un autocontrol hacia alguna actividad es posible que pueda provocar una adicción, haya o no una sustancia química, es por ello que la define como un apego patológico que desencadena dependencia afectando en diferentes ámbitos de la vida del individuo. Mendoza y Vargas (2016) refieren que la acción que se repite de manera constante en ciertas acciones trayendo con el tiempo secuelas negativas, por el hecho de no controlar sus impulsos originado por un poder interno que le exige la realización de una acción o consumo de una sustancia.

Mientras, Echeburúa y Corral (2010) menciona que la adicción a redes sociales es una afición patológico o enfermizo, adolescentes y jóvenes son los que utilizan más las redes sociales, dándole prioridad en su vida, esto, le dan mayor disposición a riesgos psicológicos debido al consumos elevado de las páginas webs, provocando consecuencias graves como la pérdida de habilidades sociales y analfabetismo relacional (problemas en cuanto a la interacción, se sienten aislados, debido que se encuentran inmersos en la tecnología e incluso suelen tener relaciones sociales ficticias).

Asimismo, Escurra y Salas (2014) refiere es una dependencia psicológica en los jóvenes, puesto que suelen estar conectados el mayor tiempo de su día revisando constantemente o estar pendiente en lo que pueda estar sucediendo en los medios virtuales por medio del celular, laptops u otras herramientas e incluso las personas se caracterizan por tener conductas repetitivas como por ejemplo al estar enviando mensajes a cada momento como en una reunión familiar, en clase, reunión laboral entre otras actividades, lo cual estas conductas al no ser controladas traerán consecuencias como el descuido a la pareja, familia, amigos y desentenderse en la realización de sus actividades académicas.

Cabero, Pérez y Valencia (2020) hace referencia que, en cuanto a lo psicológico, la adicción a páginas webs puede vincularse con ciertos indicadores como la inestabilidad emocional, frustración, ansiedad, melancolía, problemas en la conducta, dificultad para prestar atención y complicaciones para afrontar los inconvenientes que se puedan presentar en nuestro entorno.

Seguidamente Ecurra y Salas (2014) indica 3 dimensiones, la obsesión por las redes sociales, comprendida en que el individuo va estar constantemente pensando o fantaseando en los medios virtuales, ocasionándole preocupación o ansiedad al estar sin ello, por otro lado, está la ausencia del control personal en el uso de las redes sociales, entendida como la carencia de autocontrol que tienen frente a los medios sociales, generando abandono a las tareas académicas, finalmente uso excesivo de las redes sociales, considerada en que el individuo va tener complicaciones en cuanto al consumo, es decir va permanecer excesivamente, ya que no podrá disminuir las horas empleadas en las redes sociales.

Según Contreras (2017) menciona que las redes sociales es una lugar donde las personas interactúan con otros usuarios a través del el uso de Internet, ya sea por mensajes, llamadas, entre otras alternativas, es por ello, que identifica tipos de redes sociales, entre las más populares en la actualidad tenemos las siguientes: Facebook que básicamente se encuentra lo social, por medio de la visualización o subir tanto fotos como videos y además poder acceder en tener más contactos, YouTube que permite que las personas pueden ver películas, teleseries a algún interés de cada usuario, Twitter admite él envió de mensaje e incluso estar informados sobre lo que pueda estar sucediendo en la sociedad, Messenger WhatsApp se reconoce por ser la más adquirida debido que permite realizar llamadas, escribir mensajes o hacer videollamadas ya que suelen ser una aplicación gratis y por otra lado, también se encuentra LinkedIn son redes que abarcan relaciones laborales.

Por consiguiente, se dará a conocer algunos Modelos teóricos que sustentan la variable en cuestión. Por ello Young (1997) afirma que para tener un hábito adictivo va predominar ciertos elementos, como las aplicaciones adictivas, dentro de ellos



se encuentran chats o redes sociales que más poder adictivo tiene, según los usuarios los usan para socializar e interacción con las demás personas, pertenecer a un grupo generando satisfacción inmediata. Seguido a ello, se encuentra el Apoyo Social se refiere que a través de estas conexiones se va formando un grupo de individuos que se comunican de manera continua, las personas actúan sin cohibirse y eso se debe al anonimato que les proporciona esta comunicación en línea. La Satisfacción Sexual es cuando el individuo suele estar mirando videos, fotos pornográficas entre otros contenidos eróticos, de tal manera que ello les causara placer, de igual manera actúan sin reservas por el anonimato y por último los usuarios tienden a crear una personalidad ficticia modificando características físicas como una forma de cubrir sus necesidades psicológicas como la inseguridad, baja autoestima con el objeto de obtener reconocimiento y poder. Todos estos componentes van a determinar el comportamiento adictivo.

Desde otro punto de vista Griffiths (2005) menciona acerca del Modelo biopsicosocial, entendido en que la persona adictiva a sustancias no químicas sino psicológicas tales como a la ludopatía, al sexo, los alimentos y al consumo del internet van influir diversos factores en la conducta del individuo tanto biológicos, psicológicos y sociales, por ende toma en cuenta los siguientes componentes de la adicción, tenemos saliencia significa que la persona va dar más prioridad a dicha actividad que le cause más placer que los otros, es decir sus pensamientos serán dominados por la angustia o preocupación hacia al consumo del internet, Modificación del humor reemplazar la actividad de estar en las redes sociales con el fin de olvidarse de los problemas que le causen molestia, escapando de ello, Tolerancia exceso de dicha acción para sentir las mismas sensaciones anteriores, ósea estar mayor tiempo en las medios virtuales para sentirse satisfecho, síndrome de abstinencia, cuando disminuye dicha conducta, va ocasionar malestares desagradables tanto fisiológicos como psicológicos, conflictos, tanto en lo interpersonales como problemas en los estudios, trabajo e intrapersonal va generar el descuido de la familia, amigos, pareja, etc. Por último, la recaída retrocederá a las mismas conductas que ya se habían superado, por ende, el adictivo volverá con más fuerza a estar conectado en las redes sociales.

Asimismo, en la Universidad de Navarra (2012) desde una perspectiva neurobiológica dan a conocer el por qué los universitarios tienden a dilatar el tiempo de sus actividades académicas por el uso de internet. Explican que los estudiantes cada vez que reciben un like o notificaciones de sus páginas webs, estos serán acontecimientos placenteros y satisfactorios, por lo que el cerebro naturalmente segregará dopamina, neurotransmisor que se vincula a los estados emocionales positivos. Por ende, los estudiantes que tienen conductas excesivas de procrastinar prefieren realizar acciones que le causan excitación trayendo consigo riesgo de existir adicción al internet.

También, existen diversas definiciones de la variable Procrastinación según, Buzko (1998) nos dice que la procrastinación es aplazar casi siempre alguna actividad o en todo caso es asegurar llevarla a cabo en un tiempo futuro, justificando y de esa manera no sentir culpa. Steel (2007) Procrastinar significa alargar la realización de una tarea de manera intencional, puesto que produce daño o va en contra de la razón. Mientras, Ferrari (1995) refiere, es postergar actividades que genera desinterés, causando malestares subjetivos. Álvarez (2010) Afirma que prefieren gastar tiempo en otras actividades sociales que realizar sus deberes académicos, este se debe a la presencia de la edad moderna y la tecnología que las personas se enfocan en cosas insignificantes, impidiendo tener un buen reparto de tiempo dejando de lado el logro de sus metas.

Con respecto a, Procrastinación Académica, Steel (2007) afirma que se da inicio en la secundaria y da a relucir en la universidad, puesto que evidencian demoras frecuentes para la presentación de sus trabajos, ya que se percibe como a estresante o simplemente aburrido También, Ferrari (1995) es el aplazar de manera voluntaria tareas académicas y se debe a la desmotivación o aversión que les produce. Mientras, Chan (2011) describe que es un problema de autocontrol y organización, afectando en la toma de decisiones al no saber si terminar la actividad o complacer otras demandas, dicha acción no solo influirá en el aspecto académico sino también familiares, laborales, etc. Por otro lado, Domínguez (2016) define como la acción de posponer voluntariamente alguna tarea, ya sea porque es una tarea complicada, desagradable, entre otros factores.

Además, existen dimensiones de la procrastinación académica, al respecto Domínguez (2016) cuando se estudió la variable en universitarios halló dos dimensiones, postergación de actividades, este se refiere dilatar ciertas tareas, pero no necesariamente dejan de hacerlo, sino más bien planifican para que lo elaboren en otro tiempo establecido, mientras la autorregulación académica es un proceso el cual el alumno domina y ajusta sus pensamientos, comportamientos y motivaciones para lograr los objetivos. Steel (2007) refiere que las conductas se enfocan a objetivos.

Del mismo modo, Froxán (2020) manifiesta que la procrastinación es la consecuencia de una operación de abolición, este disminuye la motivación sobre el estímulo, es por ello que el individuo no finaliza algunas actividades o también se define como la falta de estímulo ambiental que altera la realización o función de dicha tarea o actividad.

Existen diversos enfoques que explican el por qué la conducta procrastinadora, El enfoque Psicodinámico fue unos de los pioneros que explicó el por qué las personas postergan sus actividades en diferentes aspectos de su vida. Al respecto, Freud (1996) comenta que la procrastinación está relacionada al concepto de postergar actividades específicas, cuya realización al individuo le genera angustia, funciona como una alerta para el yo, por consiguiente, se siente amenazado frente a ese estímulo, es por ello que deciden aplazar la tarea, utilizando una serie de mecanismo de defensa como, por ejemplo, el aislamiento, la proyección, etc. solo para evitar esta sensación desagradable como es la ansiedad.

Por otro lado, Baker (Como se citó en Rothblum, 1990) describe que el procrastinador tiende a tener temor a fracasar al realizar cierta actividad a pesar de contar con la capacidad e inteligencia para lograr de manera eficiente las tareas. También comenta que se debe porque en la infancia los padres jugaron un papel importante para el desarrollo de su personalidad, el que tuvieron expectativas grandes sobre los hijos, les provocaron una alta frustración, además de sentirse

presionados a obtener buenas calificaciones, generando conflictos internos en la conducta.

Asimismo, otro modelo es la motivacional, según, McClelland (Como se citó en Rothblum, 1990) refiere que la motivación de logro es una característica invariable del individuo por el cual conlleva un conjunto de comportamientos dirigidos a lograr el éxito, donde además nos presenta dos posturas, el primero es el logro motivacional (alcanzar el éxito) y el otro la motivación para postergar una actividad (temor al fracaso), es decir, cuando el segundo supera al primero los individuos tienden a elegir actividades que les aseguren el éxito dejando de lado las actividades que consideran difíciles y la cuales puedan presagiar fracaso.

Por consiguiente, el enfoque conductual Skinner (1977) refiere que la conducta se desarrolla a través de reforzadores, si las consecuencias de una conducta determinada son agradables el individuo va a repetirlo, sin embargo, si son desagradables va a disminuir y extinguirse dicha conducta. Es por ello, que el procrastinador se va a formando cuando al realizar una tarea específica recibirá recompensas a corto plazo y dejan de lado actividades que implica logros, pero largo plazo, es decir, aplazan la actividad porque se requiere de tiempo, o en todo caso no se anticipan a las ventajas que tendrán si finalizan la tarea.

Por otro lado, el enfoque cognitivo, según Wolters (como se citó en Carranza y Ramírez, 2013), refiere que se presenta cuando la persona empieza a tener pensamientos que implican la incapacidad de no poder hacer bien la actividad o el temor al rechazo social al no lograrlo, entonces lo que el procrastinador realiza es aplazar y comprometerse que lo llevará a cabo después, sin embargo, aparecen pensamientos negativos dirigido a la ineficiencia.

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y diseño de investigación

**Tipo de investigación:** Tipo básico, puesto que el propósito fue ampliar conocimientos teóricos e información que nos ayudó a explicar sobre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en universitarios, sin profundizar en algún aspecto o aplicaciones prácticas. Por otro lado, Ñaupas y colaboradores (2018) refieren que su objetivo se orienta a buscar o descubrir nuevos conocimientos científicos.

**Diseño de investigación:** Fue un diseño no experimental, transversal, descriptivo- correlacional, por lo que los investigadores no manipulan de forma deliberada ninguna variable, si no se va a observar cómo actúan las variables en su contexto natural, transversal, correlación, ya que, solo se recogió los datos en un determinado momento y se determinó si existe enlace entre las dos variables de estudio. Al respecto, (Hernández y colaboradores, 2014) afirman que son estudios que no existe un manejo intencional sobre las variables, consiste básicamente en observar cómo actúan los fenómenos en su entorno para luego recoger datos y posteriormente ser analizados. Transversal, se refiere que su finalidad es explicar, analizar su repercusión e interrelación en un tiempo único.

#### 3.2. Variable y Operacionalización

Variable 1: Adicción a redes sociales

Definición conceptual: Dependencia psicológica o adicción sin sustancias afectando al individuo en diferentes aspectos de su vida, como en lo familiar, laborales, académicos y sociales (Ecurra y Salas, 2014).

Definición Operacional: Se medirá con el cuestionario de (ARS) que constan de 24 ítems, con 5 alternativas, la cual cuenta con 3 dimensiones, la obsesión por las redes sociales, la ausencia del control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo a las redes sociales (Ecurra y Salas, 2014).

Indicadores: Tiempo de conexión, estado de ánimo, relaciones interpersonales, control de tiempo conectado, intensidad, frecuencia, necesidad de permanecer conectado.

Escala de medición: Escala de Likert

Variable 2: Procrastinación académica

Definición conceptual: Se define como la acción de postergar conscientemente la realización de las actividades por una mala organización (Domínguez, 2016).

Definición operacional: Se medirá con la escala de Procrastinación académica que incluye 12 ítems, la cual cuenta con dos dimensiones, Autorregulación académica y Postergación de actividades (Domínguez, 2016).

Indicadores: Hábito de estudio, búsqueda de ayuda para la realización de tareas, asistencia a clase, poco interés para las actividades académicas, aplazar la tarea.

Escala de medición: Escala de Likert.

### 3.3. Población, muestra y muestreo

**Población:** La investigación estuvo conformado por universitarios entre las edades de 20 a 35 años que vivan en Lima Metropolitana, se obtuvo el tamaño de la población en la webSite de la SUNEDU actualizada en el año 2020 cuyo número total de estudiantes universitarios es de 250,395. Respectivamente, Hernández y colaboradores (2014) indica que la población es un grupo o totalidad de individuos de un determinado lugar donde el número total de universitarios sujetos o elementos a estudiar tienen características comunes.

	Varones	Mujeres	Total
Universidades Privadas	46596	47285	93881
Universidades Nacionales	79635	76879	156514
Total	124164	124164	250395

**Muestra:** En el estudio la muestra fue constituida por un número de 405 universitarios de Lima Metropolitana entre las edades de 20 a 35 años de edad, de ambos sexos.

**Muestreo:** El presente estudio fue un muestreo no probabilístico, ya que la investigación selecciona a las unidades muestrales con ciertas características para el estudio. (Ñaupas, et,al 2018) y de tipo de nieve, refiere que los sujetos estudiados invitan a colaborar a sus amistades o conocidos, de esa manera el tamaño de la muestra se va haciendo más grande. (Vásquez, 2017)

*Tabla 1: Datos sociodemográficos de la muestra*

<b>Características</b>	<b>n=405</b>	<b>%</b>
Sexo		
Masculino	210	51,9
Femenino	195	48,1
Edad		
20 – 25	194	47,9
26 – 30	166	41,0
31 – 35	45	11,1
Universidad		
Privada	323	79,8
Pública	82	20,2
Tiempo que están conectados en las redes sociales		
Todo el tiempo me encuentro conectado	234	57,8
Entre siete a 12 veces al día	81	20,0
Entre tres a Seis veces por día	54	13,3
Una o dos veces por día	30	7,4
Dos o tres veces por semana	5	1,2
Una vez por semana	1	,2
¿Cuál es la red social que usas más?		
Facebook	335	81.9

Instagram	160	39.1
Twitter	81	19.8
Youtube	221	54
Whatsapp	380	92.9
Tik tok	182	44.5
Telegram	46	11.2
Correo electrónico	243	59.4
Otros	25	6.1
Selecciona los motivos por los cuales haces uso de las Redes Sociales		
Chatear	323	79
Trabajo escolar/académico	339	82.9
Ver fotos	203	49.6
Ver videos	235	57.5
Ver perfiles	184	45
Redactando, editando y posteando fotos o mensajes	200	48.9
Buscando información sobre marcas de tu interés	237	57.9
Otros	45	11
¿Cuál es el dispositivo que más usas para conectarte a las redes sociales?		
Celular	346	85,4
Tablets	13	3,2
Computadoras	46	11,4

En la tabla 1, la muestra se constituyó por 405 estudiantes universitarios, evidenciando que el (210) 51,9 % de la muestra analizada corresponde al género masculino y el (195) 48,1% al género femenino. Asimismo, el 47,9 % pertenece a las edades que oscilan entre 20-25, el 41,0% pertenecen a las edades entre 26-30 y por último el 11,1% son los que oscilan entre las edades de 31-35. También, el grupo estudiado, el 79,8% pertenecen a universidades privadas y el 20,2% a públicas. Por otro lado, las horas que se dedican a usar



las redes sociales el 57,8% refieren que están conectados todo el día, seguido por el 20,0% los que manifiestan que están conectados entre siete a 12 veces al día. Por otro parte, la red social más usada es el WhatsApp con un 92,9% (380) seguido de Facebook 81,9% (335) correo electrónico con un 59,4% (243). Ahora los motivos los que hacen más usos de las redes son por trabajos académicos con un 82,9% (339), seguido a chatear 79% (323), y finalmente el dispositivo que más usan para conectarse es el celular con un 85,4%.

### **3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

**Técnica:** En el estudio se utilizó la técnica de evaluación psicológica permite realizar un proceso de recogida de información, sobre las características, habilidades, competencias, capacidades, problemas emocionales y psicológicos del ser humano, Campos (2020). Por otro lado, el instrumento o la herramienta que se utilizó para la recopilación de información es el cuestionario, que consta en una secuencia de interrogantes o ítems sobre un tema determinado para una investigación. (Corral, 2010)

#### **Instrumentos**

La encuesta de adicción a redes sociales fue creada por Ecurra y Salas (2014), con una representación de 380 universidades en Lima, de 16 y 42 años de edad, está basado en escala tipo Likert, formado por 24 ítems, contando con 5 opciones (siempre, casi siempre, a veces, rara vez y nunca). La confiabilidad del instrumento que se va a emplear presenta un coeficiente de Alfa de Cronbach de .95 para la escala total; están formados por 3 dimensiones de las cuales el primero se encuentra Obsesión por medios virtuales con .91, el segundo que es la ausencia de control personal con un .88 y el último el uso excesivo de los medios virtuales con un .92. Con respecto a la validez, se realizó por medio del método análisis factorial exploratorio, indicando que la prueba se compone por 3 factores, el primer factor presenta ítems test corregidos con valores entre .43 y .79. Mientras el segundo factor presenta valores .41 y .70 y por último el tercer factor presenta valores que oscilan entre .57 y .74. Según los resultados se puede considerar que todos los ítems del instrumento son válidos.

Por otro lado, para estimar la variable de procrastinación académica, se utilizará la escala creada por Buzko, adaptada por Álvarez, y posteriormente por Domínguez (2016), se realizó con una muestra de 717 universitarios que oscilan entre las edades de 17 y 54 años. Conformado por 12 ítems, contando con 5 respuestas (nunca, casi nunca, a veces, casi siempre y siempre). La confiabilidad se apreció mediante el alfa de Cronbach alcanzando un .81 para la escala total, entre sus dimensiones se encuentra, la primera autorregulación académica se obtuvo .82 y para postergación de actividades .75. Con respecto a la validez se efectuó con un análisis de validez de constructo a través de un análisis factorial confirmatoria, encontrando una estructura bifactorial. Concluyendo los dos instrumentos cuentan propiedades psicométricas aceptables.

Los instrumentos que se utilizaron fueron dos cuestionarios, los cuales no fueron necesarios realizar la prueba piloto porque cuentan con un valor alto de alfa de Cronbach, además, esto se puede corroborar en otras investigaciones que hicieron uso de los cuestionarios.

### **3.5. Procedimientos**

En primer lugar, se obtuvo información sobre la problemática en diferentes trabajos de investigación y se buscó los instrumentos para la aplicación del estudio, lo cual consta de dos pruebas que cuentan con validez y confiabilidad aceptable, por ende, no se vio la necesidad de realizar la prueba piloto ni la calificación de jueces expertos. Luego se contactó a través del correo electrónico a los autores de las pruebas para que nos dieran el consentimiento correspondiente. Después se utilizó los 2 cuestionarios de forma virtual a través del aplicativo Google Drive, obteniendo el enlace se procedió a difundir a los universitarios por las redes sociales como WhatsApp, Messenger, Instagram y grupos de Facebook. Asimismo, para la recolección de datos fue en un periodo de un mes y medio. Por otro lado, se informó a la muestra los objetivos del estudio y la importancia de la investigación para aplicar los instrumentos, acto seguido se realizó el análisis estadístico para obtener los resultados.

### **3.6. Método de análisis de datos**

Después de aplicar las herramientas de las dos variables de estudio, se revisó si todos los participantes marcaron si aceptaban participar en la investigación y los que marcaron no se omitió aquellas personas. A continuación, se descarga la base de datos en el programa Excel, para posteriormente convertir sus respuestas en números, así como también convertir los ítems inversos. Después fueron analizados en la base de datos mediante el programa estadístico denominado Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versión 24. Luego para obtener la fiabilidad se utilizó el estadístico Alpha de Cronbach, del cual se obtuvo los siguientes valores, para Adicción a Redes Sociales (.952) y para Procrastinación Académica (.892). Seguidamente se procedió a analizar los datos socio demográfico de la muestra, como la edad, el sexo, a qué universidad pertenecen, el tiempo que se encuentran conectados en las redes virtuales, cual es la red que usan más, el motivo por el que se encuentran conectados, y por último cual es el aplicativo que usan más para estar conectados. Asimismo, se realizó un análisis descriptivo de las variables, teniendo en cuenta la media, desviación estándar, asimetría y curtosis. Para la prueba de normalidad de datos se utilizó el estadístico “Kolmogorov Smirnov” ya que la muestra supera los 50 participantes, así teniendo como resultado en ambas variables una significancia de (.000) evidenciando que los datos tienen una distribución no normal, puesto que los valores de las variables son menores a  $(p < .05)$ . Por otro lado, para la comprobación de hipótesis, mediante el coeficiente de correlación Rho Spearman, se obtuvo un coeficiente de correlación de (.665\*\*), evidenciando una correlación directa y significativa entre ambas variables. Posteriormente, se analizó la correlación de la variable adicción a redes sociales con las dimensiones de la segunda variable.

### **3.7. Aspectos Éticos**

Los investigadores son los que asumieron toda la responsabilidad al llevar a cabo el estudio lo cual se realizó de manera clara y coherente para así eludir algún inconveniente en los resultados, por ende, se rigió al compromiso de los aspectos éticos recalcando así la confiabilidad y validez de las herramientas

para la recopilación de datos, con el propósito que la data pueda arrojar resultados eficientes para obtener la objetividad y exactitud de la investigación. En cuanto a los instrumentos de aplicación también se llevó a cabo el permiso hacia los autores por medio de sus correos, para así poder utilizarlos de manera responsable, evitando la infracción de los derechos de los creadores y respaldar su integridad personal.

Por otra parte, en cuanto a la población de estudio, el investigador tuvo el compromiso y responsabilidad de dar a conocer a cada uno de los participantes sobre la finalidad del estudio y se les explicó que los cuestionarios a aplicar se realizaron de manera anónimo, ya que la información obtenida fue confidencial, con la finalidad de proteger los derechos y garantía del participante, por ende, se respetó la decisión de los sujetos si desea participar o no dentro de la investigación.

#### IV. RESULTADOS

**Tabla 2:** *Análisis descriptivo de Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica y sus dimensiones*

	M	DE	g1	g2	Max	Min
Adicción a redes sociales	46,48	17,828	-,301	-,374	96	3
Obsesión por las redes sociales General	17,45	7,530	-,149	-,566	40	1
Falta de control personal	11,28	4,452	-,309	,461	24	0
Uso excesivo de las redes sociales	17,76	6,766	-,433	-,404	32	0
Procrastinación Académica General	28,66	7,058	-,696	-,607	41	12
Autorregulación académica	19,59	4,759	-,658	-,518	27	9
Postergación de actividades	9,07	3,117	-,246	-,622	15	3

*Muestra, M: Media, DE: Desviación Estándar, g1: Asimetría g2: Curtosis*

En la tabla 2, Se muestra que la variable de adicción a redes sociales y sus dimensiones, se encontraron valores adecuados de g1, el cual está dentro del rango  $\pm 1.5$ . Para la g2, de igual manera se encontraron valores favorables. Por otro lado, en cuanto a la variable Procrastinación Académica y sus dimensiones, también se evidencia que sus valores están apropiados, puesto que se encuentran dentro de la categoría  $\pm 1.5$  (Pérez y Medrano, 2010).

*Tabla 3: Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov*

Variables	N	K-S	Sig
Adicción a Redes Sociales	405	.131	,000
Procrastinación Académica	405	.158	,000

*N: muestra de participantes, k-S: Valor de normalidad de Kolmogorov – Smirnov, Sig: Significancia estadística*

En la tabla 3, se observa que para obtener la prueba de normalidad se empleó el estadístico de Kolmogorov- Smirnov, se eligió esta prueba, ya que la muestra supera los 50 participantes, así teniendo como resultado que los valores de significancia son menores a ( $p < .05$ ) obteniendo Adicción a redes sociales una significancia de 0.000 y Procrastinación Académica de 0.000, dado que los valores son inferiores a 0.05, los datos de la muestra se distribuyen de modo no normal, para esta prueba no paramétrica se utilizó el coeficiente de Spearman (Rho). (Galindo – Domínguez, 2020).

*Tabla 4: Correlación entre Adicción a redes sociales y procrastinación académica*

		Procrastinación Académica	
		rho	.665**
Rho de spearman	Adicción a redes sociales	p	.000
		r <sup>2</sup>	.442
		n	405

*rho: coeficiente de correlación; p: significancia estadística; r<sup>2</sup>: R al cuadrado, n: Número de participantes. \*\*La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)*

En la tabla 4, se visualiza una significativa ( $p < .05$ ) entre adicción a redes sociales y procrastinación académica ( $\rho = .665$ ) en universitarios de Lima Metropolitana. Por lo tanto, la relación entre ambas variables de estudio es directa y positiva. Según (Martínez, 2009) es una correlación aceptable ya que se encuentran dentro del rango de 0.5 y 0.8. Asimismo, el valor de  $R^2$  para la presente es de 0.442, lo cual evidencia una magnitud de tamaño grande, ya que el ( $r^2 \geq .25$ ) (Cohen, 1988).

*Tabla 5: Correlación entre la Variable Adicción a redes sociales y las dimensiones de Autorregulación Académica y Postergación de actividades*

		Adicción a Redes Sociales
Autorregulación Académica	rho	,500**
	p	,000
	r <sup>2</sup>	,25
	n	405
Postergación de Actividades	rho	,716**
	p	,000
	r <sup>2</sup>	,51
	n	405

*Rho de Spearman: coeficiente de correlación; p: significancia estadística; r<sup>2</sup>: R al cuadrado n: número de participantes. \*\*La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)*

En la tabla 5, se observan los índices de relación de la variable de adicción a redes sociales y las dimensiones de procrastinación académica, evidenciando que se obtuvo valores de significancia de ( $p < .05$ ), la autorregulación académica se obtuvo un valor de (rho de Spearman .500) y postergación de actividades (rho de Spearman .716) indicando que existe una relación positiva alta. Asimismo, el valor de  $R^2$  para la presente es de 0,25 y 0,51, lo cual evidencia una magnitud de tamaño grande, ya que el ( $r^2 \geq .25$ ) (Cohen, 1988).

Tabla 6: Correlación entre Procrastinación Académica y las dimensiones de Adicción a las redes sociales

		Procrastinación Académica
Obsesión por las redes sociales	rho	,654**
	p	,000
	r <sup>2</sup>	,42
	n	405
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	rho	,564**
	p	,000
	r <sup>2</sup>	,31
	n	405
Uso excesivo de las redes sociales	rho	,638**
	p	,000
	r <sup>2</sup>	,40
	n	405

Rho de Spearman: coeficiente de correlación; p: significancia estadística, r<sup>2</sup>: R al cuadrado, n: número de participantes \*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 6, se visualiza los índices de relación entre la variable de procrastinación académica y las dimensiones de Adicción a redes sociales, Obsesión por las redes sociales, de (rho de Spearman .654), la siguiente dimensión Falta de control personal en el uso de las redes sociales un valor de (rho de Spearman 0.564), y por último la tercera dimensión Uso excesivo a las redes sociales, obteniendo un valor de (rho de Spearman .638) revelando que, si existe una relación positiva y significativa, en otras palabras a mayor postergación de actividades, el estudiante va permanecer excesivamente en ello, teniendo complicaciones en disminuir las horas empleadas en las redes sociales. Asimismo, el valor de R<sup>2</sup> para la presente



es de 0,42, 0,31 y 0,40 lo cual evidencia una magnitud de tamaño grande, ya que el ( $r^2 \geq .25$ ) (Cohen, 1988).

*Tabla 7: Correlación entre las dimensiones de adicción a redes sociales y procrastinación académica*

		Autorregulación Académica	Postergación de Actividades
Obsesión por las redes sociales	rho	,514**	,671**
	p	,000	,000
	r <sup>2</sup>	,26	,45
	n	405	405
Falta de control personal en el uso de las redes sociales	rho	,428**	,613**
	p	,000	,000
	r <sup>2</sup>	,18	,37
	n	405	405
Uso excesivo de las redes sociales	rho	,463**	,709**
	p	,000	,000
	r <sup>2</sup>	,21	,50
	n	405	405

Rho: coeficiente de correlación; p: significancia estadística; r<sup>2</sup>: *R al cuadrado*, n: número de participantes. \*\*. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 7, se observa el análisis de correlación entre las dimensiones de adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana. Dichos resultados indican que, que la dimensión de la obsesión por las redes sociales presenta relación significativa con la autorregulación académica (rho: ,514\*\*, p:.000), con postergación de actividades (rho: ,671\*\*, p:.000). De la misma forma la falta de control personal se relaciona positivamente con la AA (rho: ,428\*\*, p:.000) y con postergación de actividades (rho: ,613\*\*, p:.000) y, por último, el uso excesivo de las redes sociales presenta relación estadísticamente

significativa con AA ( $\rho: ,463^{**}$ ,  $p: .000$ ) y postergación de actividades ( $\rho: ,709^{**}$ ,  $p: .000$ ). Asimismo, el valor de  $R^2$  para la presente es de 0,26 y 0,45 lo cual evidencia una magnitud de tamaño grande, ya que el ( $r^2 \geq .25$ ), luego, 0,18 y 0,37, lo cual evidencia la primera evidencia una magnitud medio ( $r^2 \geq .0,9$ ) y el segundo de magnitud grande y, por último, es de ,21 y ,50, evidenciando la primera una magnitud medio y el otro una magnitud grande (Cohen, 1988).

*Tabla 8: Nivel de Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica*

<i>Niveles</i>	Adicción a redes Sociales		Procrastinación Académica	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	114	28,1	90	22,2
Medio	241	59,5	142	35,1
Alto	50	12,3	173	42,7
Total	405	100,0	405	100,0

En la tabla 8, se observa los niveles de adicción a redes sociales que presentan los Universitarios de Lima Metropolitano, con un total de 405 participantes, interpretado en frecuencia y porcentaje, en el que se visualiza que el 28,15% de los sujetos encuestados muestran un nivel bajo, seguidamente el 59.51% con un nivel medio y el 12.35% con un nivel alto. Por otro lado, se evidencia los niveles de procrastinación académica que muestran los universitarios de Lima Metropolitano, conformado por 405 participantes, representado la frecuencia y porcentaje, en la que se demuestra que el 22,22% de estudiantes encuestados tienen un nivel bajo, posteriormente el 35,06 % con un nivel medio y el 42,72% con un nivel alto.

## V. DISCUSIÓN

El estudio tuvo como finalidad delimitar la relación entre Adicción a redes sociales y Procrastinación Académica en universitarios de 20 a 35 años que corresponden a diferentes casas de estudio de Lima Metropolitana, 2021. Por ende, en este producto de investigación tiene la necesidad de contrastar los hallazgos recientes, como también otros estudios científicos ya elaborados que permitirán analizar tanto resultados similares como otros puntos de vista.

Según los resultados obtenidos analizando los datos de correlación, la adicción a redes sociales se enlaza significativamente con la procrastinación académica, ya que, muestran relación positiva y fuerte entre las variables, es decir, estudiantes universitarios que abarcan una mayor cantidad de tiempo en las redes sociales debido que suelen responder mensajes y comentarios, así como también postear fotos, revisar actualizaciones, entre otros, prefieren hacer otras actividades de su interés en vez de llevar a cabo sus tareas académicas. Este resultado coincide con los trabajos de investigación, como el de Cisneros y Nuñez (2019) realizado en Arequipa manifiestan que en efecto los medios virtuales se encuentran relacionado de forma significativa a la procrastinación académica en estudiantes universitarios, esto significa, que los jóvenes al tener comportamientos repetitivos de adicción a los medios sociales, manifestaron consecuencias perjudicables en su desempeño académico, debido que prefieren enfocarse en otras actividades placenteras, trayéndoles recompensas a corto plazo. Por otro lado, Chólan y Valderrama (2016) elaborado en Tarapoto, demuestran que los alumnos no tienen control para el uso de las redes sociales, eso hace que dejen de interactuar con las demás y se insertan por completo en dicha acción aplazando el tiempo para hacer sus tareas académicas.

Igualmente, Cía (2013) en su investigación indican que evidentemente se considera problema el uso a las redes sociales e internet, cuando permanecen conectados por más de 3 a 4 horas, esto permite que se apartan de la realidad y les desinteresen de otros temas, esto conlleva que los individuos dilaten el tiempo de sus actividades diarias como es el estudio. Condori y colaboradores (2015) en su estudio describe que la adicción a Facebook, es una adicción psicológica, hace

actuar a las personas de forma impetuosa perdiendo de interés por otras actividades, como aplazan voluntariamente tareas importantes para su desarrollo académico. Calvet y colaboradores (2017) en sus aportes indagados hacen referencia que los estudiantes al manifestar acciones adictivas o patológicas a las tecnologías como las redes sociales o juegos, etc, perjudica la formación o desempeño profesional del estudiante universitario, debido que dan mayor prioridad a otras actividades de su interés, siendo la clave principal de posponer o de no tener una buena gestión de su tiempo para la realización de sus deberes académicos.

Asimismo, los resultados que muestran la adicción a redes sociales y las dimensiones de Autorregulación Académica y Postergación de actividades se relaciona positivamente, estos datos se asemejan con el trabajo de investigación de Paredes (2019), puesto que; señala que si existe relación con las dimensiones, por lo tanto, estudiantes que usan excesivamente las redes sociales, tienen un escaso control personal en el manejo de las horas de estudio, por ende aplazan la realización de sus deberes académicos. en concordancia con los hallazgos de Torres (2020) demuestran que los participantes que tienen conductas adictivas a las redes sociales tienden a ser irresponsables, en cuanto a la realización de sus deberes académicos, ya que suele dejarlo para ejecutarlo en los últimos días de entrega de sus trabajos; asimismo, evidencio que la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica en los universitarios se muestran con poca estabilidad y ajuste en su conducta, ya que tienen dificultades para poder cumplir con sus obligaciones a tiempo.

De igual manera, en esta investigación se demuestra las correlaciones de las dimensiones de la Adicción a Redes sociales y Procrastinación Académica, arrojando índices altos y significativos, en otras palabras, estudiantes universitarios tienen comportamientos adictivos, ya que se mantienen que están pendiente de lo que ocurre en las páginas webs, de igual manera evidencian incapacidad para controlar el tiempo empleado, debido a ello tienden a usar excesivamente las redes. Esto conlleva que descuiden su nivel de rendimiento en sus tareas por falta de motivación e interés. Al respecto, Magallán y Rodas (2020) refieren que la obsesión por las redes sociales, es decir, al sentir sensaciones de satisfacción al estar

conectados habrá mayor presencia de aplazar sus actividades académicas, por otro lado, Maldonado (2019) en su estudio indica que los estudiantes presentan ausencia de control personal, por ende, disponen a aplazar conscientemente responsabilidades de estudio, del mismo modo, afirma que el uso excesivo o necesidad de estar conectados influyen en la ejecución de estas mismas.

Además, se expone las correlaciones entre las dimensiones de la adicción a redes sociales con las dimensiones de la procrastinación académica, los estudiantes tienden a fantasear constantemente que sucede en sus redes, dejando de lado prioridades como trabajos de la universidad y esto genera que no exista un manejo o equilibrio de sus acciones. En cuanto a la segunda dimensión consiste que ellos carecen de autocontrol personal para decidir cuanto tiempo van a estar conectados, y la última dimensión que hace referencia a la pérdida de noción de tiempo en las redes, este se relaciona trayendo como consecuencia un bajo rendimiento ya que descuidan sus estudios por estar más pendientes en otras actividades irrelevantes. Al respecto, Paredes (2019) respalda que existe una relación, estudiantes que tienen conductas repetitivas como el estar revisando sus ordenadores conlleva a incumplir sus responsabilidades estudiantiles. Igualmente, pasa cuando los sujetos tienen un escaso control comportamental, de tal forma que se dejan llevar por actividades que les causa gratificación, resaltando la poca disposición para la realización de actividades que deberían de ser mas importantes como las académicas. Cahuana (2019) refiere que la cantidad excesivo en el uso de las redes, los estudiantes no tendrán una buena autorregulación de tiempo dedicado a sus estudios.

Seguidamente los niveles de adicción a redes sociales en la población de estudio, arrojaron un nivel medio con un 59,5%, siendo el indicador más alto en la presente investigación, un nivel moderado, o sea, la necesidad de estar conectados no abarca en su totalidad, puesto que existe un porcentaje de nivel bajo indicando que hay universitarios que no están obsesionados en conectarse en los medios virtuales y emplean su tiempo en la realización de otras actividades. De acuerdo a, Esquivel y Silva (2020) presentan un nivel medio con el 54.9%, estudiantes están constantemente conectados a las plataformas virtuales, ya que, a través de ello, buscan socializar con otros usuarios. Asimismo, Matalinares (2017) demuestra que

68,4% de los sujetos se encuentran mayor tiempo del día conectados a sus redes sociales. Por consiguiente, Achulli y Vино (2018) reportaron que los estudiantes que se conectan al internet lo hacen porque les genera tranquilidad ya que busca alivio del malestar emocional.

Por otro lado, se puede observar los niveles de la procrastinación académica se detectó que existe un nivel alto en los universitarios. Para Esquivel y Silva (2020) y Achulli y Vино (2018) en sus trabajos evidencian que los estudiantes manifiestan un nivel alto de procrastinación, es decir, los sujetos muestran poca motivación, interés y desorganización para la realización de tareas académicas, eligiendo actividades placenteras. De la misma manera, Paredes (2019) afirma en su estudio los alumnos presentan un nivel medio alto, en dejar de lado deberes educativas por el simple hecho porque les causa desagrado al momento de desarrollarlas.

En cuanto a las limitaciones en la investigación es la recolección de datos que se ha realizado de forma virtual, debido a la coyuntura actual por la pandemia del COVID19, esto dificultó el acceso para toda la población, aquello no ha permitido acceder a mayor número de colaboradores, ya que era complicado contactarse a través de las plataformas virtuales, así como no tenían la disponibilidad de participar con el estudio.

Finalmente, se concluye que la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica presentan una correlación significativa, así como también la relación de adicción a redes sociales con las dimensiones de la segunda variable, e igual las dimensiones de las redes sociales con la otra variable, asimismo relación de la procrastinación con las dimensiones de la adicción a redes sociales, seguido a ello, se evidencia correlaciones entre las dimensiones de adicción a redes sociales con las dimensiones de procrastinación, De igual manera, se encontró un nivel moderado de adicción a redes sociales y un nivel alto de procrastinación académico en universitarios de 20 a 35 años de Lima metropolitana. En fin, este estudio se considera como un aporte para que futuras investigaciones puedan seguir estudiando sobre estas variables, cabe mencionar que los resultados fueron discutidos en base a los antecedentes y marco teórico.

## **VI. CONCLUSIONES:**

1. Se determinó que existe correlación entre las variables de adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana, esto significa que los estudiantes universitarios que tengan comportamientos adictivos a las redes sociales tienen más predisposición a procrastinar.
2. Referente al primer objetivo, se identificó que hay una correlación significativa entre la variable de adicción a redes sociales y las dimensiones de autorregulación académica y postergación de actividades, es decir los estudiantes al tener más conductas de adicción a las redes sociales, tendrán dificultades en el dominio y ajuste de su comportamiento, trayendo ello como consecuencia la postergación de ciertas tareas académicas.
3. Respecto al segundo objetivo, se idéntico que hay una correlación significativa entre la variable de procrastinación académica y las dimensiones de obsesión por las redes sociales, la falta de control personal en el uso de las redes sociales y uso excesivo de las redes sociales, por lo tanto a mayor procrastinación académica , los estudiantes tendrán pensamientos o fantasías recurrentes al querer estar conectados al internet, ocasionando carencia en su autocontrol personal, ya que va generar la necesidad de permanecer excesivamente en las redes sociales.
4. Referente al tercer objetivo, se identificó que presenta una correlación significativa entre las dimensiones de obsesión por las redes sociales con, la falta de control personal y uso excesivo de las redes sociales con autorregulación académica y postergación de actividades, es decir al tener un mayor incremento en las conductas adictivas a las redes sociales, estarán más expuestas a postergar o dilatar las actividades académicas.
5. De acuerdo al cuarto objetivo, se identificó el nivel de adicción a redes sociales Y Procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana, el cual predominó un nivel moderado para la primera variable y para la segunda un nivel alto.

## **VII. RECOMENDACIONES**

1. Se recomienda para futuras investigaciones seguir indagando sobre la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en diferentes lugares del País, tales como estudiantes universitarios que pertenecen a provincias con la finalidad de demostrar si los resultados son diferentes dependiendo de sus datos sociodemográficos.
2. Se sugiere revisar investigaciones a nivel cualitativos con el fin de recopilar información a través de entrevista, focus group, donde la cual se pueda tener una visión propia de los mismos participantes sobre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica
3. Asociar la adicción a redes sociales con otras variables de estudio, como los hábitos de estudio, habilidades sociales, agresividad, con el objetivo de tener mayor explicación al problema que es la adicción a los medios virtuales.
4. Diseñar programas de intervención en diferentes casas de estudio universitarios con profesiones, tales como psicólogos, sobre el problema de la adicción a las redes sociales, haciendo hincapié en las dimensiones uso excesivo de las redes sociales y falta de control personal, con el propósito de disminuir la dilatación de las actividades y así poder mejorar o fortalecer la autorregulación académica.
5. Realizar investigaciones con las variables de estudio, no solo con poblaciones universitarios, sino también en el contexto laboral y social, con el propósito de aportar información sobre dicha problemática en otros ámbitos, que la adicción a redes sociales puede perjudicar en su productividad dentro de la organización, así como también perjudicar en sus relaciones interpersonales.



## REFERENCIAS

- Álvarez, M. (2018). *“Niveles de Procrastinación en Estudiantes de 4to. y 5to. bachillerato de un colegio privado de la ciudad de Guatemala.”* (tesis de licenciatura). Recuperado de <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Alvarez-Maria.pdf>
- Álvarez, A. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revistas Científicas de América Latina*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Achulli, M & Vino, B. (2018). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de la Universidad Andina del Cusco, 2018.* (tesis de licenciatura) Recuperado de [http://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/UAC/3803/1/Maria\\_Bridly\\_Tesis\\_bachiller\\_2020.PDF](http://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/UAC/3803/1/Maria_Bridly_Tesis_bachiller_2020.PDF)
- Barrantes, M y Choquecota, R (2019). *Adicción a internet y procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to grado de nivel secundaria del Colegio Adventista Túpac Amaru, Juliaca 2019.* (Tesis pregrado). Juliaca. Recuperada de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2667/Mar%c3%ada\\_Trabajo\\_Bachiller\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/2667/Mar%c3%ada_Trabajo_Bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Busko, A. (1998). *Causes and Consequences of Perfectionism and Procrastination: A Structural Equation Model* (tesis de maestría). Recuperado de [https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko\\_DeborahA\\_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Castro, S y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de lima metropolitana. *Revista Unife*. Recuperado de <http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/354/7>
- Campos, J (2020). Evaluación psicológica. Recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/153301/1/Evaluaci%C3%B3n-Psicol%C3%B3gica-Actividades%20de%20aprendizaje.pdf>
- Carranza, R. y Ramírez, A. (2012). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>

- Cabero, J. Pérez, J. y Valencia, R. (2020). Escala para medir la adicción de estudiantes a las redes sociales. *Convergencia. Revista de ciencias sociales*. Recuperado de <http://www.scielo.org.mx/pdf/conver/v27/2448-5799-conver-27-e11834.pdf>
- Cía, A. (2013). Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro-Psiquiatría 76 (4)*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036946004>
- Contreras, L. (2017). Las redes sociales digitales como factor de proximidad entre la sociedad y los gobiernos subnacionales en México. *RICSH Revista Iberoamericana de las Ciencias Sociales y Humanísticas*. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/5039/503954320009.pdf>.
- Corral, Y. (2010). Diseño de cuestionarios para recolección de datos. *Rev. Ciencias de la educación*. 20 (36), 152 – 168. Recuperado de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/n36/art08.pdf>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2a ed.). Hillsdale, NY: Lawrence Earlbaum Associates. Recuperado de <http://www.utstat.toronto.edu/~brunner/oldclass/378f16/readings/CohenPower.pdf>
- Condori, Y. Mamani, K.& Mamani, G. (2015). *Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca – 2015*. Recuperado de [file:///C:/Users/yanina/Desktop/715-Texto%20del%20art%C3%ADculo-947-1-10-20180524%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/yanina/Desktop/715-Texto%20del%20art%C3%ADculo-947-1-10-20180524%20(1).pdf)
- De Vellis, R. F. (2012). *Scale Development, Theory and Applications*. Los Angeles: SAGE. Recuperado de [https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=9yfYCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=DeVellis,+R.+F.+\(2012\).+Scale+Development,+Theory+and+Applications.+Los+Angeles:+SAGE&ots=HpDzViXbgi&sig=HiqfJFApzjBOBu08PwGKr3jHsoc#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?hl=es&lr=&id=9yfYCwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&dq=DeVellis,+R.+F.+(2012).+Scale+Development,+Theory+and+Applications.+Los+Angeles:+SAGE&ots=HpDzViXbgi&sig=HiqfJFApzjBOBu08PwGKr3jHsoc#v=onepage&q&f=false)
- Domínguez, S. et al. (2014). Procrastinación Académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Revista de*

- Psicología*. Recuperada de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68632617010>
- Domínguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revista Evaluar*. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/311102370\\_Datos\\_normativos\\_de\\_la\\_Escala\\_de\\_Procrastinacion\\_Academica\\_en\\_estudiantes\\_de\\_psicologia\\_de\\_Lima](https://www.researchgate.net/publication/311102370_Datos_normativos_de_la_Escala_de_Procrastinacion_Academica_en_estudiantes_de_psicologia_de_Lima)
- Escurra, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Revista de psicología: Liberabit..* Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>
- Echeburúa, E. y Corral, P. (2010). Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Revista adicciones*. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>
- Echeburúa, E y Requesens, A (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Recuperado de: <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
- Espinoza, L; & Ibañez, I. (2020). *Procrastinación Académica y Adicción a las Redes Sociales en Estudiantes de un Instituto Superior del Distrito de Laredo*. (tesis de licenciatura) Recuperado de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/45713/Espinoza\\_NLDR-Iba%C3%B1ez\\_ISS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/45713/Espinoza_NLDR-Iba%C3%B1ez_ISS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Esquivel, L; & Silva, L. (2020). *Adicción A Las Redes Sociales Y Procrastinación En Estudiantes De Una Universidad Privada De Trujillo*. (tesis de licenciatura). Recuperado de [https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6988/1/REP\\_PSIC\\_LI\\_DIA.ESQUIVEL\\_ADICCI%C3%93N.REDES.SOCIALES.PROCRASTINACI%C3%93N.ESTUDIANTES.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf](https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/20.500.12759/6988/1/REP_PSIC_LI_DIA.ESQUIVEL_ADICCI%C3%93N.REDES.SOCIALES.PROCRASTINACI%C3%93N.ESTUDIANTES.UNIVERSIDAD.PRIVADA.TRUJILLO.pdf)
- Freud, S. (1926). *Inhibitions, Symptoms, and Anxiety*. En *Arbiser, S y Scheider, J*. Recuperado de <http://web.b.ebscohost.com/ehost/ebookviewer/ebook/ZTAwMHh3d19fNTU4>

MTUwX19BTg2?sid=8e1316c5-e895-40fd-b58c-7258f268e1c9@pdc-v-sessmgr03&vid=8&format=EB&rid=1

- Ferrari, J (1995). *Procrastination and task avoidance: theory, rearch and treatment*. New York and London: Plenum Press  
[https://www.researchgate.net/publication/276292917\\_Procrastination\\_and\\_Task\\_Avoidance--Theory\\_Research\\_and\\_Treatment](https://www.researchgate.net/publication/276292917_Procrastination_and_Task_Avoidance--Theory_Research_and_Treatment)
- Froxan, M (2020). *Análisis funcional de la conducta humana Concepto, metodología y aplicaciones*. Madrid: Ediciones Pirámide. Recuperado de: <https://doku.pub/download/maria-xesus-froxan-parga-coord-analisis-funcional-de-la-conducta-humana-concepto-metodologia-y-aplicaciones-ediciones-piramide-2020pdf-el9r4wxgjrlly>
- Garzón, A. y Gil, J. (2017). *Academic procrastination in non-traditional college students*. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*. Recuperado de <http://web.a.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=13&sid=0e0c3f63-6fb5-4385-b76a-fb54d6b74b7e%40sdc-v-sessmgr01>
- Gómez, D y Sosa, P. (2019). El uso de las redes sociales en las bibliotecas universitarias de México: un estudio comparativo. Recuperado de <file:///C:/Users/anonimus/Downloads/Bibliotecas-Bolet%C3%ADn-119%20%20051-076.pdf>
- Griffiths, M. (2005). Un modelo de adicción de 'componentes' dentro de un marco biopsicosocial. *Journal of Substance Use*. Recuperado de 197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Guevara, G. y Contreras, A. (2019). *Relación entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Este*. (Tesis de licenciatura). Lima. Recuperado de [http://repositorio.upeu.edu.pe:8080/bitstream/handle/UPEU/2976/Gabriela\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upeu.edu.pe:8080/bitstream/handle/UPEU/2976/Gabriela_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Revista: Unife*. Recuperado de [http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista\\_tematica\\_psicologia\\_2011/chan\\_bazalar.pdf](http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf)

- Cholán, A. y Valderrama, K. (2014). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión Filial Tarapoto, 2016* (tesis de licenciatura). Recuperada de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/895/Alejandro\\_tesis\\_Bachiller\\_2017.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/895/Alejandro_tesis_Bachiller_2017.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Hernández, R. Fernández, C. y Baptista (2010). *Metodología de la investigación. 5ta edición. México: Mcgraw Hill*. Recuperado de [https://www.esup.edu.pe/descargas/dep\\_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf](https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf)
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI,2020). Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares. Recuperado de: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-tic-iv-trimestre-2020.pdf>
- Ipsos (2020). *Uso de Redes Sociales entre peruanos conectados 2020*: Lima. Recuperado de: <https://www.ipsos.com/es-pe/uso-de-redes-sociales-entre-peruanos-conectados-2020>
- López, R y López, M (2017). *Uso de las redes sociales digitales en el ámbito escolar universitario. Estudios Aambda*. Recuperado de <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4981/Fern%c3%a1ndez%20Toscano%20%26%20Quevedo%20Lopez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Magallán, S y Rodas, D (2020). *Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de Ingeniería y Arquitectura de una universidad particular en la región San Martín, Perú, 2020*. (Tesis de bachiller). Recuperado de: [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/3826/Segundo\\_Trabajo\\_Bachillerato\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/3826/Segundo_Trabajo_Bachillerato_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Mamani, A. y Gonzales, D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este*. (tesis de licenciatura). Recuperada de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1697/Ana\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/1697/Ana_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Martínez, R, et al. (2009). El Coeficiente De Correlación De Los Rangos De Spearman Caracterización. *Rev. Haban Cienc méd.* 8(2). Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2009000200017](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2009000200017)
- Matalinares, M. et al. (diciembre, 2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Revista Horizonte de la ciencia.* Recuperado de <http://167.114.2.69/index.php/horizontedelaciencia/article/view/313/329>
- Mendoza, N y Vargas, E (2017). *Adicción a Redes Sociales en los Estudiantes del Nivel Secundario del Colegio Particular Simón Bolívar e Institución Educativa Ofelia Velásquez de Tarapoto, 2016.* (Tesis bachiller). Tarapoto. Recuperado de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/719/Noemi\\_Tesis\\_bachiller\\_2017.pdf?s](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/UPEU/719/Noemi_Tesis_bachiller_2017.pdf?s)
- Morga, L (2012). *Teorías y técnicas de la entrevista. 1era edición.* México: Red tercer milenio Recuperado de: <http://biblioteca.udgvirtual.udg.mx:8080/jspui/handle/123456789/2712>
- Ñaupas, H. et al. (2018). *Metodología de la investigación: Cuantitativa – Cualitativa y redacción de la tesis. 5ta edición.* Bogotá: Ediciones de la U. Recuperado de <https://corladancash.com/wp-content/uploads/2019/03/Metodologia-de-la-investigacion-Naupas-Humberto.pdf>
- Núñez, F. (2019). *Uso de redes sociales y rendimiento académico de los estudiantes de la escuela de ciencias de la comunicación de la Universidad Nacional José Faustino Sánchez Carrión* (Tesis de maestría) Recuperada de <http://repositorio.unjfsc.edu.pe/bitstream/handle/UNJFSC/2656/NU%C3%91EZ%20MEDINA%20FELIPE%20RICHARD.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Núñez, R y Cisneros, B. (2019). Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios. *Nuevas Ideas en Informática Educativa.* Recuperado de [http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE\\_2019\\_paper\\_83.pdf](http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf).
- Pérez, E. y Medrano, L. (2010). Análisis Factorial Exploratorio: Bases Conceptuales y Metodológicas. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 2 (1), 58-66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3161108>

- Ramos, C. et al. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios Pedagógicos*. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1735/173554750016.pdf>
- Reyna, R. (2017). Niveles de adicción a redes sociales en estudiantes de secundaria de un colegio de Lima Oeste. (tesis de licenciatura). Recuperada de <http://repositorio.uigv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.11818/1840/TRAB.SUF.PROF.%20RONALD%20IV%c3%81N%20REYNA%20SAAZ.pdf?sequence=2&isAllowed=y>
- Rothblum, E. (1990). *El miedo al fracaso. La psicodinámica, necesidad logro, miedo al éxito, y la dilación models. Handbook de la ansiedad social y la evaluación. Plenum Press: Nueva York*
- Skinner, B. (1977). *Ciencia y Conducta Humana. Barcelona: Fontanella*. Recuperado de [http://www.conductitlan.org.mx/02\\_bfskinner/skinner/3.%20ciencia\\_conducta\\_humana\\_skinner.pdf](http://www.conductitlan.org.mx/02_bfskinner/skinner/3.%20ciencia_conducta_humana_skinner.pdf)
- Steel, P. (2007). *The nature of procrastination a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure Psychol. Psychological Bulletin*. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/6598646\\_The\\_nature\\_of\\_procrastination\\_a\\_meta-analytic\\_and\\_theoretical\\_review\\_of\\_quintessential\\_self\\_regulatory\\_failure\\_Psychol\\_Bull\\_133\\_65-94](https://www.researchgate.net/publication/6598646_The_nature_of_procrastination_a_meta-analytic_and_theoretical_review_of_quintessential_self_regulatory_failure_Psychol_Bull_133_65-94)
- Terán, A. (2019). *Ciberadicciones: Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC). Congreso de actualización pediatría: Madrid*. Recuperado de [https://www.aepap.org/sites/default/files/pags.\\_131-142\\_ciberadicciones.pdf](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 maestra en psicología educativa) Recuperado de [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49062/Torres\\_SPJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49062/Torres_SPJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Universidad de Navarra. (2012). *Cerebro adicto: los efectos de las drogas, el alcohol o internet. Navarra España*. Recuperado de

<https://www.agenciasinc.es/Noticias/Cerebro-adicto-los-efectos-de-las-drogas-el-alcohol-o-internet>

- Vázquez, M. (2017). *Muestreo Probabilístico y no probabilístico*. Universidad del ISTMO: México. Recuperado de <https://www.gestiopolis.com/wpcontent/uploads/2017/02/muestreo-probabilistico-no-probabilistico-guadalupe.pdf>
- Global digital overview (2020). *The essential in insights into how people a round the world use the internet, mobile devie, social media, and ecommerce*. Recuperado de <https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview>
- Young, K. (1997). *What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use*. Annual conference of the American Psychological Association: Chicago. Recuperado de <https://www.healthyplace.com/addictions/center-for-internet-addiction-recovery/what-makes-the-internet-addictive-potencial>
- Zarpan, b. (2018). *Adicción a las redes sociales en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo*. (tesis de licenciatura). Recuperado de [http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/138/1/TESIS\\_ZARPAN%20LIZ A.pdf](http://repositorio.umb.edu.pe/bitstream/UMB/138/1/TESIS_ZARPAN%20LIZ A.pdf)



## **ANEXOS**

Anexo 1: Consentimiento informado

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Los responsables de este estudio son Carmen Correa, Carito y Bernuy Romayna, Yanina, estudiantes de la carrera de Psicología.

Si usted accede a participar, la evaluación demorará entre 10 a 15 minutos, donde se identificará la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en jóvenes universitarios de 20 años hasta los 35 años. Así mismo, la información que se obtenga de los participantes será confidencial y estos no serán divulgados a personas ajenas al estudio, la información recaudada será utilizados únicamente para fines de investigación. Por otro lado, se le informa que su participación es completamente voluntaria y anónima.

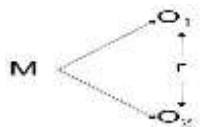
Si tiene alguna interrogante durante cualquier fase del estudio puede comunicarse con los correos [ccarmenc@ucvvirtual.edu.pe](mailto:ccarmenc@ucvvirtual.edu.pe) o [byannirose05@gmail.com](mailto:byannirose05@gmail.com), siendo las autoras de la presente investigación.

Muchas gracias por su participación

## ANEXO 2: Matriz de operacionalización de las variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Adicción a redes sociales	Dependencia psicológica o adicción sin sustancias afectando al individuo en diferentes aspectos de su vida, como en lo familiar, laborales, académicos y sociales. (Escrura y Salas, 2014)	Se medirá con el cuestionario de (ARS) que constan de 24 ítems, con 5 alternativas, la cual cuenta con 3 dimensiones, (Escrura y Salas, 2014)	Obsesión por redes sociales  Falta de control personal  Uso excesivo de las redes sociales	<ul style="list-style-type: none"> <li>●Tiempo de conexión</li> <li>●estado de animo</li> <li>●relaciones interpersonales</li> <li>●control de tiempo conectado</li> <li>●intensidad</li> <li>●frecuencia</li> <li>●necesidad de permanecer conectado</li> <li>●cantidad de veces conectado</li> </ul>	<p>Likert</p> <p>4= Siempre</p> <p>3= Casi siempre</p> <p>2= A veces</p> <p>1= Rara vez</p> <p>0= Nunca</p>
Procrastinación Académica	Se define como la acción de postergar conscientemente la realización de las actividades por una mala organización. (Domínguez, 2016)	Se medirá con la escala de Procrastinación académica que incluye 12 ítems, la cual cuenta con dos dimensiones. (Domínguez, et al. 2016)	Autorregulación Académica  Postergación De Actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Búsqueda de ayuda para la realización de tareas</li> <li>-Asistencia de clase</li> <li>-Hábitos de estudio</li> <li>-Aplazar la tarea para otro momento.</li> <li>- Interés mínimo hacia unas series de actividades.</li> </ul>	<p>Likert</p> <p>1=Nunca</p> <p>2=Casi nunca</p> <p>3=A veces</p> <p>4=Casi siempre</p> <p>5=Siempre</p>

## ANEXO 2: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Técnica e Instrumentos						
<p><b>Problema general</b> ¿Cuál es la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana, 2021?</p> <p><b>Problemas específicos:</b> ¿Cuál es la relación entre Adicción a Redes Sociales y las dimensiones Autorregulación Académica y Postergación de Actividades en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021? ¿Cuál es la relación entre Procrastinación Académica y las dimensiones Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo a las redes sociales en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021? ¿Cuál es la relación entre las dimensiones de Adición a las redes sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021? ¿Cuál es el nivel de Adicción de las sociales y de Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana, 2021</p> <p><b>Objetivos específicos</b> - Identificar la relación entre Adicción a Redes Sociales las dimensiones Autorregulación Académica y Postergación de Actividades en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021. - Identificar la relación entre Procrastinación Académica y las dimensiones Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo a las redes sociales en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021. - Identificar la relación entre las dimensiones de Adición a las redes sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021. - Conocer el nivel de Adicción de las Redes Sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021.</p>	<p>Hipótesis general Existe relación existente entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de Lima Metropolitana, 2021</p> <p>Hipótesis específicas: -Existe relación entre Adicción a Redes Sociales y las dimensiones Autorregulación Académica y Postergación de Actividades en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021. - Existe relación entre Procrastinación Académica y las dimensiones Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivo a las redes sociales en Universitarios de Lima Metropolitana;2021. - Existe relación entre las dimensiones de Adición a las redes sociales y Procrastinación Académica en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021. - El nivel de Adicción a las Redes y Procrastinación Académica es alto en Universitarios de Lima Metropolitana, 2021.</p>	<p><b>Técnica</b> Evaluación Psicológica</p> <p><b>Instrumentos</b> Cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) de Escurra y Salas</p> <p>Escala de Procrastinación académico de Domínguez, Villegas y Centeno.</p>						
Tipo y diseño de investigación	Población y muestra	Variables y dimensiones							
<p><b>Tipo</b> Básico</p> <p><b>Diseño</b> Diseño no experimental, transversal, correlacional</p> 	<p><b>Población</b> Está conformada por 250,395 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana</p> <p><b>Muestra</b> Está conformada por 405 estudiantes universitarios de Lima Metropolitana</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Variables</th> <th>Dimensiones</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Adicción a redes sociales</td> <td>Obsesión por redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales</td> </tr> <tr> <td>Procrastinación Académica</td> <td>Autorregulación Académica Postergación De Actividades</td> </tr> </tbody> </table>	Variables	Dimensiones	Adicción a redes sociales	Obsesión por redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales	Procrastinación Académica	Autorregulación Académica Postergación De Actividades	
Variables	Dimensiones								
Adicción a redes sociales	Obsesión por redes sociales Falta de control personal Uso excesivo de las redes sociales								
Procrastinación Académica	Autorregulación Académica Postergación De Actividades								

## Anexo 4: Cuestionario de ARS

### CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

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

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

N	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					

17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.
  18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.
  19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.
  20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.
  21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.
  22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.
  23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).
  24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.
-

## Anexo 5: EPA

### Escala de Procrastinación Académica

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

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

	N	CN	AV	CS	S
1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4. Asisto regularmente a clase.					
5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

*Tabla 9: Estadísticas de fiabilidad*

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Adicción a Redes Sociales	,952	24
Procrastinación Académica	,892	12

Se puede visualizar un coeficiente de Alpha de Cronbach, para Adicción a redes sociales se obtuvo 0.952 y para Procrastinación Académica 0.892, lo cual DeVellis, (2012). afirma que si superan la magnitud de 0.85 indican que la estimación de la confiabilidad son valores aceptables y fiables.

## Anexo 6: Análisis descriptivo de la Variable de Adicción a Redes Sociales

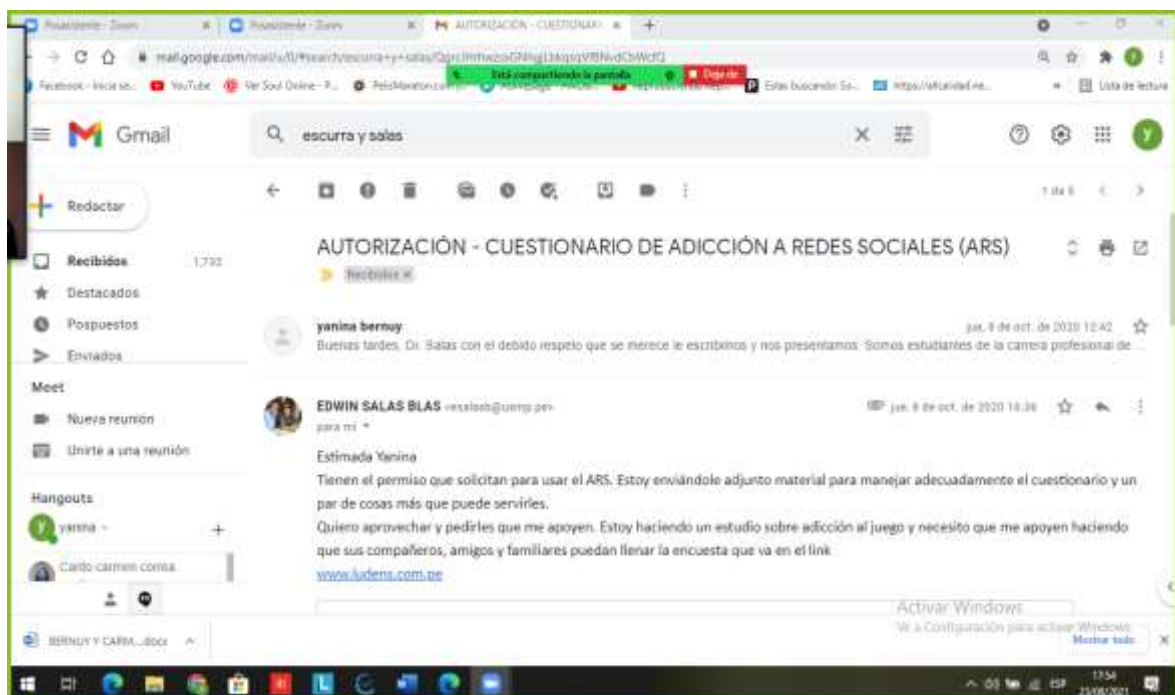
Ítems	Media	Desviación Estándar	Asimetría	Curtosis
ARS1	2,76	1,000	-,588	-,084
ARS2	2,20	,944	-,100	,095
ARS3	1,89	1,060	-,140	-,541
ARS4	2,65	1,190	-,606	-,555
ARS5	1,65	,998	-,042	-,254
ARS6	1,45	1,027	-,056	-,990
ARS7	1,52	1,033	,153	-,420
ARS8	2,39	1,213	-,315	-,822
ARS9	1,69	1,005	,017	-,155
ARS10	2,01	,986	-,217	-,093
ARS11	1,78	,947	-,100	-,023
ARS12	1,90	1,011	,233	,035
ARS13	1,66	1,063	,454	-,277
ARS14	1,74	,876	-,108	,343
ARS15	1,61	1,005	-,105	-,419
ARS16	2,34	1,153	-,387	-,774
ARS17	2,56	1,126	-,501	-,494
ARS18	2,04	,939	,034	,129
ARS19	1,83	1,298	-,095	-1,181
ARS20	1,79	1,316	-,034	-1,199
ARS21	1,97	1,133	-,029	-,628
ARS22	1,86	1,289	-,043	-1,118
ARS23	1,77	1,092	-,016	-,594
ARS24	1,43	,991	,747	,355



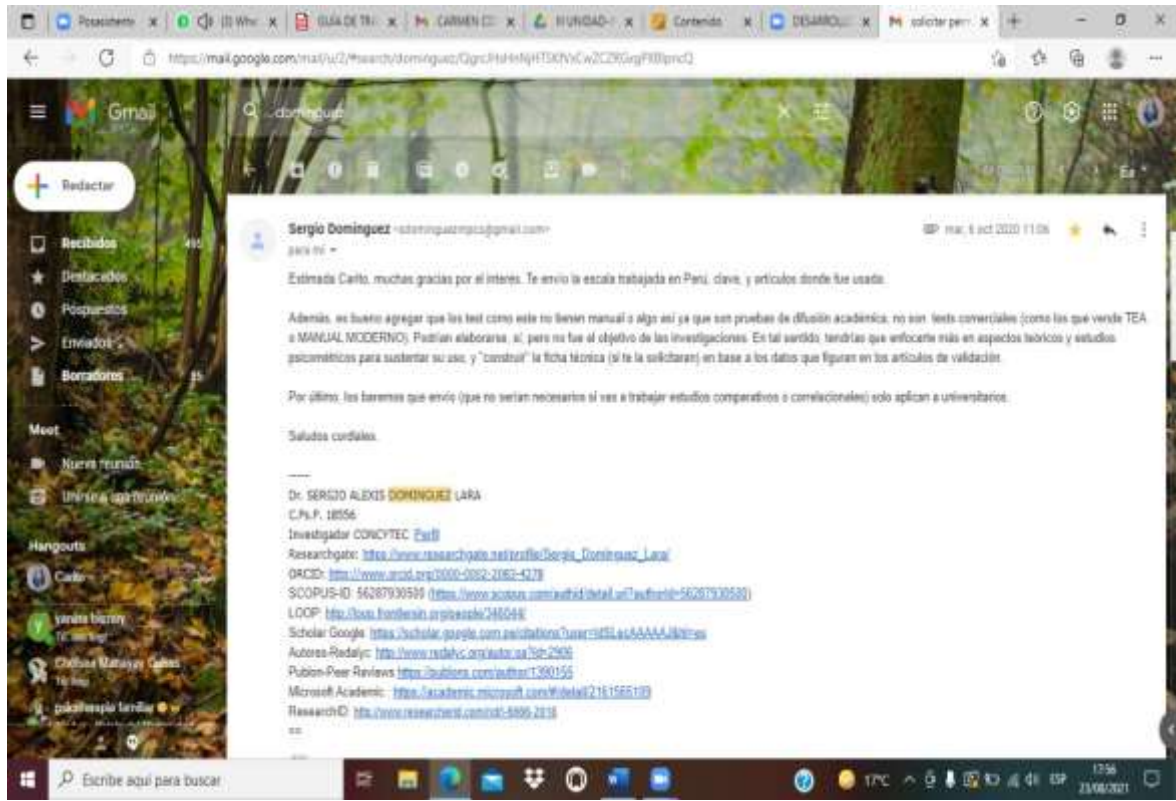
## Anexo 7: Análisis descriptivo de la Variable e Procrastinación Académica

Ítems	Media	Desviación Estándar	Asimetría	Curtosis
EPA 1	2,86	1,117	-,057	-,519
EPA2	2,19	,736	-,307	-1,110
EPA3	2,29	,707	-,488	-,904
EPA4	1,78	,746	,390	-1,117
EPA5	2,14	,792	-,261	-1,363
EPA6	3,08	1,182	-,276	-,684
EPA7	3,13	1,192	-,334	-,717
EPA8	2,21	,776	-,383	-1,245
EPA9	2,36	,713	-,660	-,800
EPA10	2,23	,777	-,424	-1,226
EPA11	2,29	,733	-,505	-,998
EPA12	2,10	,744	-,169	-1,177

## Anexo 8: Respuesta de autorización del autor del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales



## Anexo 8: Respuesta de autorización del autor del Cuestionario de Procrastinación Académica



## Anexo 9: Cuestionario Virtual de las Pruebas

