



## Procrastinación académica y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo

*Academic procrastination and dependence on smartphones in teenagers of a regular elementary school in Ilo city*

Luis Eduardo Rios Sanchez<sup>1</sup>, Juan Gluder Allicca Flores<sup>2</sup>, Rosa María Alfaro Vásquez<sup>3</sup>

### RESUMEN

**Objetivo:** Determinar la relación entre la procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de 4° y 5° del nivel secundario. **Metodología:** Diseño no experimental de corte transversal, tipo correlacional y de enfoque cuantitativo. Se analizaron los datos de 146 estudiantes de ambos géneros, sus edades son entre 15 y 17 años. Para la recolección de datos se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA), presenta una confiabilidad por consistencia interna mediante el alfa de Cronbach .816 y la validez se realizó mediante un análisis factorial confirmatorio cuyas cargas factoriales varía entre .43 y .99. Respecto al Test de Dependencia al Móvil (TDA) la confiabilidad de la prueba se evidencia mediante el coeficiente alfa de Cronbach, el Test en su escala total tiene niveles altos de confiabilidad ( $\alpha=0,929$ ). **Resultados:** Se encontró relación positiva y significativa entre las dos variables ( $\rho = .268$ ,  $p = .001$ ), lo cual implica que, a mayor procrastinación académica, mayor dependencia al móvil. **Conclusión:** Existe relación positiva entre las dos variables, lo cual implica que, a mayor procrastinación académica, mayor dependencia al móvil

**Palabras clave:** Procrastinación académica; dependencia al móvil; adolescentes.

### ABSTRACT

**Objective:** To determine the relationship between academic procrastination and mobile dependence in 4th and 5th grade secondary school students. **Methodology:** Non-experimental cross-sectional design, correlational type and quantitative approach. The data of 146 students of both genders, their ages are between 15 and 17 years, were analyzed. For data collection, the Academic Procrastination Scale (EPA) was used, it presents a reliability for internal consistency through Cronbach's alpha .816 and the validity was carried out through a confirmatory factorial analysis whose factorial loads vary between .43 and .99. Regarding the Mobile Dependency Test (TDA) the reliability of the test is evidenced by Cronbach's alpha coefficient, the Test in its total scale has high levels of reliability ( $\alpha=0.929$ ). **Results:** A positive and significant relationship was found between the two variables ( $\rho = .268$ ,  $p = .001$ ), which implies that the greater the academic procrastination, the greater the dependence on the mobile. **Conclusion:** There is a positive relationship between the two variables, which implies that the greater the academic procrastination, the greater the dependence on the mobile

**Keywords:** academic procrastination, smartphone addiction, teenagers.

<sup>1</sup>Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú  
Orcid ID: 0000-0003-2079-0065

<sup>2</sup>Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú  
Orcid ID: 0000-0002-4378-8497

<sup>3</sup>Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú  
Orcid ID: 0000-0003-1597-2892

## INTRODUCCIÓN

Durante la última década el mundo ha sido cambiante y exigente con los humanos tanto en logros y desafíos sociales, laborales y académicos; teniendo una sociedad donde el tiempo se convierte en conocimiento que ayudará bastante para desarrollarse y sobresalir. Por ello es muy importante la formación mediante el proceso de aprendizaje, hábitos y valores.

En tal sentido la Procrastinación es un problema muy grave en la educación (British Broadcasting Corporation [BBC], 2017). Se produce en todos los ámbitos, y dos causas son más frecuentes: emocionales y la falta de una visión personal (Sirois & Pynchyl, 2016). Es un constructo de componentes cognitivos, afectivos y conductuales que están asociados con la impuntualidad en la entrega de deberes y la dificultad de seguir instrucciones (Talledo, 2017). Otro motivo por que los estudiantes suelen postergar sus actividades académicas según Solomon & Rothblum (1984), sería por estar pendientes en el teléfono móvil, ya que tiene acceso a gran diversidad de aplicaciones que entretienen.

Se encontró que, en Latinoamérica, según investigaciones, más del 90% de estudiantes procrastina, aunque no siempre de carácter crónico (Natividad, 2014). Asimismo, se detalla que el 70% se considera procrastinador y casi el 50% procrastina de manera consciente y problemática (Gúzman, 2013). Por último, Díaz (2019), detalla que del 20% al 25% de la población general en América son procrastinadores crónicos.

Según Domínguez, Villegas, y Centeno (2014) la Procrastinación académica se compone por dificultades en el proceso de autorregulación del aprendizaje como un proceso activo para manejar las cogniciones y motivaciones con respecto a las actividades académicas y por la postergación de actividades, que se presenta al demorar intencionalmente en realizar actividades como resultante de las dificultades de regulación autónoma. Es no saber por dónde comenzar una tarea debido a la falta de organización de tiempo o por pura y evidente flojera (Quiñones, 2018). Así mismo, es una conducta limitante que conlleva consecuencias de estrés, pérdida de tiempo, bajo rendimiento estudiantil o planificar actividades académicas en determinado tiempo y no ejecutarlas por procrastinar (Natividad, 2014).

Caballo (2007, citado en Contreras, 2011) señala que los adolescentes escolares con hábito de procrastinar suelen ser más sociables que sus compañeros, se debe a que generalmente se usa el tiempo de las actividades académicas en actividades sociales. Sin embargo, la característica más relevante es la irresponsabilidad y buscan satisfacción a corto plazo, sin realizar proyecciones a mediano o largo plazo.

En esta línea; Ramos, Jadán, Paredes, Bolaños, & Gómez (2017), correlacionan la Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico. En una muestra de 250 universitarios de las carreras de Psicología, Ingeniería Industrial, Diseño Gráfico, Arquitectura, y Administración de Empresas, pertenecientes a dos universidades de Quito (hombres 54% y mujeres 46%, entre 17 y 31 años de edad). Los resultados indicaron que, la procrastinación se correlaciona con la adicción al internet y que los estudiantes con alto rendimiento presentan un menor comportamiento procrastinador y adicción al internet, a diferencia de universitarios con un rendimiento académico inferior. Por otro lado, Núñez & Cisneros (2019), realizaron una investigación para determinar la relación entre los niveles de adicción a redes sociales y los niveles de procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación en Arequipa; la muestra fue de 220 universitarios (40% hombres y 60% mujeres, de edades entre 16 y 21 años) Se encontró que, el 40% de los estudiantes tienen un nivel moderado de adicción a redes sociales y el 39% de los estudiantes tiene procrastinación moderada.

Respecto a la Dependencia al Móvil, Capilla & Cubo (2017) mencionan que el dispositivo móvil no solo se ha mejorado para actividades de ocio, sino también para tareas que realizamos día a día. La variedad que ofrece, para algunas personas son innecesarias mientras que para otras es imprescindible. Villanueva (2012), menciona que se puede clasificar el uso del teléfono orientado a la dependencia entre grandes grupos en base al grado de cantidad, frecuencia e intensidad, en que la misma interfiere en su normal integración con su medio familiar, social, laboral, entre otros.

Además, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2021) presentó que, en el primer trimestre del 2021 en el 94.0% de los hogares del país, algún miembro tiene un

teléfono celular. Y en el mismo periodo el 89.3% desde la edad de 6 años a más utiliza teléfono celular; 89.4% de la población femenina y en los hombres alcanza al 89.2%. Por último, el grupo de edad entre 12 a 59 años usan más del 90% que los adultos mayores de 60 años 79.8% y 64.8% en niños de 6 a 11 años.

Para Chóliz & Villanueva (2011) la dependencia al móvil se compone de tres factores: abstinencia, que genera un malestar en la persona al no poder acceder al celular; ausencia de control y problemas derivados, y tolerancia, dificultad para dejar de consumir ante el deseo persistente; e interferencia con otras actividades, haciendo alusión al aumento del consumo en que interviene en sus actividades importantes.

De acuerdo con Mantalinares Calvet, y otros (2017) encontraron relación significativa, directa y positiva entre procrastinación y adicción a redes sociales ( $r = .379$ ;  $p = .01$ ). Así mismo; Liu, Min, Yue & Cheng (2018), realizaron una investigación para determinar la relación entre el uso excesivo del smartphone y la procrastinación académica; con una muestra de 600 universitarios de medicina en China (303 mujeres). Los resultados evidencian que existe una baja asociación entre el uso del smartphone con la procrastinación evitativa ( $r = .251$ ;  $p = .01$ ).

Respecto a estudios nacionales, Ugaz & Lizana (2018), realizaron una investigación en 250 estudiantes de secundaria en Moyobamba. Se obtuvo relación positiva entre procrastinación académica y dependencia al móvil ( $r = .275$ ,  $p = 0.01$ ), concluyendo que, a mayor dependencia al celular, habrá tendencia alta a conductas procrastinadoras.

Después del argumento mencionado, el objetivo general de la presente investigación es estudiar la relación entre la procrastinación académica y la dependencia al móvil en estudiantes del 4° y 5° de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo. En cuanto a los objetivos específicos del estudio, son los siguientes: determinar la relación entre procrastinación académica y abstinencia; abuso-dificultad en mantener el impulso; problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia en estudiantes.

Lo anterior genera nuestro interés de investigación para comprender cómo en el tiempo libre se utiliza el móvil más de lo normal tornándose en tiempo perdido y postergación

de actividades y a partir de este y otros subsiguientes estudios se podrán establecer antecedentes de estudio en relación a la procrastinación académica y dependencia al móvil. Cabe resaltar que actualmente, no se encontró alguna investigación que involucre ambas variables en la región de Moquegua; por lo tanto, surge la necesidad de nuevos estudios en el ámbito educativo, partiendo de que el uso excesivo del móvil no cumple con los factores para ser considerada como adicción.

## METODOLOGÍA

El diseño de la investigación es no experimental ya que no se manipularon las variables de estudio. Es de corte transversal, porque se recolectó la información en un momento determinado; y de tipo correlacional, debido a que se busca encontrar la relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil.

### Participantes

Para la presente investigación, estuvo conformada por 390 estudiantes de 4° y 5° del nivel secundario. La muestra a trabajar en la investigación está conformada por 146 estudiantes. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia.

### Instrumentos

Para proceder a la recogida de información, se utilizó como instrumento de investigación la Escala de Procrastinación Académica (EPA), cuyo autor es Busko y adaptada por Trujillo & Noé (2019), que consta de dos dimensiones: Postergación de actividades (tres ítems) y Autorregulación académica (nueve ítems). Los reactivos cuentan con cinco opciones de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre, Siempre). La interpretación de los puntajes es directa: a mayor puntaje, mayor presencia de la conducta evaluada.

El instrumento presenta una escala tipo Likert, y se realizó el Análisis Factorial Confirmatorio, presenta una confiabilidad por consistencia interna considerando valores mayores a .70 como aceptables. Para la validez del EPA se analizó la relación ítem-test, hallando valores que varían de .22 a .58 considerándolos como aceptables.

Para la variable dependencia al móvil se utilizó el instrumento de estudio Test de Dependencia

al Móvil (TDM; Mamani, 2018). Los factores son abstinencia (ítems 13, 15, 20, 21 y 22), abuso y dificultad en controlar el impulso (ítems 1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 16 y 18), problemas ocasionados por el uso excesivo (ítems 2, 3, 7 y 10) y tolerancia (ítems 12, 14, 17 y 19). Un mayor puntaje en cada escala revela un nivel más alto en los indicadores de dependencia.

Para analizar su validez se obtuvo el valor KMO de 0.949, y en la Prueba de Esfericidad de Bartlett se obtuvo un valor chi cuadrado de .11250.835 y con un nivel de significancia de  $p < 0.01$ ; la confiabilidad de la prueba se evidencia mediante el coeficiente alfa de Cronbach, el Test en su escala total tiene niveles altos de confiabilidad ( $\alpha=0,928$ ).

### Análisis de datos

Para la recolección de datos se usó el aplicativo Google forms para aplicar las encuestas virtuales, el link derivado de ella se compartió con toda la población objetiva mediante el aplicativo de WhatsApp. Para el proceso de

datos se utilizó Microsoft office Excel; el cual permitió recodificar las puntuaciones cualitativas a cuantitativas, posteriormente se pasó los datos al paquete estadístico IBM SPSS Statistics 22.0; se generaron tablas descriptivas, tablas cruzadas, y se realizaron análisis descriptivos; también, prueba de normalidad y bondad de Kolmogorov-Smimov (K-S) y se aplicó la técnica de Spearman para estudiar la correlación entre las variables: procrastinación académica y dependencia al móvil.

### Datos Sociodemográficos

Para llevar a cabo este estudio se trabajó con una muestra de 146 estudiantes de enseñanza secundaria, 98 estudiantes de 4° y 48 estudiantes de 5° del nivel secundario. Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Las edades de los estudiantes varían entre 15 y 17 años a los que se les ofreció participar en la investigación. El 45.8% de la muestra está conformada por varones, y el 54.2% mujeres. (Ver tabla 1)

**Tabla 1**

Análisis sociodemográficos de la población de estudio.

	Hombres %	Mujeres %
Edad		
15	19	22
16	23	27
17	4	5
Grado		
Cuarto	32	44
Quinto	13	11

## RESULTADOS

A continuación, se presentan los resultados descriptivos obtenidos a partir de una muestra de 146 estudiantes de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo.

Respecto al nivel de procrastinación académica la Tabla 2 muestra que el 77.4% de los estudiantes está en un nivel moderado, es decir, en lugar de realizar las tareas se distraen o prefieren hacer otras cosas para posponer sus actividades

académicas, el 16.4% se ubica en un nivel bajo y 6.2% se encuentra en un nivel bajo. Así mismo, en la dimensión autorregulación académica se observa que el 94.5% de los estudiantes presentan un nivel bajo; es decir, que tienen pocas estrategias de aprendizaje para sus actividades académicas. Por último, el 76.7% de los estudiantes se ubican en un nivel alto en la dimensión postergación de actividades, lo que significa que postergan sus tareas académicas, presentación de trabajos, revisión y realización de tareas antes de tiempo.

**Tabla 2**

*Nivel de procrastinación académica en estudiantes de 4° y 5° del nivel secundario de un colegio básico regular de Ilo.*

	Bajo		Moderado		Alto	
	N	%	N	%	N	%
Procrastinación académica	24	16.4	113	77.4	9	6.2
Autorregulación académica	138	94.5	7	4.8	1	.7
Postergación de actividades	11	7.5	23	15.8	112	76.7

Respecto a la Tabla 3, se aprecian los niveles en cuanto a la dependencia al móvil en estudiantes de 4° y 5° de un colegio básico regular de Ilo; en la escala total, el 67.8% de los estudiantes se encuentran en un nivel moderado y representan que son más propensos a descuidar sus actividades escolares. En la dimensión abstinencia se encuentra un 56.2% de estudiantes en nivel moderado. Para la dimensión abuso y dificultad para controlar el impulso 54.8% en un nivel bajo, es decir, utilizan el móvil en cualquier momento y situación y, dificultad para dejar de utilizar el móvil. En cambio, en problemas ocasionados por el uso excesivo presentan un nivel moderado el 71.2%, es decir, existen consecuencias negativas de la utilización excesiva o inapropiada del móvil. Por último, para la dimensión tolerancia el 47.3% se encuentra en un nivel bajo, es decir, utilizan el celular por más tiempo.

**Tabla 3**

*Nivel de dependencia al móvil en estudiantes de 4° y 5° del nivel secundario de un Colegio Básico Regular de Ilo.*

	Bajo		Moderado		Alto	
	N	%	N	%	N	%
Dependencia al móvil	44	30.1	99	67.8	3	2.1
Abstinencia	59	40.4	82	56.2	5	3.4
Abuso – Dificultad para controlar el impulso	80	54.8	62	42.5	4	2.7
Problemas ocasionados por el uso excesivo	19	13.0	104	71.2	23	15.8
Tolerancia	69	47.3	65	44.5	12	8.2

Con el fin de realizar la correlación entre las variables de estudio y contrastar las hipótesis planteadas, se procedió a aplicar la prueba de ajuste para determinar si las variables presentan una distribución normal. Dicha tabla presenta los resultados obtenidos a través de la prueba de bondad de Kolmogorov-Smirnov. Por tanto, se observa que la variable procrastinación académica tiene un p-valor .012 (Sig) y es menor al .05 de significancia; y un p-valor .089 (Sig) de dependencia al móvil es mayor de .05 de significancia. Por lo tanto, la variable procrastinación académica no cumple con el supuesto de normalidad, mientras que la variable dependencia al móvil si cumple el supuesto de normalidad, entonces se elige un estadístico de prueba de hipótesis no paramétrico, es decir, Rho Spearman para probar la correlación entre las variables de estudio.

**Tabla 4**

*Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para los datos de las variables*

	Kolmogorov-Smirnova		
	Estadístico	gl	Sig.
Procrastinación académica	.085	146	.012c
Dependencia al Móvil	.069	146	.089c



En la Tabla 5, se observa que el coeficiente de correlación de Rho de Spearman sugiere la existencia de una relación positiva ( $\rho = .268$ ,  $p = .001$ ) entre las dos variables, lo cual implica que, a mayor procrastinación académica, mayor dependencia al móvil. De manera similar indica que para las dimensiones de dependencia a móvil existe relación positiva; abstinencia ( $\rho = .212$ ,  $p = .010$ ), abuso y dificultad en controlar el impulso ( $\rho = .193$ ,  $p = .019$ ) y tolerancia ( $\rho = .210$ ,  $p = .011$ ), y problemas ocasionados por el uso excesivo ( $\rho = -.094$ ,  $p = .258$ ) no existe relación con significancia.

**Tabla 5**

*Coefficientes de correlación entre procrastinación y dependencia al móvil.*

	Procrastinación Académica	
	rho	Sig.
Dependencia al móvil	.268**	.001
Abstinencia	.212	.010
Abuso y dificultad en controlar el impulso	.193	.019
Problemas ocasionados por el uso excesivo	-.094	.258
Tolerancia	.210	.011

## DISCUSIÓN

En la presente investigación, se analizó la correlación entre procrastinación académica y dependencia al móvil con una muestra de 146 estudiantes de 4° y 5° del nivel secundario de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo, encontramos que el estudio evidencia una correlación positiva ( $\rho = .268$ ,  $p = .001$ ). Esto quiere decir que los adolescentes de dicho estudio suelen posponer sus actividades académicas por darle mayor importancia al uso del celular. Estos resultados se contrastan con los datos de Ugaz & Lizana (2018), donde los resultados evidenciaron relación altamente significativa ( $r = .275$ ,  $p < .01$ ) con las mismas variables de nuestro estudio. De la misma manera, Fernández y Quevedo (2018) coinciden en la relación significativa entre dependencia a las redes sociales y procrastinación académica. De acuerdo a la investigación, los estudiantes no suelen considerar sus actividades académicas como importantes y por ello suelen posponerlas sin que exista razón para ello (Natividad, 2014) y realizar actividades de ocio como las redes sociales o el celular que conlleva consecuencias de pérdida de confianza en uno mismo, estados de inquietud, insatisfacción por resultados negativos y bajo rendimiento académico (De la Vega, 2013). Esto es acorde con lo que en este estudio se halla.

En respuesta a la primera hipótesis específica de la investigación, si existe relación significativa

entre procrastinación académica y abstinencia en estudiantes del 4° y 5° del nivel secundario de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo; el hallazgo que se obtuvo es que existe correlación significativo ( $\rho = .212$ ,  $p = .010$ ), entre ambas variables. Esto quiere decir que voluntaria e innecesariamente se retrasan las tareas. Estos resultados se pueden corroborar con los hallados por Castro & Mahamud, (2017), quienes realizaron una investigación titulada Procrastinación Académica y Adicción a Internet en Estudiantes Universitarios de Lima Metropolitana en una muestra de 168 estudiantes de ambos sexos, con edades entre 18 y 25 años, los resultados muestran una relación significativa y positiva entre procrastinación académica y adicción a internet, señalan además, que más de la mitad de los evaluados presenta problemas en la autorregulación de las conductas académicas y éste se relaciona directamente con la ausencia de control relacionado al uso del internet, así mismo los estudiantes intentan controlar el uso al internet pero sin éxito. Luego de analizar los resultados, se puede resaltar que los estudiantes perjudican el cumplimiento de sus tareas y actividades académicas debido a la falta de control en el uso del móvil.

Respecto a la segunda hipótesis específica que considera a la procrastinación académica y abuso - dificultad en controlar el impulso en estudiantes del 4° y 5° del nivel secundario de un colegio básico regular de la ciudad de

llo se halló relación significativa ( $\rho = .193$ ,  $p = .019$ ), entre ambas variables, lo que implica que dejar a un lado las actividades académicas está relacionado con dificultades para dejar de utilizar el móvil. Estos resultados concuerdan con los hallados por Chambi y Sucari (2017) quienes presentaron una investigación titulada Adicción al Móvil, Dependencia al Móvil, Impulsividad y Habilidades Sociales en una muestra de estudiantes pre-universitarios, los resultados presentaron correlación entre dependencia al móvil y adicción a internet ( $r = .528$ ,  $p < .05$ ); adicción a internet e impulsividad ( $r = -.262$ ,  $p < .05$ ), así como dependencia al móvil y habilidades sociales ( $r = -.205$ ,  $p < .05$ ), de esta manera la impulsividad está relacionada con actividades que requieran mantener un determinado tiempo o frecuencia y, por lo tanto, serán menos eficientes en las tareas que dependan de esta característica. En tal sentido, bajo lo referido anteriormente y al analizar los resultados, confirmamos que postergar actividades está relacionada con la dificultad en controlar el impulso.

Respecto a la tercera hipótesis referida a la procrastinación y problemas ocasionados por el uso excesivo en estudiantes del 4° y 5° del nivel secundario de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo no se halló relación significativa ( $\rho = -.094$ ,  $p = .258$ ). Esto quiere decir que actividades importantes postpuestas o retrasadas no están relacionadas con las consecuencias negativas que tiene la utilización excesiva o inadecuada del móvil. Capilla & Cubo (2017) mencionaron que el uso del celular no sólo tiene fines de ocio, sino también se pueden realizar distintas tareas diariamente, y mientras que para algunas personas es innecesario su uso para otras es imprescindible. Entonces, después de lo anteriormente citado y al analizar la reseña, se puede comprender que los jóvenes no lo ven como un problema para postergar sus actividades, sino que éste mismo es de ayuda y/o hasta necesario para sus actividades académicas y vida diaria.

Finalmente, procrastinación académica y tolerancia en estudiantes del 4° y 5° del nivel secundario de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo, los resultados obtenidos evidencian que si existe relación significativa ( $\rho = .210$ ,  $p = .011$ ) entre ambas variables; esto quiere decir que el incumplimiento de las tareas o trabajos académicos está relacionado a la necesidad de utilizar cada vez más el móvil para conseguir

la misma satisfacción y el uso moderado de la misma no sea suficiente. Así mismo, Chóliz y Villanueva (2011) hallaron correlación positiva entre dependencia al móvil, y cada uno de sus factores con parámetros básicos de uso del celular. Actualmente los móviles no se limitan a comunicación interpersonal, sino que poseen una accesibilidad versátil mostrándose atractivo e indispensable para nuestra vida cotidiana por el acceso a internet, y esto origina de manera exagerada una dependencia al uso del aparato (Ticona & Tupac, 2016). Después de analizar reseñas, se ha confirmado que los adolescentes manifiestan mayor dependencia e inquietud en caso de no tener acceso al móvil.

### **Declaración de financiamiento y de conflictos de interés:**

El estudio fue financiado por los autores, quienes declaran no tener conflictos de interés.

### **Correspondencia**

**Luis Eduardo Rios Sanchez**

Correo electrónico:  
luis.rios.psico@gmail.com

**Juan Gluder Allicca Flores**

Correo electrónico:  
juan.af.psico@gmail.com

**Rosa María Alfaro Vásquez**

Correo electrónico:  
rav@upeu.edu.pe

## **REFERENCIAS**

- British Broadcasting Corporation. (14 de enero de 2017). BBC MUNDO. Obtenido de NEWS MUNDO: <https://www.bbc.com/mundo/noticias-38597625>
- Castro Bolaños, S., & Mahamud Rodríguez, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Avances en Psicología*, 25(2), 189–197. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2017.v25n2.354>
- Capilla Garrido, E., & Cubo Delgado, S. (enero de 2017). Phubbing. Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Pixel-Bit. Revista de Medios y Educación* (50), 173-185.

- Chambi Puma, S., & Sucari Huanca, B. A. (2017). Adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en preuniversitarios de la Institución Educativa Privada Claudio Galeno, Juliaca 2017. Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión, Juliaca.
- Chóliz Montañes, M., & Villanueva Silvestre, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencia*, 36(2), 165-183. Obtenido de [https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2\\_3.pdf](https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2_3.pdf)
- Choliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Prog Health Sci*, 33-44.
- Contreras, H. (2011). Procrastinación en el estudio: exploración del fenómeno en adolescentes escolares. *Revista Peruana de Epidemiología*, 15(3), 1-15. Obtenido de [https://www.academia.edu/25090577/Procrastinaci%C3%B3n\\_en\\_el\\_estudio\\_exploraci%C3%B3n\\_del\\_fen%C3%B3meno\\_en\\_adolescentes\\_escolarizados.\\_Lima\\_Metropolitana\\_Per%C3%BA](https://www.academia.edu/25090577/Procrastinaci%C3%B3n_en_el_estudio_exploraci%C3%B3n_del_fen%C3%B3meno_en_adolescentes_escolarizados._Lima_Metropolitana_Per%C3%BA)
- De la Vega, R. (2013). *Bios en sus mind: Un sistema integral para posibilitar tu vidas*. Madrid: Instituto posibilidades.
- Díaz Morales, J. F. (2019). Procrastinación: Una Revisión de su medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 43-60.
- Domínguez Lara, S. A., Villegas García, G., & Centeno Leyva, S. B. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. Lima: Universidad Inca Garcilaso de la Vega.
- Dominguez-Lara, S. A. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *EVALUAR*, 27-38.
- Fernández Toscano, J. K., & Quevedo López, X. D. (2018). Dependencia a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios. Pimentel.
- Guzmán, D. (2013). Procrastinación: una mirada clínica. Obtenido de <http://www.isep.es/tesina/procrastinacion/>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (Diciembre de 2019). INEI. Obtenido de Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares: <https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/02-informe-tecnico-tic-i-trimestre-2021.pdf>
- Liu, L. Q., Min, G., Yue, S. T., & Cheng, L. S. (2018). The influence of mobile phone addiction on procrastination: A moderated mediating model. *Journal of Ergonomics*, 8(3), 10000232.
- Mamani Oliva, M. C. (2018). Adaptación del test de dependencia del móvil (TDM) en estudiantes de secundaria de cinco instituciones educativas públicas, UGEL 01, 2018. Universidad César Vallejo.
- Mantalinare Calvet, M. L., Díaz Acosta, A. G., Rivas Díaz, L. H., Dioses Chocano, A. S., Arenas Iparraguirre, C. A., Raymundo Villalba, O., . . . Fernández, E. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y postgrado de Lima. *Horizonte De La Ciencia*, 7(13), 63-81.
- Natividad, L. (2014). Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios. Valencia: Tesis Doctoral, Facultad de Psicología. Obtenido de <http://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/37168/Tesis%20Luis%20A.%20Natividad.pdf?sequence=1>
- Núñez Gumán, R. L., & Cisneros Chavez, B. C. (2019). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Nuevas Ideas en Informática Educativa*, 15, 114-120.
- Quiñones, M. (2018). Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo (Tesis de pregrado). Universidad Privada de Antenor Orrego, Trujillo, Perú.
- Ramos Galarza, C., Jadán Guerrero, J., Paredes Núñez, L., Bolaños Pasquel, M., & Gómez García, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 43(3), 275-289.
- Sirois, F. M., & Pychyl, T. A. (2016). Procrastination, health, and well-being. Elsevier Academic Press, 163-188.
- Solomon, L., & Rothblum, E. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 503-509.
- Talledo, K. (2017). Optimismo disposicional y procrastinación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Lima, 2015 (Tesis de Maestría). Lima: Universidad César Vallejo.
- Ticona Choque, Y. G., & Tupac Mamani, E. J. (2016). Características del uso y dependencia al móvil en estudiantes de enfermería. Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Agustín, Arequipa.



- Trujillo-Chumán, K., Noé-Grijalva, M., Universidad César Vallejo-Perú, & Universidad César Vallejo-Perú. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 15(1), 98. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.189>
- Ugaz Villacorta, Y., & Lizana Lozano, D. (2018). Procrastinación académica y dependencia al móvil en los estudiantes del 4to y 5to grado del nivel secundario de la Institución Educativa Emblemático Serafín Filomeno, Moyobamba, 2018. Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión, Morales.
- Villanueva Silvestre, V. (2012). Programa de prevención del abuso y la dependencia del teléfono móvil en población adolescente. Tesis de doctorado, Universidad de Valencia, Valencia.

Recibido: 13/12/2021  
Aceptado: 02/04/2022