



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES
SOCIALES E INTERNET EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO”**

Requisito previo para optar por el Título de Licenciada en Psicología Clínica

Modalidad: Artículo Científico

Autora: Bedón Cando, Janis Carolina

Tutora: Ps. Cl. Mg. Flores Hernández Verónica Fernanda

Ambato – Ecuador

Marzo- 2023

APROBACIÓN DEL TUTOR

En calidad de Tutor del artículo académico sobre el tema:
“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES E INTERNET EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO” de Bedón Cando Janis Carolina estudiante de la Carrera de Psicología Clínica, considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometida a la evaluación del jurado examinador designado por el Honorable Consejo Directivo de la Facultad de Ciencias de la Salud.

Ambato, marzo 2023

LA TUTORA

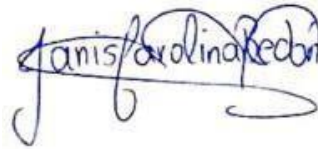
Ps. Cl. Mg. Flores Hernández Verónica Fernanda

AUTORÍA DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Los criterios emitidos en el artículo académico: **“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES E INTERNET”** como también el contenido, ideas, análisis, conclusiones y recomendaciones son de exclusiva responsabilidad de mi persona como autor de este trabajo de grado.

Ambato, marzo 2023

LA AUTORA

A handwritten signature in blue ink that reads "Janis Carolina Bedón". The signature is written in a cursive style with a horizontal line crossing through the middle of the text.

Bedón Cando Janis Carolina

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Ps. Cl. Mg. Flores Hernández Verónica Fernanda con C.I: 180415284-9 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“PROCRASTINACION ACADÉMICA Y RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES E INTERNET EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO”**, autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura consulta y proceso de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, marzo de 2023

LA TUTORA

Ps. Cl. Mg. Flores Hernández Verónica Fernanda

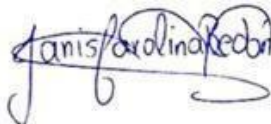
CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR

Yo, Bedón Cando Janis Carolina C.I: 1804376851 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación **“PROCRASTINACION ACADÉMICA Y RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES E INTERNET EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO”**, autorizo a la Universidad Técnica de Ambato, para que haga de este Artículo Científico o parte de él, un documento disponible con fines netamente académicos para su lectura consulta y proceso de investigación.

Cedo una licencia gratuita e intransferible, así como los derechos patrimoniales de mi Artículo Científico a favor de la Universidad Técnica de Ambato con fines de difusión pública; y se realice su publicación en el repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, siempre y cuando no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor, sirviendo como instrumento legal este documento como fe de mi completo consentimiento.

Ambato, marzo de 2023

LA AUTORA



Bedón Cando Janis Carolina
C. 1804376851

APROBACIÓN DEL JURADO EXAMINADOR

Los miembros del Jurado Examinador aprueban el artículo académico sobre el tema:
“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y EL RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES E INTERNET EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO de Bedón Cando Janis Carolina, estudiante de la Carrera de Psicología Clínica.

Ambato, marzo 2023

Para constancia firman

PRESIDENTE/A

1er VOCAL

2do VOCAL

DEDICATORIA

A mi ángel en el cielo, mi mami, por ser mi confidente y mejor amiga, que creyó en mí, me apoyo y motivo en todo momento. El resultado de este trabajo refleja todo lo que me ha enseñado al ser un ejemplo de lucha, fortaleza, dedicación y una gran persona. A quien extraño, amo infinitamente y es mi motor para seguir adelante.

A Marco, mi padre por confiar en mí, amarme, protegerme, darme ánimos y consentirme siempre.

A Magdalena, mi abuelita por estar pendiente de mí y de lo que me hacía falta, dedicarme su tiempo, amor, sabios consejos y estar conmigo en los momentos más difíciles.

A Gabriel, mi hermano por su apoyo incondicional y ser un pilar fundamental en estos momentos difíciles que hemos atravesado. Ojalá podamos estar juntos otra vez.

A Samara a quien a pesar de la distancia física llevo siempre en mi corazón.

A Emelyn y Doménica por llegar a mi vida y

compartir momentos de alegría y tristeza. Lo quiero.

A mis amados Lili, Pompón y Tomás por amarme incondicionalmente, quienes cada que regresaba a casa de la universidad me recibían con sus colitas llenas de alegría y se desvelaban junto a mi hasta que culmine mis tareas.

A toda mi familia por estar siempre pendiente de mí.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por las permitirme llegar a este momento tan satisfactorio en mi vida profesional. Por las bendiciones y los obstáculos que me han permitido ser más fuerte.

A mi madre, quien a pesar de las adversidades logro salir adelante haciendo que nunca me falte nada, por todos los años que estuvo conmigo celebrando mis logros e impulsándome a seguir y nunca rendirme. Sé que desde el cielo me guía y me bendice.

A mi padre, mi abuelita, mi hermano y mi sobrina que me acompañaron y apoyaron durante mi trayectoria escolar.

De manera especial, a mi tutora Ps. Cl. Mg. Fernanda Flores por compartir sus conocimientos y valiosas aportaciones que me permitieron culminar con este proyecto.

A todos los profesores por todos los conocimientos que me han otorgado

A Emelyn y Doménica gracias por su amistad sincera. Entre risas, bromas y sustos logramos concluir con esta etapa especial en nuestras vidas.

A mi familia, por su apoyo y palabras de aliento.

Índice de contenido

Resumen.....	1
Abstract	2
<i>INTRODUCCIÓN</i>	3
<i>MÉTODO</i>	7
<i>RESULTADOS</i>	9
Tabla 1.....	9
Tabla 2.....	9
Tabla 3.....	10
Tabla 4.....	10
Tabla 5.....	11
DISCUSIÓN	11
<i>REFERENCIAS</i>	14

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y RIESGO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES
E INTERNET EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO**

**ACADEMIC PROCRASTINATION AND RISK OF ADDICTION TO SOCIAL NETWORKS
AND INTERNET IN HIGH SCHOOL STUDENTS**

Janis Carolina Bedón-Cando

Universidad Técnica de Ambato

janisbedon16@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9674-4992>

Ambato – Ecuador

(+593)99590081

Verónica Fernanda Flores - Hernández

Universidad Técnica de Ambato

vf.flores@uta.edu.ec

Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6409-0728>

Grupo de investigación NUTRIGENX

Ambato – Ecuador

(+593)995835859

Artículo recibido: 14 de diciembre de 2022. Aceptado para publicación: 18 de enero de 2023.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

RESUMEN

La investigación se centró en el estudio de la procrastinación académica que se define como la postergación voluntaria de tareas académicas y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet que en los últimos años ha aumentado significativamente entre los jóvenes provocando dependencia a estos sitios. El objetivo general fue determinar la existencia de la relación entre la autorregulación académica, postergación de actividades que son parte de la procrastinación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales en estudiantes de bachillerato. El enfoque fue cuantitativo, con diseño no experimental, de tipo descriptivo-correlacional y transversal. Se evaluó a 205 estudiantes de ambos sexos, con edades comprendidas entre los 15 a 18 años.

Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en versión adaptada y la Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet (ERA-RSI). Los hallazgos con respecto al objetivo general permitieron determinar que no existe correlación entre la autorregulación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet ($\rho = -0.127$; $p = .070$), por otro lado, existe una correlación positiva entre postergación de actividades y riesgo de adicción a las redes sociales e internet ($\rho = 0.349$; $p < .001$), respecto a los objetivos específicos el nivel predominante de autorregulación académica es el medio con el 53.7%, en postergación de actividades es el alto con el 51.2%, además no se encontró una diferencia estadísticamente significativa de riesgo de adicción a las redes sociales e internet entre hombres y mujeres.

PALABRAS CLAVES: PROCRASTINACIÓN, AUTORREGULACIÓN, POSTERGACIÓN, ADICCIÓN, ESTUDIANTES.

ABSTRACT

The research focused on the study of academic procrastination, which is defined as the voluntary procrastination of academic tasks and the risk of addiction to social networks and the Internet, which in recent years has increased significantly among young people, causing dependence on these sites. The general objective was to determine the existence of the relationship between academic self-regulation, procrastination of activities that are part of academic procrastination and the risk of addiction to social networks in high school students. The approach was quantitative, with a non-experimental, descriptive-correlational and cross-sectional design. A total of 205 students of both sexes, aged between 15 and 18 years, were evaluated. The instruments used were the Academic Procrastination Scale (EPA) in its adapted version and the Adolescent Risk of Addiction to Social Networks and the Internet Scale (ERA-RSI). The findings with respect to the general objective allowed us to determine that there is no correlation between academic self-regulation and the risk of addiction to social networks and the internet ($\rho = -0.127$; $p = .070$), on the other hand, there is a positive correlation between procrastination and risk of addiction to social networks and the internet ($\rho = 0.349$; $p < .001$), regarding the specific objectives the predominant level of academic self-regulation is medium with 53.7%, in procrastination is high with 51.2%, also no statistically significant difference was found in the risk of addiction to social networks and internet between men and women

KEY WORDS: PROCRASTINATION, SELF-REGULATION, PROCRASTINATION, ADDICTION, STUDENTS.

INTRODUCCIÓN

La vida educativa cumple un papel crucial dado que las decisiones académicas que se tomen en esta etapa marcarán el rumbo de su vida. En este periodo, existen varios factores de riesgo que pueden perjudicar el desarrollo académico del adolescente. Entre estos comportamientos se pueden encontrar el consumo de sustancias, la participación en pandillas y la adicción a las redes sociales e internet. Todos estos componentes afectan de manera negativa al área social, psicológica y biológica de la persona deteniendo su proceso académico (Demir & Kutlu, 2018).

La procrastinación proviene del verbo latino *procrastinare* que significa “dejar algo para el día siguiente” (Rodríguez Camprubí & Clariana Muntada, 2017). Esta conducta tiene sus orígenes desde el comienzo de la humanidad, sin embargo, era vinculada a la pereza, el repudio, lentitud y fracaso ante lo que había que luchar (Ramírez et al., 2020).

En el ámbito escolar, consiste en posponer de forma voluntaria la realización de actividades escolares, prefiriendo realizar tareas menos importantes que generan satisfacción de manera inmediata (Jones & Blankenship, 2017).

Como fenómeno psicológico incluye aspectos cognitivos, afectivos y conductuales (Vargas, 2017). Dentro del aspecto cognitivo, están las ideas irracionales, dificultad en la toma de decisiones, temor a fracasar y neuroticismo. El componente afectivo está relacionado con la baja autoestima, frustración, ansiedad. La base del componente conductual es la autorregulación (Lenggono & Tentama, 2020).

La procrastinación académica cuenta con dos dimensiones: postergación de actividades y autorregulación académica (Ramírez et al., 2020). La autorregulación académica se refiere a conductas autogeneradas, mediante las cuales los estudiantes buscan alcanzar sus objetivos escolares a través estrategias como la planificación del tiempo, supervisión de su aprendizaje, utilización de recursos, autoeficacia. Sin embargo, si el estudiante no conocimiento sobre su proceso y estrategias de aprendizaje tendrá dificultad para autorregularse académicamente (Panadero, 2017) .

Por otro lado, la postergación de actividades se refiere a posponer o dejar inconclusas las tareas académicas de manera voluntaria sustituyéndolas por otra actividad, tales como el internet, los libros, videojuegos, entre otros, donde se evaden las responsabilidades educativas debilitando el proceso académico (Ramírez et al., 2020).

Para sintetizar, la procrastinación académica es el resultado de una autorregulación académica insuficiente, que provoca que la persona retrase la finalización de tareas o actividades escolares, a pesar de que conoce que tendrá un efecto negativo no solo en su desempeño académico sino en otras áreas como la social, familiar y laboral, así como en su salud mental y física ocasionando estrés, ansiedad, depresión (Laureano & Ampudia, 2019).

En la investigación de Nabarro y Iizarbe en el año 2020 denominada Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima aplicada a 280 participantes se obtuvo que existe una relación significativa entre la procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes ($\rho=.118$; $p=0.05$), de igual forma entre la postergación de actividades y ansiedad ante los exámenes ($\rho=.152^*$; $p=.011$) es positiva, por otro lado la autorregulación académica no se relaciona con la ansiedad ante los exámenes ($\rho=.091$; $p=.131$) (Nabarro & Iizarbe, 2020).

Algo semejante investigo Quispe et al. en 2021, quienes realizaron un estudio con una población de 338 participantes, titulado Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria, donde hallaron que la no predomina el nivel alto de procrastinación en los evaluados (Quispe et al., 2021).

De la misma forma, Sánchez et al. en el año 2021 en la investigación Procrastinación académica y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo con una muestra de 146 adolescentes, donde se concluyó que existe una relación positiva y significativa entre ambas variables ($\rho=.268$; $p=.001$), es decir, que a mayor procrastinación académica, mayor dependencia al celular (Sanchez et al., 2021)

En cuanto al internet es una herramienta tecnológica del conocimiento que sirve como medio de información, comunicación y comercio, siendo las redes sociales aplicaciones que son utilizadas a través de internet (Sahin, 2018).

El riesgo es cualquier conducta que puede provocar consecuencias adversas, se cree que la adolescencia es el periodo donde una persona corre la mayor parte de riesgos, por ejemplo, el estar expuestos a sufrir síntomas de adicción (Willoughby et al., 2021).

En cuanto a la adicción es un comportamiento repetitivo de una actividad caracterizado por provocar un estado placentero subjetivo, sin embargo, a largo plazo produce daños significativos en la conducta, las relaciones interpersonales y una respuesta emocional disfuncional (Tateno et al., 2019). Aunque se piensa que las adicciones solo implican el consumo de sustancias, las practicas incontrolables también lo son (Neverkovich et al., 2018).

La adicción a las redes sociales e internet se producen cuando la persona pasa demasiado tiempo en estas plataformas virtuales, esta fue investigada por primera vez en 1996 y sus resultados fueron presentados en la Asociación Americana de Psicología, los signos clínicos obtenidos fueron similares a los criterios del DSM-IV para el juego patológico (Young, 1998). Desde entonces, se han hecho varios estudios para determinar los signos y síntomas que diferencien el uso normal y patológico del uso del internet.

Existen varios factores que son predisponentes para adoptar estas conductas de riesgo, entre las que destacan: la baja autoestima, timidez, falta de habilidades sociales, introversión, depresión, familias disfuncionales, uso inadecuado del libre, procrastinación académica, entre otras (Traş & Gökçen, 2020).

Al igual que el resto de las adicciones cuenta con componentes como la tolerancia (en donde se elevan las horas de conexión a las redes para sentirse a gusto), dependencia (es decir, cuando se ha perdido el control del uso y se experimentan resultados problemáticos) y síndrome de abstinencia (al dejar la adicción la persona sufre de síntomas físicos y psicológicos que afectan su conducta) (Kiefer et al., 2019).

Hasta el día de hoy el Manual de Diagnóstico y Estadístico de Trastornos mentales DSM-5 no ha incorporado una categoría específica para la adicción al internet, debido a esto Peris., et al (2018) expone cuatro dimensiones para evaluar el riesgo de adicción a las redes sociales e internet. La primera dimensión se refiere a los síntomas de adicción hacia la tecnología, El segundo factor es el uso social a través del internet y las redes sociales. El tercero son los rasgos frikis, en donde se determina el tiempo empleado en videojuegos y paginas eróticas. El cuarto factor es la nomofobia, es decir, la ansiedad que la persona tiene por usar el celular.

En la investigación de Solís et al. titulada Apoyo social percibido y riesgo de adicción a redes sociales en estudiantes de una institución pública de Haquira, 2021, conformada por 253 participantes que buscaba determinar si existe una relación entre el apoyo social percibido y el riesgo de adicción a las redes sociales, se concluyó un nivel de confianza del 95% en donde, existe una relación indirecta, es decir, a mayor apoyo social de familiares y allegados menor riesgo de adicción a las redes sociales existe (Solís Baltazara & Quispe Mamani, 2022).

Contrastándose con el estudio de Klimenko et al. en la investigación titulada Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado, en el cual participaron 221 personas que pretendieron valorar el riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales, los autores llegaron a la conclusión de que la falta de habilidades sociales podrían estar directamente relacionadas al aumento de la adicción a las redes sociales e internet (Klimenko et al., 2021).

Procrastinación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet que son las variables de interés llegaron a relacionarse en el estudio de Cahuana y Ricaldi denominado Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019, con una muestra de 113 adolescentes, en donde se obtuvo una relación directa y significativa entre las variables de estudio, concluyendo que el 43.4% de los estudiantes presentan un nivel de adicción medio, el 30.1% adicción alta y el 26.5% una adicción baja (Cahuana Cuti & Ricaldi, 2019).

En la investigación titulada El papel de la adicción a internet y las necesidades psicológicas básicas en la explicación del comportamiento de procrastinación académica de los adolescentes realizada en 914 estudiantes donde se concluyó que existe una relación significativa y positiva entre la adicción al internet y la procrastinación académica ($r=0,435$; $p<0,01$) (Can & Zeren, 2019).

La presente investigación es trascendental debido a que muy pocos estudios han investigado el impacto de la procrastinación académica y el riesgo de las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato, dos temas que preocupan en la actualidad, sin embargo, los adolescentes no son conscientes de las consecuencias negativas que traerán estos comportamientos con el transcurso del tiempo por lo que muchas veces no buscan soluciones y las toman como constante de su diario vivir.

Por lo tanto, los objetivos de esta investigación son determinar la relación que existe entre autorregulación académica, postergación de actividades que son parte de la procrastinación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales en estudiantes de bachillerato. Se estableció además identificar el nivel predominante de autorregulación académica, evaluar el nivel predominante de postergación de actividades y comparar las medias de puntuación de los niveles de postergación de actividades en hombres y mujeres estudiantes de bachillerato.

MÉTODO

El enfoque de la investigación es cuantitativo porque se recogerán y analizarán datos numéricos a través de los instrumentos antes mencionados, los cuales han sido validados y estandarizados. El alcance es descriptivo-correlacional como se menciona se espera describir las características, propiedades y medir el grado de relación que existen entre dichas variables. En cuanto al diseño se trata de un estudio no experimental porque no existirá manipulación de las variables y transversal ya que se aplicarán la Escala de Procrastinación Académica y la Escala de riesgo-adolescente en una sola ocasión (Hernández Sampieri & Mendoza, 2018).

La muestra del estudio está conformada por 205 participantes, que se encontraban cursando el primero, segundo y tercero de bachillerato de la Unidad Educativa “Juan Montalvo”. de los cuales 151 (73.7%) son hombres y 54 (26.3%) son mujeres. La edad mínima es de 15 años, la máxima es de 18 años con una media de 16.2 y una desviación estándar de 0.817.

Se utilizó un muestreo aleatorio simple donde los estudiantes fueron elegidos a través de criterios de selección como el estar matriculados legalmente en el año lectivo en curso, tener la autorización de sus padres por medio de la carta de consentimiento informado, poseer computadores o celulares con acceso a internet y redes sociales, quedando excluidos aquellos alumnos que no hayan llenado de forma correcta los instrumentos aplicados, presenten alguna limitación física o intelectual, que no tengan redes sociales o que no deseen participar.

Para el proceso de recolección de información, inicialmente, se solicitó la autorización del rector de la unidad educativa, posteriormente fue enviado el consentimiento informado a los padres de familia de los alumnos.

La recolección de datos se llevó a cabo en las horas académicas de los estudiantes, se les p su consentimiento informado, se les detalló los objetivos de la investigación y las directrices de cada instrumento de evaluación y se procedió a aplicar los cuestionarios.

Finalmente se eliminaron los test que no estaban correctamente llenos y los datos fueron ingresados en forma nominal y numérica a una hoja de Excel y posteriormente procesados con el programa estadístico Jamovi 2.3.18. Para la prueba de normalidad se utilizó la prueba estadística Shapiro-Wilk, los resultados arrojaron que no existe normalidad en las variables por lo que se empleó la prueba Rho de Spearman, determinando que existe una correlación positiva entre la postergación de actividades y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet, por otro lado, existe una relación negativa entre la autorregulación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet.

Para la evaluación de primera variable, se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) adaptada por Domínguez, Villegas y Centeno (2014) que permite determinar el nivel de procrastinación académica permitiendo un acercamiento a la conducta escolar del estudiante, está constituida por 12 ítems que son respondidos en una escala tipo Likert con cinco opciones de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi Siempre y Siempre) y posee dos dimensiones: Postergación de actividades (tres ítems) y Autorregulación Académica (nueve ítems). Su calificación es directa a mayores puntajes, mayor en la conducta evaluada. La forma de aplicación es individual o colectiva con un tiempo aproximado entre 10 a 15 minutos. Posee un alfa de Cronbach de 0.816 (Lara et al., 2014).

La Escala de riesgo de adicción-adolescentes a las redes sociales e internet (ERA-RSI) elaborada por Peris, Maganto y Garaigordobil en 2018, se usó para la segunda variable, posee 29 ítems con cuatro opciones de respuesta (Siempre o mucho, Bastantes veces o bastante, Alguna vez o poco, Siempre o mucho) que tienen como objetivo determinar el riesgo de adicción a las redes sociales e internet en adolescentes, estos ítems están constituidos por cuatro dimensiones: síntomas-adicción (nueve ítems) , uso-social (ocho ítems) , rasgos frikis (seis ítems) y nomofobia (seis ítems). El puntaje se obtiene después de sumar los ítems y el puntaje directo es transformado a percentiles según el sexo de la persona. La forma de aplicación es individual o colectiva con un tiempo aproximado de 15 a 25 minutos. Presenta un alfa de Cronbach de 0.90 (Peris et al., 2018).

RESULTADOS

A continuación, se realiza el análisis de los resultados obtenidos de la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptada por Domínguez y la Escala de Riesgo de Adicción-adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-SRI). En primer lugar, describen los resultados obtenidos de la evaluación del nivel de autorregulación académica y la comparación de las medias de puntuación para los niveles de postergación de actividades y riesgo de adicción a las redes sociales e internet. Posteriormente, se realiza un análisis correlacional entre la postergación de actividades y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet.

Tabla 1.

Descripción de los niveles de autorregulación académica

Nivel de autorregulación académica	Frecuencias	% del Total
Nivel bajo	58	28.3 %
Nivel medio	110	53.7 %
Nivel alto	37	18.0 %

De los 205 estudiantes que corresponden al 100% de la población evaluada se obtuvo que el nivel de autorregulación académica medio es el predominante con una valoración de 53.7%, seguido por el nivel bajo con un 28.3% y un nivel alto con un 18%. Dichos resultados permiten inferir que la mayor parte de la población evaluada muestra estrategias escolares adecuadas como son la planificación del tiempo, autoeficacia, utilización de recursos.

Tabla 2.

Descripción de los niveles de postergación de actividades

Nivel postergación de actividades	Frecuencias	% del Total
Nivel bajo	69	33.7 %
Nivel medio	31	15.1 %
Nivel alto	105	51.2 %

Del total de los evaluados se observa que el nivel de postergación de actividades alto es el predominante con el 51.2% que corresponde a 105 evaluados, seguido del nivel bajo con un

33.7% que corresponde a 69 evaluados y finalmente se encuentra el nivel medio con un 15. que corresponde a 31 evaluados, estos datos permiten inferir que los evaluados mayormente dejan inconclusas sus tareas académicas.

Tabla 3.

Descripción de las medias según el sexo

	Grupo	N	Media	Mediana
Riesgo de adicción a las redes sociales e internet	Hombres	151	49	48.5
	Mujeres	54	48.7	48

La tabla 3 permite evidenciar la comparación de medias de puntuación entre los grupos de mujeres y hombres con respecto a la variable riesgo de adicción a las redes sociales e internet, en donde las mujeres representan una media de 48.7 que corresponde a 54 evaluados, y los hombres representan una media de 49 que corresponden a 151 evaluados.

Tabla 4.

Riesgo de adicción a las redes sociales e internet según el sexo de los participantes de bachillerato.

Prueba T para Muestras Independientes

		Estadístico	gl	p
Total escala de adicción a las redes sociales e internet	T de Welch	-0.197	75.6	0.844

Con el propósito de comparar de riesgo de adicción a las redes sociales e internet en hombres y mujeres de bachillerato primero se realizó el análisis de normalidad con la prueba de Shapiro-Wilk en donde se obtuvo una significancia ($p < 0.05$) presentando una distribución no normal. Por lo tanto, para el análisis estadístico se empleó la prueba no paramétrica T de Welch, los resultados revelan que no hay diferencia estadísticamente significativa de riesgo de adicción a las redes sociales e internet entre hombres y mujeres ($t = -0.197; p > 0.05$).

Tabla 5.

Correlación entre la autorregulación académica, postergación de actividades y adicción a las redes sociales e internet

		Total de autorregulación académica	Total de postergación de actividades
Total escala de riesgo de adicción a las redes sociales e internet	Rho de Spearman	-0.127	0.349 ***
	valor p	0.070	<.001

Nota. * $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

En cuanto a la comprobación de la hipótesis, en primera instancia se aplicó la prueba de normalidad Shapiro-Wilk para las variables postergación de actividades ($p = .002$), autorregulación académica ($p < 0.001$) y riesgo de adicción a las redes sociales e internet ($p < .005$) teniendo como resultado una distribución no normal, por ello se procede a utilizar la prueba rho de Spearman para variables no normales. A partir de la tabla 5 se estableció que no existe correlación entre la autorregulación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet ($\rho = -0.127$; $p = .070$), es decir los evaluados que presentar mayor autorregulación académica presentan menor riesgo de adicción a las redes sociales e internet, no obstante, existe una relación moderadamente significativa entre la postergación de actividades y el riesgo de adicción a las redes sociales ($\rho = 0.349$; $p < .001$) entonces los participantes que más postergan las actividades académicas tienen mayor riesgo de adicción a las redes sociales e internet.

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre postergación de actividades, autorregulación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato, donde se encontró que existe una correlación negativa entre la autorregulación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales ($\rho = -0.127$; $p = .070$), lo que quiere decir que mientras más autorregulación académica tengan los evaluados menor será el riesgo de adicción a las redes sociales e internet.

Con respecto a la dimensión de postergación de actividades y el riesgo de adicción a las redes sociales existe una relación directa y moderadamente significativa ($\rho = 0.349$; $p < .001$) reflejando que mientras mayor postergación de actividades exista mayor será el riesgo de adicción a las redes sociales e internet; estos resultados se asemejan a lo encontrado por Cahuana y Ricaldi (2019) en el estudio denominado Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa de Arequipa con una muestra de 113 adolescentes, donde encontraron una relación positiva y medianamente significativa entre el riesgo de adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ($\rho = 0.297$; $p < 0.05$), es decir, a mayor procrastinación académica mayor nivel de adicción a las redes sociales existe.

En el mismo contexto, los resultados similares fueron encontrados en la investigación de Can y Zeren (2019) denominada El papel de la adicción a internet y las necesidades psicológicas básicas en explicación del comportamiento de procrastinación académica de los adolescentes que fue aplicada a 914 estudiantes de diferentes escuelas secundarias de Turquía, donde se concluyó que existe una relación significativa positiva y de nivel medio ($r = 0.435$; $p < 0.01$) entre la procrastinación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales. Estas investigaciones permiten obtener un resultado concluyente que, a pesar de ser diferentes contextos, en los estudiantes evaluados existe una relación positiva entre la procrastinación académica y el riesgo de adicción y las redes sociales.

Con relación a la dimensión autorregulación académica el 53.7% presentan un nivel medio, siendo el que más prevalece en la población estudiada, este resultado es consistente a lo hallado por Quispe et al. (2021) en la investigación Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria encontró que la dimensión autorregulación académica en los 338 estudiantes destaca el nivel medio con el 54%. Estos resultados no son consistentes con Sánchez et al. (2021) en el estudio titulado Procrastinación académica y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo revelaron que en los participantes existe mayoritariamente un bajo nivel de autorregulación académica con el 94.5%, estas investigaciones permiten contrastar los resultados e inferir que a pesar de que los evaluados tienen la misma edad y pertenecen al mismo contexto pueden existir diferencias en cuanto a los resultados alcanzados.

Los resultados obtenidos con respecto a la dimensión postergación de actividades indican que el nivel alto es el predominante con el 51% de los estudiantes, los cuales son similares

con Sánchez et al. (2021) quienes encontraron en su investigación realizada con una muestra de 146 estudiantes que en la dimensión postergación de actividades el nivel alto es el predominante con el 76.7%. Contrariamente Nabarro e Iizarbe (2020) en su investigación denominada Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima concluyeron que la minoría de evaluados presentaba un nivel de postergación de actividades alto con el 21.1%.

En la comparación de riesgo de adicción a las redes sociales e internet según el sexo se reveló que no hay una diferencia estadísticamente significativa ($t = -0.197$; $p > 0.05$), los hallazgos difieren con el estudio de Klimenko et al. (2022) titulado Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado, en el cual participaron 221 personas quienes identificaron que las mujeres presentan más riesgo de adicción a las redes sociales e internet.

Respecto al objetivo general, con respecto a la autorregulación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales existe una correlación negativa, dicho resultado explica que a mayor autorregulación menor riesgo de adicción a las redes sociales e internet. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula. Por otro lado, la postergación de actividades y el riesgo de adicción tienen una correlación positiva, infiriendo que a mayor postergación de actividades mayor riesgo de adicción a las redes sociales e internet existe. De esta manera se acepta la hipótesis general. Estos hallazgos se obtuvieron a través de la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en su versión adaptada y la Escala de riesgo-adolescente a las redes sociales e internet, los resultados fueron procesados con el programa estadístico Jamovi 2.3.18 que permitió poner a prueba las hipótesis de investigación.

Con respecto a las limitaciones del estudio, existen pocas investigaciones que aborden el tema de investigación en estudiantes de bachillerato limitando la discusión de resultados en el estudio. Por ello se sugiere realizar más investigaciones enfocadas en estudiantes de bachillerato.

REFERENCIAS

- Cahuana Cuti, D. E., & Ricaldi, K. (2019). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019.
- Can, S., & Zeren, Ş. G. (2019). The Role of Internet Addiction and Basic Psychological Needs in Explaining the Academic Procrastination Behavior of Adolescents. 29.
- Demir, Y., & Kutlu, M. (2018). Relationships Among Internet Addiction, Academic Motivation, Academic Procrastination, and School Attachment in Adolescents. *International Online Journal of Educational Sciences*, 10(5).
<https://doi.org/10.15345/iojes.2018.05.020>
- Jones, I. S., & Blankenship, D. (2017). Year two: Effect of procrastination on academic performance of undergraduate online students. 39, 12.
- Kiefer, F., Fauth-Bühler, M., Heinz, A., & Mann, K. (2013). Neurobiologische Grundlagen der Verhaltenssuchte. *Der Nervenarzt*, 84(5), 557-562.
<https://doi.org/10.1007/s00115-012-3719-y>
- Klimenko, O., Restrepo, Y. A. C., Otalvaro, I., & Echeverri, S. J. Ú. (2021). Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado: Riesgo de adicción a redes sociales e Internet y su relación con habilidades para la vida y socioemocionales en una muestra de estudiantes de bachillerato del municipio de Envigado. *Psicogente*, 24(46), Art. 46.
<https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4382>

- Lara, S. A. D., García, G. V., & Leyva, S. B. C. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. 12.
- Laureano, C. A., & Ampudia, L. G. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), Art. 2. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Lenggono, B., & Tentama, F. (2020). Construct Measurement Of Academic Procrastination Of Eleventh Grade High School Students In Sukoharjo. 9(01), 6.
- Nabarro, F. Q., & Ilizarbe, R. E. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), Art. 1. <https://doi.org/10.17162/rccs.v13il.1350>
- Neverkovich, S. D., Bubnova, I. S., Kosarenko, N. N., Sakhieva, R. G., Sizova, Z. M., Zakharova, V. L., & Sergeeva, M. G. (2018). Students' Internet Addiction: Study and Prevention. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 14(4). <https://doi.org/10.29333/ejmste/83723>
- Panadero, E. (2017). A Review of Self-regulated Learning: Six Models and Four Directions for Research. *Frontiers in Psychology*, 8, 422. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00422>
- Peris, M., Maganto, C., & Garaigordobil, M. (2018). Escala de riesgo de adicción-adolescente a las redes sociales e internet: Fiabilidad y validez (ERA-RSI). *Revista de psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 30-36. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.2.4>

- Quispe, G. C., Carazas, S. M. C., Marrón, M. S. C., & Quintanilla, A. V. (2021).
Procrastinación académica: Un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria.
Apuntes Universitarios, 11(4), Art. 4. <https://doi.org/10.17162/au.v11i4.759>
- Ramírez, A. S. A., Díaz, R. Y. R., Quispe, W. V., Garcia, M. H., & Ramirez, M. C. (2020).
La procrastinación académica: Teorías, elementos y modelos. Revista Muro de la
Investigación, 5(2), Art. 2. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Rodríguez Camprubí, A., & Clariana Muntada, M. (2017). Procrastinación en Estudiantes
Universitarios: Su Relación con la Edad y el Curso Académico. Revista Colombiana
de Psicología, 26(1), 45. <https://doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>
- Sahin, C. (2018). Social Media Addiction Scale-Student Form: The Reliability and Validity
Study. Turkish Online Journal of Educational Technology - TOJET, 17(1), 169-182.
- Sanchez, L. E. R., Flores, J. G. A., & Vásquez, R. M. A. (2022). Procrastinación académica y
dependencia a teléfonos móviles en adolescentes de un colegio básico regular de la
ciudad de Ilo. Revista Científica de Ciencias de la Salud, 15(1), Art. 1.
<https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1753>
- Solis Baltazara, J., & Quispe Mamani, A. (2022). Apoyo social percibido y riesgo de adicción
a las redes sociales en estudiantes de una institución pública de Haqira. Revista
Científica de Ciencias de la Salud, 14(2), 34-48.
<https://doi.org/10.17162/rccs.v14i2.1654>
- Tateno, M., Teo, A. R., Ukai, W., Kanazawa, J., Katsuki, R., Kubo, H., & Kato, T. A. (2019).
Internet Addiction, Smartphone Addiction, and Hikikomori Trait in Japanese Young
Adult: Social Isolation and Social Network. Frontiers in Psychiatry, 10, 455.
<https://doi.org/10.3389/fpsy.2019.00455>

- Traş, Z., & Gökçen, G. (2020). Academic Procrastination and Social Anxiety as Predictive Variables Internet Addiction of Adolescents. *International Education Studies*, 13(9), 23. <https://doi.org/10.5539/ies.v13n9p23>
- Vargas, M. A. P. (2017). Academic Procrastination: The Case of Mexican Researchers in Psychology. *American Journal of Education and Learning*, 2(2), Art. 2. <https://doi.org/10.20448/804.2.2.103.120>
- Willoughby, T., Heffer, T., Good, M., & Magnacca, C. (2021). Is adolescence a time of heightened risk taking? An overview of types of risk-taking behaviors across age groups. *Developmental Review*, 61, 100980. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2021.100980>
- Young, D. K. S. (1998). *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation, And Treatment*. 17.