



**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA
EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE SAN JUAN DE MIRAFLORES, 2021

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA

MILUSKA CAMACHO GUTIERREZ
ORCID: 0000-0003-1157-7545

ASESOR

MAG. DIEGO ISMAEL VALENCIA PECHO
ORCID: 0000-0002-7614-0814

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

ASPECTOS PSICOLÓGICOS VINCULADOS A LA ACTIVIDAD EDUCATIVA

LIMA, PERÚ, FEBRERO DE 2022

DEDICATORIA

A mi padre en el cielo que fue mi motor y el protagonista de este sueño alcanzado.

AGRADECIMIENTOS

Agradecer a Dios por permitirme gozar de buena salud, y culminar esta etapa de mi vida con éxito. A mi madre, que siempre estuvo apoyándome en todo momento con sus palabras de motivación. A mi hermana Rosa que al iniciar mis estudios estuvo presente apoyándome en todos los aspectos. Agradecer a mi asesor, Mg. Diego Ismael Valencia Pecho, por ser mi guía en esta etapa final. A la institución educativa de San Juan de Miraflores y su director que me permitió realizar mi estudio. A la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú por su apoyo en la culminación de mi investigación.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
INDICE	4
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
RESUMO	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	13
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	16
1.3. Objetivos de la investigación: general y específica	17
1.5. Limitaciones de la investigación.....	18
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudios.....	20
2.1.1. Internacionales.....	20
2.1.2. Nacionales.....	23
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado.....	26
2.2.1. Redes sociales.....	26
2.2.2. Procrastinación académica.....	36
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada.....	40
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	43
3.1.1. Tipo.....	43
3.1.2. Diseño	43
3.2. Población y muestra.....	43
3.3. Hipótesis.....	45
3.3.1. Hipótesis general.....	45
3.3.2. Hipótesis específicas.....	45
3.4. Variables – Operacionalización	47
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	49
3.5.1. Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (CARS)	49

3.5.2. Escala de Procrastinación Académica (EPA)	52
3.6. Procesamiento de los datos.....	54
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	56
4.2. Contrastación de hipótesis.....	59
CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	62
5.2. Conclusiones.....	68
5.3. Recomendaciones.....	70
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

Tabla 1	Composición de la población por grado escolar y sexo
Tabla 2	Matriz de operacionalización de adicción a las redes sociales
Tabla 3	Matriz de operacionalización de procrastinación académica
Tabla 4	Normas percentiles del Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales
Tabla 5	Normas percentiles de la Escala de Procrastinación Académica (EPA)
Tabla 6	Medidas descriptivas de la variable adicción a las redes sociales
Tabla 7	Frecuencias y porcentajes de los niveles de adicción a las redes sociales
Tabla 8	Medidas descriptivas de la variable procrastinación académica
Tabla 9	Frecuencias y porcentajes de los niveles de procrastinación académica
Tabla 10	Análisis de la bondad de ajuste a la curva normal de las variables
Tabla 11	Análisis de la correlación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica
Tabla 12	Análisis de la correlación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y procrastinación académica
Tabla 13	Análisis de la correlación entre las dimensiones de la procrastinación académica y adicción a las redes sociales
Tabla 14	Análisis comparativo según sexo de la adicción a las redes sociales y dimensiones
Tabla 15	Análisis comparativo según sexo de la procrastinación académica y dimensiones

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ADOLESCENTES ESCOLARES DE SAN JUAN DE MIRAFLORES, 2021

MILUSKA CAMACHO GUTIERREZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

Se indagó sobre la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en una muestra de 325 estudiantes de educación secundaria de un plantel educativo público de la localidad de San Juan de Miraflores en Lima Sur, a quienes se aplicó el “Cuestionario de Adicción a Redes Sociales” (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) de Busko (1998). Recurriendo al coeficiente de correlación de Spearman, se encontró evidencias de que la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica se correlacionan de forma directa, con una intensidad baja y muy significativa ($\rho = .197$; $\text{sig.} = .000$). Para el caso de adicción a las redes sociales, el 71.1% (233) se ubicaron en el nivel promedio. En cuanto a procrastinación académica, el 52.3% (170) se posicionaron en el nivel promedio. Los hallazgos muestran también que los puntajes de los factores obsesión, autorregulación académica, postergación de actividades y de la variable procrastinación académica varían en función al sexo de los participantes.

Palabras clave: adicción, redes sociales, procrastinación académica.

**ADDICTION TO SOCIAL MEDIA AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN
SCHOOL ADOLESCENTS OF SAN JUAN DE MIRAFLORES, 2021**

MILUSKA CAMACHO GUTIERREZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The relationship between addiction to social networks and academic procrastination was investigated in a sample of 325 secondary school students from a public school in the city of San Juan de Miraflores in South Lima, to whom the Social Network Addiction Questionnaire was applied. (ARS) by Escurra y Salas (2014) and the Academic Procrastination Scale (EPA) by Busko (1998). Using the Spearman correlation coefficient, evidence was found that addiction to social networks and academic procrastination are directly correlated, with a low and highly significant intensity ($\rho = .197$; $\text{sig.} = .000$). In the case of addiction to social networks, 71.1% (233) were located at the average level. Regarding academic procrastination, 52.3% (170) were positioned at the average level. The findings also show that the scores for the factors of obsession, academic self-regulation, postponement of activities and the variable academic procrastination vary according to the sex of the participants.

Keywords: addiction, social networks, academic procrastination.

VÍCIO À MÍDIA SOCIAL E PROCRASTINAÇÃO ACADÊMICA EM ADOLESCENTES ESCOLARES DE SAN JUAN DE MIRAFLORES, 2021

MILUSKA CAMACHO GUTIÉRREZ

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

A relação entre dependência de redes sociais e procrastinação acadêmica foi investigada em uma amostra de 325 alunos do ensino médio de uma escola pública da cidade de San Juan de Miraflores no sul de Lima, aos quais foi aplicado o Social Network Addiction Questionnaire (ARS) por Eскурra y Salas (2014) e a Escala de Procrastinação Acadêmica (EPA) de Busko (1998). Usando o coeficiente de correlação de Spearman, foram encontradas evidências de que o vício em redes sociais e a procrastinação acadêmica estão diretamente correlacionados, com uma intensidade baixa e altamente significativa ($\rho = .197$; $\text{sig.} = .000$). No caso da dependência de redes sociais, 71.1% (233) localizavam-se no nível médio. Em relação à procrastinação acadêmica, 52.3% (170) posicionaram-se no nível médio. Os achados também mostram que as pontuações para os fatores obsessão, autorregulação acadêmica, postergação de atividades e variável procrastinação acadêmica variam de acordo com o sexo dos participantes.

Palavras-chave: dependência, redes sociais, procrastinação acadêmica.

INTRODUCCIÓN

Las adicciones conductuales no se encuentran vinculadas directamente con el consumo de sustancias psicoactivas. A pesar de ello, las adicciones comportamentales son perjudiciales, presentando sintomatología y derivaciones muy semejantes a las adicciones a sustancias. Son distintos las clases de adicciones conductuales, tales como la adicción al sexo, al juego, la comida, al trabajo o las compras.

En años recientes, con el crecimiento de las nuevas tecnologías, la adicción a los videojuegos, la internet o las redes sociales se están convirtiendo en un problema muy común del siglo XXI. Esta nueva problemática, es un factor clave para la procrastinación. Esta incluye aplazar regularmente las tareas que debemos completar que son importantes para nuestro crecimiento y reemplazarlas con otras tareas menos relevantes, pero más fáciles. Como tal, la procrastinación se está convirtiendo en un problema cada vez más grave que afecta la salud mental de los estudiantes.

En este sentido, este estudio se propuso como propósito general determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de un plantel educativo público de San Juan de Miraflores en Lima Sur. Así, este informe consta de cinco capítulos en los cuales se organiza la estructura de la tesis.

En el capítulo I, se presenta la problemática general en relación al tema propuesto, la justificación e importancia del estudio. Seguidamente, en el capítulo II, se expone el marco teórico sobre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica, además de la definición conceptual de la terminología empleada. En el capítulo III, se detalla el tipo y diseño de investigación, así como los instrumentos de recolección de datos, además de la descripción de la población de estudio y la

selección de la muestra final. En el capítulo IV, se presentan los resultados de estudio haciendo uso de estadística descriptiva e inferencial. En el capítulo V, se desarrolla la discusión de los hallazgos del estudio en base a los objetivos propuestos. Finalmente, se presentan las conclusiones y recomendaciones para futuras investigaciones que estudien la relación entre las dos variables de análisis.

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

A lo largo de los años la tecnología ha ido incrementándose cada vez más, actualizándose de tal manera que los medios de comunicación han ido variando, tecnologías en las cuales permiten a la persona poder expresar y comunicar mensajes sin necesidad de verse mediante teléfonos móviles, computadoras, así mismo poder suplantar juegos físicos por juegos virtuales que brindan refuerzos y metas por cada victoria que se consiga en el transcurso del juego; estas aplicaciones móviles han ido evolucionando buscando poder cautivar la mayor parte de la población compitiendo entre ellas mismas y así perfeccionarse cada vez más; esto propicia que la persona este mucho más pendiente de que cosas nuevas trae, interactuando con ellas sin tener un control del tiempo y evitando responsabilidades tales como el trabajo y el estudio, postergándolas e inclusive evitándolas.

Por lo tanto, varias organizaciones en el mundo han observado esta problemática, entre ellas la Organización Mundial de la Salud (Diario ABC, 2019), la cual ha identificado un crecimiento exorbitante en el uso de redes sociales, donde los jóvenes y adolescentes son los primeros involucrados, siendo un total de 2 mil millones de personas a nivel mundial. De la cual el continente que cuanta con mayor conectividad en las redes es América del Norte con un 70% de su población, seguido del continente europeo el cual cuenta con un 66% de usuarios. La Agencia Española de Noticias EFE (2018) dio a conocer que el uso de teléfonos móviles en relación a adolescentes y jóvenes españoles incremento un 30%, por lo cual el 21.3% de universitarios están teniendo resultados negativos por el continuo uso del aparato móvil, de la misma manera la OMS (2019) manifestó que el 75% de la población mundial acepto haber tenido dependencia del celular, del cual, las redes sociales fueron las más utilizadas por los jóvenes.

La Organización de las Naciones Unidas, citada por Portalic (2018), indicó que un 54% de estudiantes que usan Internet se comunican con sus amigos y personas desconocidas por medio de las redes sociales.

A nivel de Latinoamérica, la Statista Research Department (2020) refirió que en el año 2013 un 67.1% de la población latinoamericana uso las redes sociales y en el 2014 incremento a 69.1%. Mientras que en el año 2015 el porcentaje de usuarios que interactuaron en redes sociales fue de 72.6%, el cual incremento el año 2016 en 74.6%. Seguidamente ha esto en el año 2017 los usuarios que incrementaron su uso de interacción en medios sociales fue de 76.3%, cuyo porcentaje aumento a 76.8% en el año 2018. Esto evidencia que cada año más usuario hacen uso de las redes sociales.

A nivel nacional, el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2018) refirió que un 92.8% de peruanos hacen uso del Internet, celulares, computadoras, entre otros, del mismo modo un 89.8% se comunicaban a través de correos electrónicos o chat, a comparación de un 80.3% que manifestó usar el Internet para jugar, mirar películas o escuchar música. El Ministerio de Salud (MINSA, 2017) manifestó que el porcentaje de escolares que usan Internet es de un 60.8%, de los cuales los estudiantes que usan esta plataforma desde sus viviendas es de 57.2% y un 41.6% tienen que ingresar desde cabinas de Internet, del mismo modo señalan que los adolescentes o escolares que son incitados a consumir drogas por personas desconocidas que se contactaron con ellos por medio de Internet es de un 13.4%.

Así mismo todas estas actividades y distracciones ocasionadas por las redes sociales han ido llevando a la persona a postergar frecuentemente sus actividades necesarias entre trabajos, tareas, actividades, hobbies, hábitos e inclusive eliminado prioridades como la alimentación del día, por lo cual muchos autores han denominado

a estas postergaciones como procrastinación el cual se ha vuelto un fenómeno en nuestra sociedad, pues el posponer las tareas es una actitud irresponsable, el procrastinar puede ser tanto voluntariamente como involuntariamente y de las ambas formas produce consecuencias graves, la procrastinación inicia en la adolescencia y se desarrolla como un mal hábito en la adultez perjudicando el desempeño tanto a nivel académico como a nivel laboral (Álvarez, 2010).

La procrastinación no solo influye de manera negativa a nivel académico, pues también influye de manera negativa en la vida diaria del sujeto, lo que produce un debilitamiento de la autonomía y en el incumplimiento de sus deberes, como consecuencia esto afectaría en su interacción social (Busko, 1998).

Según Chan (2011) se puede considerar como un problema de organizar el tiempo y de autocontrol el posponer las tareas, actividades o deberes, es decir el procrastinar, por lo cual se puede examinar o evaluar cómo y cuándo el individuo adquiere este mal hábito. En los jóvenes o estudiantes el procrastinar afecta en gran medida al momento de tomar una decisión o al resolver y enfrentarse a problemas, tanto al terminar sus tareas o deberes académicos como a la satisfacción del requerimiento de su entorno. Del mismo modo, si se establecen estos hábitos en la adolescencia, no solo influirá en sus deberes académicos, si no que esto solo será un reflejo a largo plazo de sus deberes familiares, sociales y laborales.

Un estudio realizado por Levy y Ramim (2012, citado por Natividad, 2014) en una institución del sureste de Estados Unidos, se demostró que un 42% de estudiantes realizaron sus deberes académicos antes del tiempo especificado, mientras que el 58% de estudiantes esperaron un día antes de la entrega de sus trabajos para realizarlos y un aproximado de 40% de anuncios fueron pospuestos los últimos 12 días. Alrededor del 61% de habitantes en Latinoamérica tienden a

procrastinar, por otro lado, el 20% muestra tendencia de procrastinación crónica, lo cual principalmente afecta en el tiempo de realización de sus deberes académicos los cuales requieren un nivel de inversión.

En el Perú, se realizó un estudio en Lima Metropolitana en el cual se evidencio que un 20% de estudiantes de nivel secundaria, tanto mujeres como varones, procrastinan en el desarrollo de sus deberes académicos (Álvarez, 2010). Igualmente, Fuentes (2018) refirió que los estudiantes universitarios de Lima sur que presentan un alto nivel de procrastinación son de un 32.8%, los cuales manifiestan que hay factores que podrían influir en el aplazamiento de la realización de sus actividades.

Así mismo después de observar toda esta información relevante respecto a la variable adicción a las redes sociales y procrastinación académica, se formula la siguiente pregunta: ¿Qué relación existe entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de un colegio público de San Juan de Miraflores?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

A nivel teórico, esta investigación aporta información reciente respecto a las variables adicción a las redes sociales y procrastinación académica, a su vez incentivar a investigadores en la utilización de las mismas variables y en la misma población como los estudiantes escolares de educación secundaria, para poder encontrar más información y comparar los resultados tanto descriptivos como inferenciales, para posteriormente conocer los factores de riesgo y protección.

A nivel metodológico, se utilizó instrumentos psicológicos estandarizados para medir las variables adicción a las redes sociales y procrastinación académica, analizando previamente su validez y confiabilidad de cada instrumento mediante una

prueba piloto, para posteriormente poder aplicar a la muestra poblacional total y obtener con exactitud sus resultados y estado actual.

En tanto a nivel práctico, los resultados permitirán implementar programas, talleres y charlas tanto preventivas como de intervención, dirigidas a poder modificar y disminuir estos atributos y facilitar la emisión de conductas saludables.

1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos

1.3.1. Objetivo general

- Determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de un centro educativo público de San Juan de Miraflores, 2021.

1.3.2. Objetivos específicos

1. Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares.
2. Identificar el nivel de procrastinación académica en los adolescentes escolares.
3. Comparar la adicción a las redes sociales en función al sexo de los adolescentes escolares.
4. Comparar la procrastinación académica en función al sexo de los adolescentes escolares.
5. Establecer la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control personal y uso excesivo, con la procrastinación académica en los adolescentes escolares.
6. Establecer la relación entre los componentes de la procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades, con la adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares.

1.4. Limitaciones de la investigación

- Se encuentran limitaciones en la aplicación de los instrumentos de medida, ya que estos se aplicarán de manera virtual, en formularios y no presencial por el contexto de pandemia que atraviesa el país.
- Se encontraron limitaciones respecto a la búsqueda en repositorios de información bibliográfica, sobre todo estudios antecedentes que incluyan como objeto de análisis a otras muestras de adolescentes escolares peruanos, cuyos resultados y conclusiones, puedan posteriormente utilizarse en la discusión de resultados de este estudio.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

2.1.1. Antecedentes internacionales

Ramírez et al. (2021) ejecutaron una indagación en México de tipo correlacional, cuyo objetivo fue encontrar la asociación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica. Su muestra poblacional estuvo consentida por 250 universitarios de ambos sexos entre 18 a 34 años procedentes de la Universidad de Puebla -México. Los instrumentos fueron la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) y la Social Media Addiction Scale - Student Form. En tanto a los resultados se encontraron que concurre una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables de manera directa ($\rho=.337$, $p\leq 0.01$). Indicando así que a medida que la adicción a las redes sociales se eleve, la procrastinación académica tendrá tendencia a elevarse en esta población. Así mismo se encontró correlación entre las dimensiones postergación y los problemas ante el uso de las redes sociales ($\rho=.329$, $p\leq 0.01$) como también entre las dimensiones baja autorregulación y postergación de las actividades ($\rho=.378$, $p\leq 0.01$).

Avila et al. (2019) cometieron un estudio en Colombia cuyo objetivo fue estipular la presencia de procrastinación académica, adicción al internet y ansiedad frente a los exámenes, la muestra fue compuesta por 412 estudiantes de Medicina Humana de la Universidad de Ciencias Aplicada y Ambientales. Los instrumentos utilizados fueron la “Escala de Procrastinación” (PASS), “Índice de Adicción a Internet” (IAT) y “Escala de Ansiedad Cognitiva ante los Exámenes” (CTAS). Los resultados enseñan que existe correlación entre adicción a Internet y procrastinación, así mismo, entre ansiedad frente a exámenes y adicción a internet con una significancia $p < .05$, sin embargo, no hallaron correlación entre ansiedad y procrastinación académica.

Suárez (2019) efectuó un estudio con el propósito de hallar la correspondencia entre procrastinación académica y las adicciones en una muestra de 65 estudiantes de la Universidad de la Laguna de la carrera de Psicología y de estudios ingleses en España. Los instrumentos fueron la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) de Blas (2010), la “Escala de Riesgo de Adicción Adolescente a las Redes Sociales e Internet” (RSI-ERA) de Peris, Magando y Garaigordobil (2018) y “Test de Fageström” de Meneses, Zuardi, Loureiro y Crippa (2009). Los resultados indican que no hubo relación significativa entre procrastinación académica y el riesgo de adicción a redes sociales. Por otro lado, según los niveles, en la procrastinación el 41.5% evidencia un nivel medio, y el 55.8% evidencia un riesgo medio de adicción a redes sociales e internet.

Del Toro et al. (2019) determinaron la relación entre la procrastinación académica y la adicción al Internet en estudiantes universitarios, contando con un diseño no experimental, de tipo correlacional y de corte transversal. La muestra quedó conformada por 230 estudiantes de una universidad nacional de México, siendo el 51.3% de mujeres y el 48.7% de varones, con una edad media de 20 años. Utilizaron la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) de Busko y el “Test de Adicción al Internet” (IAT) de Young. Obtuvieron como resultados que el 29% de universitarios presentaron por encima del grado medio de procrastinación académica; en cuanto a la adicción al Internet reportaron que el 61% de estudiantes mantuvieron una mayor incidencia para los niveles por encima de la media. Demostraron la existencia de relación estadísticamente significativa entre la procrastinación académica y la adicción al Internet, ultimando que, a mayor procrastinación académica, mayor presencia de adicción al Internet.

Ramos et al. (2018) desarrollaron una indagación de tipo correlacional en donde la finalidad fue distinguir la asociación entre adicción al Internet, rendimiento académico y procrastinación en estudiantes de una universidad, se seleccionó a 250 estudiantes (54% son hombres y 46% son mujeres) de diseño gráfico, arquitectura, administración de empresas, ingeniería industrial y psicología entre 17 y 31 años de edad, en el cual pertenecen a 2 universidades privadas de Quito en Ecuador, administrándose la “Escala de Adicción a Internet” (EAIL) de Lam-Figueroa et al. (2011) y la “Escala de Procrastinación de Álvarez” (2010). Los resultados otorgaron que la procrastinación tiene relación con la adicción al Internet ($\rho = 0.50$, $p < .05$) también que la gran parte de los alumnos con alto rendimiento académico, presentan una menor conducta de procrastinación a diferencia de los otros. Como resultados finales se obtuvo que el 16.1% de los alumnos presentaba un nivel moderado de procrastinación. Seguido a esto, el 4% de los estudiantes presentaba un alto nivel de adicción a Internet, lo que indicaba que estas personas presentaron conductas patológicas, es decir, perdieron el autocontrol y de forma permanente.

Medrano et al. (2017) consumaron una indagación con el propósito de identificar la correlación entre la adicción a las redes sociales y la dependencia al móvil en universitarios. Su muestra fue de 374 estudiantes de una universidad nacional de México, conformado por el 58.6% de mujeres y el 41.4% de hombres, con edades que comprendían los 18 a 24 años. Usaron el “Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales” (ARS) de Ecurra y Salas (2014) y el “Inventario de Uso Problemático Del Móvil” (MPPUS-10) de Bianchi y Phillips (2005). Los resultados mostraron la existencia de prevalencia para el nivel alto en la adicción a las redes sociales y la dependencia al móvil; asimismo, encontraron la existencia de relación

estadísticamente significativa entre ambas variables. Concluyeron que, a mayor presencia de adicción a las redes sociales, mayor dependencia al móvil.

2.1.2. Antecedentes nacionales

Arévalo (2021) efectuó una indagación en Trujillo, el diseño fue descriptivo correlacional, cuyo objetivo fue encontrar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en educandos de un centro educativo, la muestra estuvo conformada por 253 alumnos del nivel de secundaria entre edades de 12 a 17 años, en los cuales utilizaron la “Escala de Adicción a las Redes Sociales” (ARS) y la “Escala de Procrastinación Académica para Adolescentes” (EPA). En tanto a los resultados encontraron que existía una correlación altamente significativa de tipo directa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ($p < .05$). Así mismo se encontró en los niveles de adicción a las redes sociales que el 35.6 % fue el mayor porcentaje y se encontraba en un nivel medio en tanto a los niveles de procrastinación académica el 38.7% fue el mayor porcentaje encontrado figurando en el nivel medio.

Hernández (2020) ejecutó una investigación en Piura, de tipo correlacional y diseño no experimental en el cual su objetivo fue encontrar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria, su muestra estuvo conformada por 300 alumnos de ambos sexos del nivel secundario, utilizó la “Escala de Adicción a las Redes Sociales” (ARS) de Ecurra y Salas 2014 y la “Escala de Procrastinación Académica de Busko” validada por Villegas y Centeno en el 2014, respecto a los resultados encontró correlación significativa de tipo directa ($\rho = .487$, $p < .05$). Así mismo encontró relación entre la dimensión obsesión por las redes sociales y procrastinación académica de tipo directa ($\rho = .543$, $p < .05$), como también encontró relación de tipo directa entre la dimensión falta de control personal

y procrastinación académica ($\rho=.413$, $p< .05$). A se vez encontró relación de tipo directa entre la dimensión uso excesivo de las redes sociales y procrastinación académica ($\rho= .309$, $p< .05$). En tanto a los niveles de adicción a las redes sociales se encontró que un 55 % de los estudiantes se encontraron en un nivel bajo, el 30.7% se ubicó en el nivel medio y 14.3 % se encontró en un nivel alto, también encontró que en los niveles de procrastinación académica el 48.7 % se encontró en un nivel bajo, el 35.3 % se ubicó en el nivel medio y finalmente el 16 % se ubicó en los niveles altos.

Cahuana (2019) consumó una indagación en Arequipa, de tipo correlacional y de diseño no experimental quien tuvo como propósito encontrar la relación entre procrastinación académica y adicción a las redes sociales en estudiantes del nivel secundario conformada por 113 adolescentes de ambos sexos, donde utilizo el “Inventario y Medición a las Redes Sociales” (MEYVA) elaborado por Mendoza y Vargas en el 2014 y la “Escala de Procrastinación Académica en Adolescentes” (EPA), en tanto a los resultados encontró que la adicción a las redes sociales y procrastinación académica se correlacionaban de manera significativa y directa ($\rho=.297$; $p< .05$). Así mismo se encontró que el 43.4% de los estudiantes presentaron un nivel de adicción medio, el 30.1% de los estudiantes presentan un nivel de adicción alto y solo un 26.5% exhibieron una adicción baja. A su vez se encontró que los estudiantes mostraron niveles medio en su mayoría con 43.4%, el 28.3% de los estudiantes mostraron un nivel de procrastinación alto y solo un 27.4% exteriorizaron una procrastinación baja.

Paredes (2019) ejecutó un estudio en La Libertad, de diseño no experimental y tipo correlacional donde su propósito fue encontrar la relación entre procrastinación académica y uso de las redes sociales en estudiantes de secundaria, en las cuales

estuvo conformada por 225 estudiantes de ambos sexos entre las edades de 15 a 18 años, utilizó la “Escala de Adicción a las Redes Sociales” (ARS) de Ecurra y Salas del 2014 y la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA). En tanto a los resultados se encontraron que no existe una correlación entre ambas variables ($\rho = -.037$, $p = .582$). En tanto a los resultados descriptivos se encontraron que el 56.9 % se localizó en un nivel bajo de adicción a las redes sociales como a su vez el 4.9% se ubicó en el nivel medio seguido del 32.9% en el nivel alto, respecto a la procrastinación académica el 66.7% se ubicó en el nivel medio, mientras que 32.9% se encontró en el nivel alto, seguido 0.4 % ubicado en el nivel bajo.

Choquecota y Barrantes (2019) ejecutaron una indagación en Juliaca, de diseño no experimental y correlacional en el cual su objetivo fue encontrar la relación entre adicción al internet y procrastinación académica, cuya muestra estuvo conformada por 174 estudiantes entre 14 a 17 años, para su ejecución utilizaron el “Test de Adicción al Internet” (TAI) y la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA). En tanto a sus resultados encontraron que existe una correlación estadísticamente significativa ($\rho = .436$, $p < .05$) indicando que existió una correlación de tipo de directa, dando como conclusión que a mayor adicción al internet mayor será la tendencia a elevarse la procrastinación académica. En tanto a los resultados descriptivos se evidencio que el 38.0% de varones y el 57.3% de mujeres se encuentra en el nivel normal, seguido del 45.7% de varones y 35.4% de mujeres se ubicó en el nivel leve y el 15.2% de varones y 7.3% de mujeres en el nivel alto, en tanto a la procrastinación académica el 92.4% de varones y el 84.1% de mujeres se encontró en el nivel medio, seguido del 6.5% de varones y el 15.9% de mujeres en el nivel bajo.

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Redes sociales

Herrera (2012) menciona que pueden definirse como una herramienta que se emplea como un medio de comunicación. Así mismo, el autor agrega que las redes sociales se plantean en común un propósito y este sería ayudar a que establecer una comunicación fluida y dinámica con determinados grupos de un interés en común, además de servir como herramienta de proyección y posicionamiento de las organizaciones. Prestando sus plataformas para realizar diversas campañas que lleguen a todos y cada uno de los usuarios.

Echeburúa y de Corral (2010) se centran en las redes sociales como un conjunto de aplicaciones en las que puedes crear una vida de manera completamente anónima. Enfatizando que, los jóvenes, pueden adquirir una falsa identidad o una conducta inadecuada una vez sumergidos en el mundo de las redes y como consecuencia de la adicción al internet o redes sociales, esta identidad que crean les causa satisfacción generando así que estos jóvenes pueden distorsionar su forma de ver el mundo.

Bartolomé (2008) citado por Flores et al. (2009), refiere que antiguamente, las civilizaciones hacían uso de sociogramas para representar sus relaciones interpersonales. Sin embargo, en la actualidad, dichas representaciones se pueden desarrollar por medio de las redes sociales. Pues, las redes sociales, para el autor, destacan por contar con características muy variadas, que parten desde las redes globales y continúan hasta el motivo aglutinador. Finalmente, Bartolomé (2008, citado por Flores et al., 2009) agregan que las redes sociales, en general, contribuyen al avance del mundo, y a los cambios que ocurren en él tanto de manera positiva como negativa.

Orihuela (2008) define las redes sociales como espacios web que permiten y facilitan la relación entre usuarios para compartir información (fotos, videos, publicaciones, ubicaciones), coordinar acciones (publicitarias o privadas), mantenerse en contacto, entre otras cosas.

Boyd y Ellison (2007), por su parte, definen a las redes sociales como una asistencia que se le brinda a las personas para permitirles construir un perfil público o privado, dentro de un ambiente delimitado; compartir conexión con otras personas y, crear una agenda que le ayude a conectar con todas las personas que él desee dentro de este ambiente cibernético.

Tipos de redes sociales.

Tuero (2021) clasifica las redes sociales en dos tipos según su función y su utilidad. Quedando esta clasificación de esta forma:

a) Redes sociales horizontales.

Se les llama así a las redes sociales dirigidas al público en general. La finalidad de estas redes sociales es únicamente comunicar a las personas entre sí, permitiéndoles relacionarse a través de sus perfiles públicos o privados sin importar la distancia en la que se encuentren. Al estar dirigidas al público en general, se les conoce también como redes sociales generalistas.

Tuero (2021) menciona que desde las dos últimas décadas aproximadamente, son este tipo de redes sociales las mejor posicionadas por su función. Entre las redes sociales horizontales más conocidas podemos encontrar:

Facebook.

Según Flores et al. (2009) Facebook es, a la actualidad, la red social con mayor presencia y de mayor importancia. Pues quien emplea Facebook, tiene permitido compartir imágenes, videos, canciones, crear grupos virtuales, entre otras cosas. Sin

embargo, es necesario mencionar que Facebook, fue elaborado inicialmente por Zuckerberg (2004) para ser empleado exclusivamente por sus compañeros de la facultad en la universidad de Harvard. Llegando el año 2006 el creador de dicha red social, decide abrir Facebook para todo aquel que quiera tener un usuario. Consiguiendo así, que 200 000 000 de personas tuvieran un usuario activo durante el año 2009.

Twitter.

Campos (2017) menciona que Twitter, además de comunicar a personas entre unas y otras, funciona como foro de opinión popular y que últimamente se ha convertido en una red social de comunicación basada en la política. Siendo empleada mayormente por partidos políticos y políticos en general, organizaciones internacionales, entre otros. No es una red social para subir tanta información personal como Facebook, pero aun así se ha vuelto en una red social favorita tanto de los famosos como de los usuarios en general.

Instagram.

Instagram (2015) se autodefine como una herramienta divertida para compartir las experiencias y la vida a través de fotos y vídeos con los usuarios que disfruten de tu contenido. Para esto, presenta todo tipo de herramientas como editores de imágenes, filtros, etc.

b) Redes sociales verticales.

Son el tipo de red social que su función se basa en las demandas de los usuarios. Buscando reunir a un determinado grupo de personas de acuerdo a sus gustos por temas determinados. Entre las redes sociales verticales más conocidas se pueden encontrar:

YouTube.

Según Urueña et al. (2011) YouTube pertenece al top 3 redes sociales con mayor cantidad de usuarios activos y visitas diarias. Donde la principal finalidad de Youtube es permitir que los usuarios compartan contenidos a través de videos y clips. Por ello, la red social se mantiene innovando sus herramientas y contenido constantemente. Para muchos usuarios, es necesario mencionar, Youtube, más que una red social, es una plataforma digital.

TikTok.

TikTok (2020) es una red social que a través de su plataforma permite contenido de video que tenga una duración de entre 6 a 15 segundos, y adjuntar un máximo de 4 videos teniendo como un total de 60 segundos, el formato de navegación de esta aplicación es hacia abajo lo cual genera una gran curiosidad a los usuarios por saber cuál será el próximo video que se reproduzca, provocando así adicción y entretenimiento.

LinkedIn.

LinkedIn (2002) se define como una red social que permite al usuario contactar con todos los profesionales que pertenezcan al conjunto de sus preferencias laborales. Pero su misión objetiva, no se basa solo en buscar o encontrar trabajos, pues, para ello existen portales de empleabilidad. En LinkedIn se consigue también formar redes para promocionar negocios, crearlos, formular ideas, etc.

Adicción a las redes sociales.

Choque (2008) refiere que las personas con adicción a las redes sociales tienden a ser poco asertivos, y manifiestan problemas para ejercer relaciones interpersonales con facilidad. Como consecuencia de esto, presentan una mayor tendencia a conseguir una inadecuada interacción con otras personas. En algunos

casos, el tiempo que se mantienen conectados a la red es tanto, que altera la salud, la dinámica alimenticia y los horarios de sueño.

Echeburúa y de Corral (2010) aluden que los adolescentes adictos a las redes sociales evidencian a un tiempo determinado, ciertas señales de alarma. De las cuales, la más notable es la desregulación en la salud de sueño. Otra señal más constante y evidente a la sociedad en general es que el adolescente revisa el móvil constantemente. Pasando así, varias horas conectado en el navegador sin realizar concretamente algo planificado o productivo. Únicamente tiene la necesidad de estar conectado con la idea irracional de no desactualizarse.

Por otro lado, Harfuch et al. (2010) afirman que recurrir constantemente a las redes sociales puede ser considerado como una conducta adictiva, pues, la persona prefiere aislarse socialmente, con el único motivo de permanecer conectado a la red social. Sin embargo, esta persona justifica dichas conductas manifestando que percibe por medio de las redes sociales una comunicación más agradable o armoniosa, por ello la usa como una fuente de placer. A la larga, esas conductas ocasionan que estos sujetos sean tímidos e inseguros al momento de relacionarse con otras personas.

Para Ecurra y Salas (2014) la adicción a las redes sociales es el resultado de un mal uso de estas mismas, en la cual la persona puede llegar a perder la noción del tiempo y a causa de esto descuide otras áreas, o responsabilidades que tiene a su cargo.

Según Andreassen (2015) una persona adicta a las redes sociales, busca sentir el mismo placer que sintió al iniciar dentro de esta red, es por ello que pasa la mayor parte posible de su tiempo sumergidos en ciertas aplicaciones. Priorizan las redes sociales antes que los estudios, el trabajo, los amigos, los familiares, etc.

Watson (2015) considera la adicción a redes sociales un estado distinguido por una excesiva atención al empleo de las redes sociales, requiere más tiempo para obtener la misma satisfacción, tratando de reducir el uso fallido de las redes sociales; irritabilidad al intentar desconectarse, y mantenerse conectado por más tiempo del esperado.

Modelos explicativos de la adicción a las redes sociales.

Modelo explicativo de Ecurra y Salas.

Ecurra y Salas (2014) plantean que adaptarse a un mal comportamiento, hasta generar un problema clínico, es considerado una adicción. Con esas alertas se puede confirmar que un adolescente está teniendo un problema de adicción a las redes sociales, pues, presentará malestares en su salud emocional, física y psicológica. Al inicio de su adicción, estos adolescentes sienten placer al poner en práctica esos hábitos, sin embargo, conforme pase el tiempo, se generará en ellos estados de ansiedad difíciles de controlar. Los cuales, para ser reducidos requerirán que la persona adicta realice comportamientos repetitivos.

Ecurra y Salas (2014) mencionan la existencia de 3 factores principales en la adicción a redes sociales:

Factor número 1.

Es el factor donde la persona siente un compromiso mental por las redes sociales. Es decir, una etapa en la que constantemente piensa en ellas y donde el solo pensar en no poder utilizarlas, le causa una fuerte preocupación.

Factor número 2.

Es el factor donde la persona se siente irracionalmente preocupada al no controlar sus redes o al ser interrumpido mientras hace uso de ellas. Como

consecuencia de ello, descuidara sus estudios, sus círculos sociales directos y sus deberes.

Factor número 3.

En este último factor, la persona usa de manera excesiva las redes sociales, no controla las veces que accede a ella, y no disminuye el tiempo que las usa. Todo lo contrario, empieza a dedicarles más tiempo buscando simplemente mantenerse conectado.

Modelo de la adicción al Internet de Young.

Young (1998) refiere que existen dos tipos de usuarios dentro de las redes sociales y el internet en general. Los usuarios no dependientes y los usuarios dependientes. Los usuarios no dependientes, emplean la web para recolectar todo tipo de información necesaria en algún contexto o para comunicarse con su círculo social al no poder hacerlo de manera presencial. Los usuarios dependientes, sin embargo, emplean las redes sociales y el internet para establecer relaciones interpersonales sin ningún fin activo. Únicamente buscan acrecentar sus listas de contactos sin siquiera preocuparse en saber quién es la persona que está al otro lado de la pantalla.

Para Young (1998) existen una gran variedad de perspectivas y elementos psicológicos dentro de las redes sociales que, en conjunto, producen un hábito adictivo. Y estos son:

Aplicaciones adictivas.

Son las aplicaciones dirigidas al entretenimiento o a la socialización que mantienen al usuario conectado la mayor parte del tiempo posible.

Apoyo social.

La comunicación que se genera en el mundo cibernético les brinda más confianza a los jóvenes, ya que, al no saber su identidad, son capaces de expresar sus ideales y emociones, ya que en la vida real no se sienten capaces de hacerlo por temor a ser rechazados.

Satisfacción sexual.

Se crean salas virtuales en las cuales los usuarios dependientes pueden realizar sus fantasías sexuales, sin importar que sea atractivo o no, ayudándoles así a escudarse en caso de tener una autoestima baja. Pues al no mostrarse como tal, obtienen respuestas satisfactorias sin miedo al rechazo.

Creación de personalidad ficticia.

Los jóvenes crean una personalidad distinta a la suya en las redes sociales, y en su gran mayoría es la personalidad de un líder la que deciden crear, pues al realizar esto, ellos buscan que se les reconozca en el mundo virtual, ya que no se sienten lo suficientemente seguros o valorados en el círculo social en el que se encuentran. Consiguiendo así, de alguna manera, elevar sus niveles de autoestima.

Modelo de Adicción Biopsicosocial de Griffiths.

Griffiths (2005) por su parte, afirma que la adicción a las redes sociales se puede identificar de la misma manera en la que se identifica una adicción a sustancias químicas o psicoactivas. Pues, agrega el autor, ambas adicciones se manifiestan principalmente con el cambio de conductas en la vida cotidiana y la afección directa a la vida socialmente activa. Donde en el caso de la tecnología o las redes sociales, el individuo tiende a aislarse sin notarlo, pues desarrolla indirectamente un caparazón virtual en la cual se siente seguro y/o valorado. Además, en caso de tener deberes,

este individuo manifestara una disminución significativa en el rendimiento académico o laboral.

Teniendo en cuenta lo planteado por Griffiths (2005), se pueden tomar en cuenta los siguientes signos o síntomas para determinar una adicción a las redes:

- **Saliencia:** Se le conoce así a la acción en la una actividad específica toma una importancia casi vital para la persona. Tomando control de sus acciones, pensamientos, emociones y reacciones.
- **Cambios de humor:** Proceso constante en el que la persona manifiesta “subidones” o “bajones” en el estado de ánimo únicamente por realizar o no realizar una acción en concreto.
- **Tolerancia:** Es lo equivalente a la necesidad de acrecentar las veces en las que una acción se repite. Esto, porque el simple hecho de realizar la acción ya no es tan satisfactorio como antes.
- **Síndrome de abstinencia:** Se le llama así a la sensación de incomodidad tanto física, como psicológica, social y emocional derivada de la disminución de una conducta en específico.
- **Conflicto:** Es la presencia de conflictos interpersonales e intrapersonales que comúnmente, se manifiestan como una pérdida de control sobre lo que se quiere hacer.
- **Recaída:** Es la constante regresión al principio de todo el patrón de conductas, signos y síntomas que generalmente se da luego de un periodo de abstinencia.

Dimensiones.

De acuerdo a lo propuesto por Escura y Salas (2014) en el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS), se deben tomar en cuenta tres dimensiones y estas serían:

- **Obsesión por las redes sociales.**

Referido a la ansiedad por la que atraviesa un individuo cuando no consigue hacer uso de las redes sociales. Este componente se caracteriza principalmente por el compromiso mental que mantiene la persona con las redes sociales.

- **Falta de control personal en el uso de las redes sociales.**

Este componente se caracteriza por definir la falta de control que tiene la persona al momento de paralizar actividades importantes con el único motivo de usar las redes sociales.

- **Uso excesivo de las redes sociales.**

Referido al tiempo desproporcional que se le brinda constantemente al uso de las redes sociales. Esta dimensión se distingue principalmente por la dificultad que atraviesa el individuo para dominar el uso y el tiempo de uso de sus redes sociales.

Factores asociados a la adicción de las redes sociales.

De acuerdo con Fernández (2013) se puede identificar la adicción a las redes sociales a través de ciertas características que la persona evidencia. Dichas características son la siguientes:

- a) **Síndrome de abstinencia:** La persona muestra síntomas y alertas al momento en que se desprende de la actividad de la cual es dependiente, estos síntomas son físicos y psicológicos.

- b) Saliencia:** La persona deja para otro momento o no realiza sus actividades pendientes o deberes por decidir priorizar e uso de las redes sociales.
- c) Conflicto:** Sucede cuando la adicción del sujeto obstaculiza sus relaciones interpersonales con las personas de su alrededor, como su familia, amigos, descuida su ámbito laboral, académico generando así un conflicto consigo mismo.

2.2.2. Procrastinación académica

Según Álvarez (2010), es el dejar para después lo que se puede hacer ahora, o dejar para después las tareas que se consideran menos agradables y realizar otras actividades más sencillas o agradables. Esto, ocasiona que, sin darse cuenta, la persona desarrolle un bajo rendimiento en la escuela o en la universidad.

Gafni y Geri (citado de Natividad, 2014) refieren que la procrastinación hace su aparición en las actividades que el sujeto mismo decide aplazar. Dejando así para el momento menos adecuado el inicio de la actividad a realizar, optando por darle importancia o relevancia a lo más sencillo. Como consecuencia de esto, muchas veces la actividad en conjunto queda incompleta. Así mismo, Natividad (2014) agrega que, la procrastinación, también puede ser definida como la acción de realizar todo tipo de actividad, menos la que se debe realizar. Creando, como consecuencia de esto, un gran problema al momento de querer alcanzar un logro.

Busko (1998) precisa la procrastinación académica como el postergar tareas, o tener una falta de interés de desarrollarlas con éxito. Perjudicando de manera comportamental y cognitiva al estudiante al llegar puntual a la escuela, realizar sus tareas, ser organizado, entre otras cosas.

Steel (2007) menciona que la procrastinación es un conjunto de características que tienen ciertas personas por aplazar sus actividades de manera voluntaria, y no

realizar ciertas actividades que tiene un tiempo estimado de presentación. Por otro lado, cabe mencionar que el autor afirma la existencia de una relación entre la procrastinación, la baja autoestima, la depresión y la ansiedad.

Modelos/teorías de la procrastinación académica.

Modelo motivacional.

Para Ferrari et al. (1995) el sentimiento que se produce al conseguir una meta tiene se relaciona directamente con la conducta que se manifiesta en el organismo al fracasar en algo o, caso contrario, al lograr algo. Debido a ello, cuando una persona percibe que de alguna manera no lograra el resultado esperado por los demás o por él mismo, decide procrastinar y desplazar esa meta, buscando una opción más sencilla para cumplir el objetivo y sentirse agrado con los resultados.

Así mismo, agregan los autores, muchas veces, la persona que se acostumbra a procrastinar y obtener los resultados, toma como ejemplo ello para más adelante, sentirse motivado a actuar bajo los efectos de la adrenalina que trabajar a última hora conlleva consigo. Confiando en que los resultados serán los mismos sin importar el orden o la prioridad que le brinde las actividades a realizar.

Modelo psicodinámico según Baker.

Baker (1979) citado por Rothblum (1990), menciona que, para este modelo, la procrastinación se produce a consecuencia del miedo que siente la persona por el fracaso. Pues, la sensación de llegar a fracasar ocasiona todo tipo de reacciones negativas en la psique de la persona y esto la obliga a desistir de la actividad. Desplazando así, todo tipo de metas, objetivos, finalidades y sobre todo actividades en los distintos contextos donde el rendimiento es lo más importante (escuela, universidad, trabajo). Así mismo, el miedo a fracasar es tanto, que busca suplantar las actividades que detecta como hostiles o peligrosas, con actividades placenteras

para la persona. Las cuales tomarán una relevancia o un protagonismo mayor frente a las responsabilidades iniciales.

Para la formulación psicodinámica, todo este proceso se debe a que el individuo en cuestión no tuvo una crianza adecuada, generando daños en la autoestima del sujeto. Por lo que, le resulta casi imposible tolerar de la mejor manera una frustración o un fracaso. Todo este aprendizaje indirecto, se resume en que la persona, como mecanismo de defensa, prefiere huir del campo de batalla antes de luchar y perder. Esta baja autoestima y tolerancia a la frustración entonces, para el modelo psicodinámico, serían las principales causas de la procrastinación en la persona.

Modelo de Steel.

Para Steel (2007), la procrastinación es la secuela que se produce entre la relación de un objetivo académico o laboral y el como un sujeto enfrenta estas actividades o tareas del día al día, incluyendo la expectativa que tienen en si mismos y sobre el éxito que tendrán. Por los que las capacidades de afrontamiento y la motivación toman un papel muy importante para este modelo que plantea Steel. Pues, si la persona se percibe completamente apta y hábil frente a los objetivos que se le han planteado, no tendrá ningún impedimento para realizarlos más que factores precisos como el tiempo o el orden a realizar. Sin embargo, de verse sobrepasado por las actividades, empezará a excusar con todo tipo de factores el por qué no debe realizar las acciones necesarias para alcanzar sus objetivos.

Steel (2007) manifiesta que el nivel de importancia que le pone una persona a cada una a sus actividades es el punto de partida para decidir si procrastinar o no. Si el individuo en cuestión interpreta sus actividades importantes (ya sean académicas o laborales) con una baja importancia y, a su vez, reconoce que actividades de ocio

u otras actividades en general, son más importantes que las anteriormente mencionadas, es más propenso a procrastinar y dejar de lado estas primeras. Por lo que, para que una persona no procrastine, según el modelo de Steel, necesita reconocer que las actividades a realizar son necesarias para adquirir sus logros sin importar el margen de error que estos resultados puedan presentar.

Dimensiones.

De acuerdo a lo planteado por Busko (1998) y posteriormente por Rojas (2020), al hablar de procrastinación académica, se puede hablar de una variable unifactorial y, a su vez, de una variable constituida por dos factores que se relacionan entre sí. Para el propósito de la presente investigación, es pertinente tomar en cuenta dos factores ya planteados y desarrollados por los autores anteriormente mencionados y estos serían:

- a. Autorregulación académica:** Este componente hace referencia a todos los utensilios que el estudiante puede emplear respecto a lo académico. El tiempo dedicado a prepararse para un examen, la dedicación brindada al aprender y mejorar, el grado en el que se involucra en sus actividades y la búsqueda de fuentes de ayuda presencial cuando resulta necesario.
- b. Postergación de la actividad:** Esta dimensión hace referencia a la acción de aplazar tareas y actividades para el último momento. Sobre todo, cuando se trata de cursos o asignatura que no son del completo gusto del educando.

Factores asociados a la procrastinación académica.

Género.

Rodríguez y Clariana (2017) mencionan que la literatura y los antecedentes en general, reconocen al género femenino como el más puntual y responsable al

momento de realizar actividades. Por ello que sería de gran importancia continuar estudiando estos aspectos.

Edad.

Rodríguez y Clariana (2017) afirman a su vez que, en la mayoría de los casos, son los educandos adolescentes los que más suelen procrastinar, perjudicando así su nivel académico y creando una cultura de procrastinación que los acompañará hasta la etapa laboral de no superarla.

Hábitos.

Missildine (1963) citado por Charca y Taco (2017) afirma que presentar un repertorio de hábitos correctos es consecuencia de la educación que hubo en casa, pues la familia juega un rol muy importante. Además, menciona que, la procrastinación se debe a una educación inadecuada que el individuo recibió desde pequeño, pues de ser coaccionados por los padres para conseguir metas demasiado elevadas, estos niños irían creciendo con una menor tolerancia al fracaso y a la frustración.

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

Redes sociales

Orihuela (2008) puntualiza que son espacios web que permiten y facilitan la relación entre usuarios para compartir información (fotos, videos, publicaciones, ubicaciones), coordinar acciones (publicitarias o privadas), mantenerse en contacto, entre otras cosas.

Adicción a las redes sociales

Considera que es una enfermedad física y psicológica, pues crea una dependencia al estar constantemente conectado a la red, sus síntomas involucran factores tanto biológicos como sociales, esta enfermedad muestra episodios de

descontrol, cambios en la conducta y pensamiento, al igual que una negación por reconocer su enfermedad (Escurra y Salas, 2014).

Procrastinación

Steel (2007) menciona que es un conjunto de características que tienen ciertas personas por prorrogar sus actividades de manera voluntaria, y no realizar ciertas actividades que tiene un tiempo estimado de presentación.

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo

Fue una indagación de tipo correlacional en la medida que pretende vislumbrar la vinculación o asociación entre dos o más categorías o cualidades en un ambiente particular. “Cuando se trata de una muestra de sujetos, el investigador aprecia la existencia de los fenómenos que quiere asociar, y luego los correlaciona mediante técnicas estadísticas de análisis de correlación” (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018, p. 76).

3.1.2. Diseño

El diseño es no experimental y transversal, definiéndose como la búsqueda que se puede realizar sin manipulación deliberada de cualidades. Es decir, “se trata de un estudio en el que no se modifican deliberadamente variables independientes para comprender sus efectos sobre otras variables, sino que se limita a observar fenómenos que ocurren en el medio natural y luego analizarlos” (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018, p. 89).

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

La población quedó conformada por 2 094 estudiantes de educación secundaria, incluyendo ambos sexos, abarcando del 1º al 5º grado, abarcando las edades entre 12 a 16 años, y que se encuentran registrados en el plantel educativo público “Javier Heraud”, que pertenece a la UGEL 01 San Juan de Miraflores y queda ubicada en la localidad de “San Juan de Miraflores” en Lima Sur. En la tabla 1 se aprecia la composición de la población total según grado escolar y sexo.

Tabla 1*Composición de la población por grado escolar y sexo*

Grado escolar	Sexo	
	H	M
1º	224	204
2º	209	192
3º	202	218
4º	218	209
5º	191	227
Sub-total	1 044	1 050
Total	2 094	

3.2.2. Muestra

La muestra representativa fue constituida por 325 estudiantes del 2º al 5º grado de educación secundaria; el tamaño de la muestra se calculó a partir de la fórmula del tamaño de muestra, teniendo en cuenta un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 5 %. Fue necesario un muestreo no probabilístico intencional para formar la muestra. Los criterios de inclusión y exclusión fueron:

A. Criterio de inclusión:

- Estudiantes matriculados en el plantel educativo público “Javier Heraud”.
- Estudiantes con edades comprendidas entre 12 y 17 años.
- Estudiantes que marquen las respuestas del formulario.
- Estudiantes que acepten participar voluntariamente de la indagación (asentimiento informado).

B. Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no se hayan matriculado en el plantel educativo público “Javier Heraud”.
- Estudiantes cuyas edades sean menores a 12 años y mayores a 17 años.

- Estudiante que no marquen a las respuestas del formulario.
- Estudiantes que manifiestas alguna discapacidad física o sensorial.
- Estudiantes que no admitan participar voluntariamente de la indagación (asentimiento informado).

3.3. Hipótesis

3.3.1. Hipótesis general

H₆: La adicción a las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares de un colegio público de San Juan de Miraflores, 2021.

H₀: La adicción a las redes sociales no se relaciona significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares de un centro educativo público de San Juan de Miraflores, 2021.

3.3.2. Hipótesis específicas

H_{e1}: Existen discrepancias significativas al comparar la adicción a las redes sociales en función al sexo de los adolescentes escolares.

H₀: No existe discrepancias significativas al comparar la adicción a las redes sociales en función al sexo de los adolescentes escolares.

H_{e2}: Existen discrepancias significativas al comparar la procrastinación académica en función al sexo de los adolescentes escolares.

H₀: No existe discrepancias significativas al comparar la procrastinación académica en función al sexo de los adolescentes escolares.

H_{e3}: Las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control personal y uso excesivo se relacionan significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares.

H₀: Las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control personal y uso excesivo no se relacionan significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares.

H_{e4}: Los componentes de la procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades, se relacionan significativamente con la adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares.

H₀: Los componentes de la procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades, no se relacionan significativamente con la adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares.

3.4. Variables – Operacionalización

Tabla 2

Matriz de operacionalización de adicción a las redes sociales

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Adicción a las redes sociales	“Es un patrón mal adaptativo de la conducta al ejecutar constantemente actividades que conlleva a un deterioro o malestar clínicamente significativo” (Eскурra y Salas, 2014, p. 74).	Puntaje obtenido por el “Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Eскурra y Salas”, cuyas propiedades psicométricas fueron revisas por Blas (2019).	Obsesión	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	Ordinal
			Falta de control personal	4, 11, 12, 14, 20, 24	
			Uso excesivo	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	

3.5. Métodos y técnicas de investigación

Método

Esta indagación designó un método hipotético – deductivo, admitido como “aquel procedimiento investigativo que inicia con la observación de un hecho o problema, permitiendo la formulación de una hipótesis que explique provisionalmente dicho problema, para luego realizar su comprobación” (Quesada, Apolo y Delgado, 2018, p. 24).

Técnica

Fue la encuesta la técnica empleada, a través de la cual se “recolectan los datos de la muestra estudiada por medio de instrumentos de medición, con el fin de generalizar, analizar, describir e interpretar las variables en la población” (Alarcón, 2013, p. 109).

3.5.1. Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (CARS)

Descripción del instrumento.

El cuestionario fue construido por los psicólogos Miguel Escurra y Edwin Salas en el año 2014. El propósito de esta prueba es evaluar el nivel de adicción que presenta el individuo ante el uso de redes sociales. Se conformó bajo un modelo de tres dimensiones: obsesión, falta de control personal y uso excesivo distribuido en 24 ítems, con escala tipo Likert. Su aplicación es individual o colectiva, dirigida a adolescentes y adultos, cuya aplicación dura hasta un máximo de 20 minutos.

Aspectos psicométricos de la prueba original.

Escurra y Salas (2014) analizaron la validez de constructo por Análisis Factorial Exploratorio obteniendo un KMO de .95 con una prueba de Barlett de $p < .00$, como también analizaron la confiabilidad por consistencia interna a través del Alfa de Cronbach en donde el primer factor obtuvo .91, en el segundo .88, en la tercera .92 y

en el total .95, lo que indica que el instrumento posee una validez y confiabilidad aceptable.

Aspectos psicométricos de la prueba adaptada.

Blas (2019) analizó el cuestionario de adicción a redes sociales en donde utilizó la validez de contenido obteniendo valores mayores a .90 en la V de Aiken, así mismo se utilizó el análisis factorial exploratorio en donde obtuvo un KMO de .946 con prueba de Barlett de .00 con una varianza total explicada de 52.82%, además, halló el análisis factorial confirmatorio en donde obtuvo índices de ajustes adecuados y aceptables ($X^2=3.34$, CFI=.923, TLI=.912, RMSEA .063). Por otro lado, se realizó el análisis por consistencia interna a través del Alfa de Cronbach, en donde las dimensiones obtuvieron valores entre .553 a .812, y en el total .812, también se analizó por el coeficiente de Mc Donald en donde las dimensiones obtuvieron valores entre .558 a .814, y en el total obtuvo un .802.

Baremos**Tabla 4***Normas percentiles del "Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales"*

Nivel	Pc	Obsesión	Falta de control personal	Uso excesivo	Total
	1				
	2			0 a 1	0 a 5
	3		0 a 1		6 a 7
	4			2	8
Muy bajo	5	0 a 1	2		9
	6				
	7				10
	8	2			11
	9		3	4	
	10	3		5	12 a 13
Bajo	15		4	6	11 a 18
	20	4	5	7	19 a 20
	25	5	6	8	21 a 22
	30	6		9	23
	35	7	7	10	24 a 26
	40	8			27 a 28
	45	9	8	11	29 a 30
Promedio	50	10	9	12	31 a 32
	55	11		13	33
	60	12	10	14	35
	65	13			36 a 38
	70	14	11	15	39 a 42
	75	15 a 16		16 a 17	43 a 45
	80	17	12	18	46 a 49
Alto	85	18 a 20	13 a 14	19	50 a 52
	90	21	15	20	53 a 55
	91	22		21	56
	92				57
	93	23 a 24		22	58 a 59
	94		16		60
Muy alto	95	25		23	61 a 63
	96	26	17	24	64 a 65
	97	28 a 29		25	66 a 71
	98	30 a 31	18	26	72 a 74
	99	32 a más	20 a más	27 a más	75 a más
M		11.37	9.30	12.88	33.55
D.S.		7.487	4.365	6.270	16.269

Fuente: Blas, 2019, p. 26.

La tabla 9 exhibe las normas percentilares para el puntaje total de la prueba, así como sus factores empleando las siguientes categorías: muy bajo, bajo, promedio, alto y muy alto.

3.5.2. Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Descripción del instrumento.

Fue diseñada por Deborah Ann Busko en 1998 y luego adaptada a nuestro contexto por Álvarez (2010). La versión original de la escala se constituye por 16 ítems. Se puede administrar en jóvenes y adultos de forma individual o colectiva. La forma de respuesta a cada ítem se realiza con una escala de tipo Likert de cinco puntos: 1 = nunca, 2 = casi nunca, 3 = a veces, 4 = casi siempre y 5 = siempre). Tiene como propósito evaluar el grado de procrastinación académica. Los puntajes adquiridos se fraccionan de la siguiente manera: 1 al 25, poseen un valor bajo, del 30 al 70 un valor medio y 75 al 99 un valor alto.

Aspectos psicométricos de la prueba original.

112 estudiantes de pregrado de la Universidad de Guelph (33 hombres y 79 mujeres) participaron de la administración de la versión original del instrumento. La edad promedio fue de 22.36 años, los educandos pertenecieron al primer y tercer ciclo de Ciencias Sociales, y el número de participantes fue de 59 y 53 respectivamente. Por lo tanto, por su estructura y redacción, puede ser administrado a la población joven. Busko (1998, citado por Álvarez, 2010) informa que se utilizó la consistencia interna para evaluar la confiabilidad mediante el coeficiente Alpha de Cronbach. Los resultados muestran que el coeficiente de procrastinación general fue .82 y la procrastinación académica fue .86.

Aspectos psicométricos de la adaptación peruana.

En el 2020, Rojas comprobó las evidencias de validez y confiabilidad de la prueba en una muestra representativa de estudiantes de educación secundaria de la comunidad de Puente Piedra. Por el método de criterio de jueces, la prueba V de Aiken determino que todos los ítems (16) que conformaron la escala cumplen con los aspectos que se analizan y son aceptados. Luego, buscando evidencias para la validez de constructo, se procedo al Análisis Factorial Exploratorio (KMO = .819) basándose en una muestra de 731 sujetos, hallándose que dos factores (autorregulación académica y postergación de actividades) explican un 46.837% de la varianza total. En seguida se procede con el Análisis Factorial Confirmatorio, en donde los valores obtenidos fueron: $\chi^2 / gl = 1.76$, RMSEA= 0.032, CFI=0.985 y TLI=0.975 cumpliendo de manera adecuada lo establecido. Para las evidencias de confiabilidad se empleó el método de consistencia interna, a través del coeficiente de Alfa de Cronbach y de Omega. Para la dimensión autorregulación académica el coeficiente de alfa fue .770 y de Omega fue .776; entre tanto, la dimensión postergación de actividades genero un valor de alfa igual a .704 y un valor de Omega de .705.

Baremos

Tabla 5

Normas percentiles de la "Escala de Procrastinación Académica (EPA)"

Categorías	Pc	Autorregulación académica	Postergación de actividades	Procrastinación académica
Bajo	1	8	2	11
	10	12	2	16
	20	14	3	18
	30	15	4	20
	40	17	4	22
Promedio	50	18	5	23
	60	20	6	25
	70	22	6	27
	80	23	7	29
Alto	90	25	8	31
	99	32	10	40

Fuente: Rojas, 2020, p. 28.

La tabla 5 exhibe las normas percentiles de los puntajes totales y por dimensiones de la Escala de Procrastinación Académica (EPA).

3.6. Procesamiento de los datos

En primer lugar, se requirió la aprobación de la dirección general del centro educativo; en seguida, se administró la encuesta por medio del formulario de Google, facilitando su alcance y acceso a los educandos. En dicha encuesta se incluyó el asentimiento informado y el propósito de la indagación. El tiempo estimado para completar la encuesta fue de 25 minutos aproximadamente.

Después de obtener las puntuaciones de cada instrumento, se estableció una base de datos en el "Programa Estadístico para las Ciencias Sociales" (SPSS) español 24^o edición para el respectivo análisis estadísticos tanto descriptivos como inferenciales basados en los objetivos e hipótesis propuestos.

CAPÍTULO IV
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 6

Medidas descriptivas de la variable adicción a las redes sociales

	Mín.	Máx.	M	D.S.	Asimetría
Obsesión	0	32	8.74	5.289	2.126
Falta de control personal	0	23	8.49	3.644	.758
Uso excesivo	1	30	11.34	4.549	.796
Adicción a las redes sociales	1	80	28.56	11.331	1.431

Nota: n = 325.

En la tabla 6, se aprecia que la media más elevada la consiguió la dimensión uso excesivo (M = 11.34; D.S. = 4.549) y los puntajes se encuentran reunidos por encima de esta (.796); mientras que, la media más baja la obtuvo la dimensión falta de control personal (M = 8.49; D.S. = 3.644) y los puntajes se encuentran reunidos por encima de esta (.758). Por lo concerniente a la adicción a las redes sociales, se calculó una media de 28.56, con una desviación estándar de 11.331, siendo el puntaje mínimo obtenido 1 y el puntaje máximo 80. El coeficiente de asimetría para la variable fue de 1.431, mostrando que los puntajes obtenidos se ubican por encima de la media.

Tabla 7

Frecuencias y porcentajes de los niveles de adicción a las redes sociales

	Obsesión		Falta de control personal		Uso excesivo		Adicción a las redes sociales	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Muy bajo	13	4.0	15	4.6	13	4.0	4	1.2
Bajo	28	8.6	51	15.7	46	14.2	63	19.4
Promedio	258	79.4	197	60.6	235	72.3	233	71.7
Alto	12	3.7	46	14.2	21	6.5	11	3.4
Muy alto	14	4.3	16	4.9	10	3.1	14	4.3
Total	325	100.0	325	100.0	325	100.0	325	100.0

Nota: M = 28.56.

En la tabla 7, se aprecia que, del total de participantes, el 79.4% (258) se ubicaron en el nivel promedio para la dimensión obsesión, seguido de un 8.6% (28) en el nivel bajo y un 4.3% (14) en el nivel muy alto. Para la dimensión falta de control personal, el 60.6% (197) lograron un nivel promedio, seguido de un 15.7% (51) en el nivel bajo y un 14.2% (46) en el nivel alto. Para la dimensión uso excesivo, el 72.3% (235) obtuvieron un nivel promedio, seguido de un 14.2% (46) en el nivel bajo y un 6.5% (21) en el nivel alto. En cuanto a la adicción a las redes sociales, el 71.1% (233) se posicionaron en el nivel promedio, seguido de un 19.4% (63) en el nivel bajo y un 4.3% (14) en el nivel muy alto.

Tabla 8

Medidas descriptivas de la variable procrastinación académica

	Mín.	Máx.	M	D.S.	Asimetría
Autorregulación académica	8	32	17.26	5.925	.413
Postergación de actividades	1	10	4.53	1.847	.589
Procrastinación académica	9	39	21.79	5.539	.458

Nota: n = 325.

En la tabla 8, se aprecia que la media más elevada la consiguió la dimensión autorregulación académica (M = 17.26; D.S. = 5.925) y los puntajes se encuentran reunidos por encima de esta (.413); mientras que, la media más baja la adquirió la dimensión postergación de actividades (M = 4.53; D.E. = 1.847) y los puntajes se encuentran reunidos por encima de esta (.589). En cuanto a la procrastinación académica, se calculó una media de 21.79, con una desviación estándar de 5.539, siendo el puntaje mínimo obtenido 9 y el puntaje máximo 39. El coeficiente de asimetría para la variable fue de .458, demostrando que los puntajes obtenidos se ubican por encima de la media.

Tabla 9*Frecuencias y porcentajes de los niveles de procrastinación académica*

	Autorregulación académica		Postergación de actividades		Procrastinación académica	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	107	32.9	100	30.8	113	34.8
Promedio	160	49.2	173	53.2	170	52.3
Alto	58	17.8	52	16.0	42	12.9
Total	325	100.0	325	100.0	325	100.0

Nota: M = 21.79

En la tabla 9, se aprecia que, del total de participantes, el 49.2% (160) se ubicaron en el nivel promedio para la dimensión autorregulación académica, seguido de un 32.9% (107) en el nivel bajo y un 17.8% (58) en el nivel alto. Para la dimensión postergación de actividades, el 53.2% (173) lograron un nivel promedio, seguido de un 30.8% (100) en el nivel bajo y un 16% (52) en el nivel alto. En cuanto a la procrastinación académica, el 52.3% (170) se posicionaron en el nivel promedio, seguido de un 34.8% (113) en el nivel bajo y un 12.9% (42) en el nivel alto.

Tabla 10*Análisis de la bondad de ajuste a la curva normal de las variables*

	Adicción a las redes sociales	Procrastinación académica
Z de Kolmogorov-Smirnov	2.374	2.059
Sig.	.000	.000

Nota: "Z" = estadístico de la prueba Kolmogorov-Smirnov; sig. = significancia estadística.

La tabla 10, presenta los resultados de prueba Z de Kolmogorov-Smirnov del análisis de normalidad de las variables de investigación. Se aprecia que la variable adicción a las redes sociales obtuvo un valor calculado de 2.374 con un nivel de significancia (sig.) de .000; del mismo modo, la variable procrastinación académica, consiguió un valor calculado de 2.059, con un nivel de significancia (sig.) de .000

dichos valores de significancia fueron menores al valor crítico de .05; de modo que, existen evidencias estadísticas suficientes de que los datos de estas dos variables no están cerca de una distribución normal, habiendo que emplearse pruebas no paramétrica.

4.2. Contrastación de hipótesis

Tabla 11

Análisis de la correlación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica

		Procrastinación académica
Adicción a las redes sociales	rho	.197
	Sig.	.000
	n	325

Nota: rho = coeficiente de correlación; sig. = significancia estadística; n = tamaño de muestra.

En la tabla 11, se exhibe que la variable adicción a las redes sociales obtuvo una correlación de tipo directa, de intensidad débil y altamente significativa (rho = .197; sig. = .000) con la variable procrastinación académica; tomando en cuenta los resultados se puede apreciar que cuando aumenta las puntuaciones de adicción a las redes sociales, también aumentan las puntuaciones de procrastinación académica en una muestra representativa de adolescentes escolares. Por tanto, se acepta la hipótesis general alternativa.

Tabla 12

Análisis de la correlación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales y procrastinación académica

		Procrastinación académica
Obsesión	rho	.286
	Sig.	.000
Falta de control personal	rho	.068
	Sig.	.223
Uso excesivo	rho	.126
	Sig.	.023

Nota: rho = coeficiente de correlación; sig. = significancia estadística.

En la tabla 12, se contempla que la variable procrastinación académica obtuvo una correlación de tipo directa, de intensidad baja y estadísticamente muy significativa con la dimensión obsesión ($\rho = .286$; sig. = .000); y una correlación de intensidad débil y estadísticamente significativa con la dimensión uso excesivo ($\rho = .126$; sig. = .023). En otros términos, a mayor puntuación de procrastinación académica, aumentan las puntuaciones de la obsesión y uso excesivo en una muestra representativa de adolescentes escolares. Por ende, se acepta la hipótesis específica alternativa.

Tabla 13

Análisis de la correlación entre las dimensiones de la procrastinación académica y adicción a las redes sociales

		Adicción a las redes sociales
Autorregulación académica	rho	-.165
	Sig.	.003
Postergación de actividades	rho	.094
	Sig.	.092

Nota: rho = coeficiente de correlación; sig. = significancia estadística.

En la tabla 13, se contempla que la variable adicción a las redes sociales obtuvo una correlación de tipo inversa, de intensidad débil y estadísticamente muy significativa con la dimensión autorregulación académica ($\rho = -.165$; sig. = .003). Es decir, a mayor presencia de adicción a las redes sociales, menor es la presencia de autorregulación académica, en una muestra representativa de adolescentes escolares. Sin embargo, se aprecia que la adicción a las redes sociales no mantuvo correlación significativa con la dimensión postergación de actividades ($\rho = .094$; sig. = .092). En consecuencia, se acepta la hipótesis específica alternativa.

Tabla 14*Análisis comparativo según sexo de la adicción a las redes sociales y dimensiones*

	Género	Rango promedio	"U"	Sig.
Obsesión	Hombre	177.52	10498.500	.002
	Mujer	145.42		
Falta de control personal	Hombre	164.40	12834.000	.767
	Mujer	161.31		
Uso excesivo	Hombre	166.07	12536.000	.515
	Mujer	159.28		
Adicción a las redes sociales	Hombre	171.34	11599.000	.078
	Mujer	152.90		

Nota: "U" = estadístico; sig. = significancia estadística.

En la tabla 14, se aprecia el cálculo de la prueba "U" de Mann – Whitney para determinar si las discrepancias halladas entre el grupo de hombres y mujeres eran significativas para la variable adicción a las redes sociales y dimensiones. Se reporta que existen discrepancias estadísticas muy significativas ($p < .01$) en las puntuaciones de la dimensión obsesión ($U = 1640.5$; sig. = .002) de acuerdo al sexo de los participantes, siendo el grupo de hombres el que obtuvo un mayor rango promedio ($R_p = 177.52$), en comparación con el grupo de mujeres ($R_p = 145.42$). Por tanto, se acepta la hipótesis alternativa y la hipótesis nula rechazada.

Tabla 15*Análisis comparativo según sexo de la procrastinación académica y dimensiones*

	Género	Rango promedio	"U"	Sig.
Autorregulación académica	Hombre	205.67	5487.500	.000
	Mujer	111.33		
Postergación de actividades	Hombre	143.63	9635.500	.000
	Mujer	186.45		
Procrastinación académica	Hombre	205.52	5515.000	.000
	Mujer	111.52		

Nota: "U" = estadístico; sig. = significancia.

En último lugar, en la tabla 15, se aprecia el cálculo de la prueba “U” de Mann – Whitney para determinar si las discrepancias halladas entre el grupo de hombres y mujeres eran significativas para la variable procrastinación académica y dimensiones. Se reporta que existen discrepancias estadísticas muy significativas ($p < .01$) para las puntuaciones de la dimensión autorregulación académica ($U = 5487.5$; sig. = .000), y procrastinación académica ($U = 5515.0$; sig. = .000), siendo el grupo de hombres los que adquirieron mayores rangos promedios ($R_p = 205.67$; $R_p = 205.52$); para el caso de la dimensión postergación de actividades ($U = 9635.5$; sig. = .000), se encontraron discrepancias estadísticas muy significativas a favor del grupo de mujeres ($R_p = 186.45$) en contraste con los hombres ($R_p = 143.63$).

CAPÍTULO V

DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y

RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

En concordancia con el objetivo general, “determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de un centro educativo público de San Juan de Miraflores, 2021”, los resultados obtenidos en la tabla 11 demuestran que entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica existe una correlación estadística muy significativa, de tipo directa y con una intensidad débil ($\rho = .197$; $\text{sig.} = .000$), reflejando que los adolescentes escolares que muestra un patrón mal adaptativo sobre uso de las redes sociales (Escurrea y Salas, 2014), muestran una relación directa con el acto de postergar tareas, o tener una falta de interés de desarrollarlas con éxito (Busko, 1998).

Los datos analizados se asemejan con lo encontrado por Arévalo (2021), al concluir que los estudiantes de educación secundaria de una institución educativa en la ciudad de Trujillo, mostraron una correlación altamente significativa de tipo directa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ($p < .05$). Por su parte, Hernández (2020) al analizar una muestra de estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Piura, evidenciaron una correlación significativa de tipo directa ($\rho = .487$, $p < .05$). Asimismo, Cahuana (2019) encontró una correlación significativa y directa ($\rho = .297$; $p < .05$) entre procrastinación académica y adicción a las redes sociales en una muestra de estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de la ciudad de Arequipa. Del mismo modo, Ramírez et al. (2021) en una muestra de estudiantes universitarios de la Universidad de Puebla en México, encontraron que existe una correlación estadísticamente significativa entre ambas variables de manera directa ($\rho = .337$, $p < .01$). No obstante, Paredes (2019) no concuerda con este resultado, al concluir que no existe una correlación entre ambas variables ($\rho = -.037$, $p = .582$).

Como lo hace notar Terán (2019) el uso desproporcionado de las redes sociales, genera una serie de cambios en la conducta del individuo, convirtiéndose en su centro de actividad vital, provocando un distanciamiento progresivo de las relaciones familiar y sociales, pérdida del control sobre el tiempo empleado, rumiación del pensamiento acerca de las redes sociales, contribuyendo con el surgimiento de dificultades en el desempeño y rendimiento académico, entre ellos la procrastinación de tareas escolares.

De acuerdo con el primer objetivo específico “identificar el nivel de adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares”, los resultados de la tabla 7 nos revelan que, el 71.1% (233) de encuestados se posicionaron en el nivel promedio de adicción a las redes sociales, seguido de un 19.4% (63) en el nivel bajo y un 4.3% (14) en el nivel muy alto. Para obsesión, el 79.4% (258) se ubicaron en el nivel promedio, seguido de un 8.6% (28) en el nivel bajo y un 4.3% (14) en el nivel muy alto. Respecto a la dimensión falta de control personal, el 60.6% (197) lograron un nivel promedio, seguido de un 15.7% (51) en el nivel bajo y un 14.2% (46) en el nivel alto. En relación a la dimensión uso excesivo, el 72.3% (235) obtuvieron un nivel promedio, seguido de un 14.2% (46) en el nivel bajo y un 6.5%(21) en el nivel alto

Por tanto, existe un porcentaje representativo de adolescentes escolares que perciben un uso moderado de las redes sociales, suelen irritarse con cierta frecuencia al intentar desconectarse, y suelen mantenerse conectados por más tiempo del planificado previamente (Watson, 2015). Uno de los factores de riesgo para el surgimiento de una adicción a las redes sociales, de acuerdo con Echeburúa y Requesens (2012) es la vulnerabilidad psicológica, traducida en aspectos de personalidad, entendiendo por personalidad comportamientos propios y distintos de

un sujeto a otro y que permanecen con el tiempo. Se precisa que una alta extraversión y baja responsabilidad predice el tiempo usado en las redes sociales.

Arévalo (2019) se aproxima a estos resultados, al haber encontrado que el 35.6 % de los estudiantes de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo mostraron niveles de adicción a las redes sociales medio. Medrano et al. (2017), por su parte, la existencia de prevalencia para el nivel alto en la adicción a las redes sociales en una muestra de estudiantes de una universidad nacional de México. Hernández (2020), por otro lado, identifico que el 30.7% de estudiantes de secundaria se ubicaron en el nivel medio. De igual manera, Cahuana (2019) se encontró que el 43.4% de los estudiantes de secundaria presentaron un nivel de adicción medio. Paredes (2019), al contrario de los anteriores autores, encontró que el 56.9 % de estudiantes de secundaria de la ciudad de La Libertad se encontró en un nivel bajo de adicción a las redes sociales.

En cuanto al segundo objetivo específico, “identificar el nivel de procrastinación académica en los adolescentes escolares”, los resultados de la tabla 9 nos manifiesta que 52.3% (170) se posicionaron en el nivel promedio, seguido de un 34.8% (113) en el nivel bajo y un 12.9% (42) en el nivel alto. Para la dimensión autorregulación académica, el 49.2% (160) se ubicaron en el nivel promedio, seguido de un 32.9% (107) en el nivel bajo y un 17.8% (58) en el nivel alto. En cuanto a la dimensión postergación de actividades, el 53.2% (173) lograron un nivel promedio, seguido de un 30.8% (100) en el nivel bajo y un 16% (52) en el nivel alto.

En este sentido se entiende que un porcentaje relevante de adolescentes escolares se caracterizan por dejar para después lo que se puede hacer ahora, o dejar para después las tareas que se consideran menos agradables y realizar otras actividades más sencillas o agradables. Esto, ocasiona que, sin darse cuenta, la

persona desarrolle un bajo rendimiento en la escuela o en la universidad (Álvarez, 2010).

Paredes (2019), corroboran estos hallazgos, al señalar que el 66.7% de estudiantes de secundaria se ubicaron en el nivel medio, mientras que 32.9% se encontró en el nivel alto, seguido de un 0.4 % ubicado en el nivel bajo. Cahuana (2019), encontró que los estudiantes presentan niveles medio de procrastinación académica en su mayoría con 43.4%, el 28.3% de los estudiantes presentan un nivel de procrastinación alto y solo un 27.4% presentan una procrastinación baja. Ramos et al., (2018) señala que, el 16.1% de los alumnos presentaba un nivel moderado de procrastinación. Del Toro et al. (2019), encontraron resultados semejantes el identificar que el 29% de universitarios presentaron por encima del nivel medio de procrastinación académica.

Para el tercer objetivo específico “comparar la adicción a las redes sociales en función al sexo de los adolescentes escolares”, los resultados expuestos en la tabla 14 nos revela que existen discrepancias estadísticas muy significativas ($p < .01$) en las puntuaciones de la dimensión obsesión ($U = 1640.5$; sig. = .002) de acuerdo al sexo de los participantes, siendo el grupo de hombres el que obtuvo un mayor rango promedio ($R_p = 177.52$), en comparación con el grupo de mujeres ($R_p = 145.42$).

Núñez-Guzmán y Cisneros-Chávez (2019) discrepa de estos resultados, al haber concluido que no existen diferencias significativas con respecto a la variable adicción a las redes sociales, de acuerdo al sexo de los estudiantes del primer año de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. En otras palabras, tanto los hombres como las mujeres universitarias evidencias semejantes niveles de adicción a las redes sociales.

Para el cuarto objetivo específico “comparar la procrastinación académica en función al sexo de los adolescentes escolares”, los resultados expuestos en la tabla 15 nos revela que existen discrepancias estadísticas muy significativas ($p < .01$) para las puntuaciones de la dimensión autorregulación académica ($U = 5487.5$; sig. = .000), y procrastinación académica ($U = 5515.0$; sig. = .000), siendo el grupo de hombres los que adquirieron mayores rangos promedios ($R_p = 205.67$; $R_p = 205.52$); para el caso de la dimensión postergación de actividades ($U = 9635.5$; sig. = .000), se encontraron discrepancias estadísticas muy significativas a favor del grupo de mujeres ($R_p = 186.45$) en contraste con los hombres ($R_p = 143.63$).

En la literatura científica y los antecedentes en general, de acuerdo con Rodríguez y Clariana (2017) reconocen al género femenino como el más puntual y responsable al momento de realizar actividades, lo cual se corrobora en este estudio al precisar que los hombres procrastinan en mayor medida que las mujeres.

Al respecto, Núñez-Guzmán y Cisneros-Chávez (2019) al comparar la procrastinación académica en función al sexo de los estudiantes del primer año de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa concluyo que no existen discrepancias significativas; por lo tanto, el grupo de varones, así como el grupo de mujeres mostraron puntuaciones semejanzas. Por tanto, la conducta de dejar para después lo que se puede hacer ahora, o dejar para después las tareas que se consideran menos agradables y realizar otras actividades más sencillas o agradables, es similar en ambos sexos.

En cuanto al quinto objetivo específico “establecer la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control personal y uso excesivo, con la procrastinación académica en los adolescentes escolares”, los resultados expuestos en la tabla 12, se revela que la variable procrastinación

académica obtuvo una correlación de tipo directa, de intensidad baja y estadísticamente muy significativa con la dimensión obsesión ($\rho = .286$; sig. = $.000$); y una correlación de intensidad débil y estadísticamente significativa con la dimensión uso excesivo ($\rho = .126$; sig. = $.023$).

En otros términos, cuando los adolescentes escolares manifiestan ansiedad cuando no consiguen hacer uso de las redes sociales, dado el compromiso mental que mantienen y el tiempo desproporcionado que se brinda a las redes sociales (Ecurra y Salas, 2014), favorece la conducta de dejar para después lo que se puede hacer ahora, o dejar para después las tareas que se consideran menos agradables y realizar otras actividades más sencillas o agradables (Álvarez, 2010).

Para finalizar, en cuanto al sexto objetivo específico “establecer la relación entre los componentes de la procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades, con la adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares”, los resultados expuestos en la tabla 13, se revela que la variable adicción a las redes sociales obtuvo una correlación de tipo inversa, de intensidad débil y estadísticamente muy significativa con la dimensión autorregulación académica ($\rho = -.165$; sig. = $.003$). Sin embargo, se aprecia que la adicción a las redes sociales no mantuvo correlación significativa con la dimensión postergación de actividades ($\rho = .094$; sig. = $.092$).

Dicho de otra manera, cuando los adolescentes escolares manifiestan herramientas que puede emplear respecto a lo académico, tales como el tiempo dedicado a prepararse para un examen, la dedicación brindada al aprender y mejorar, el grado en el que se involucra en sus actividades y la búsqueda de fuentes de ayuda presencial cuando resulta necesario (Rojas, 2020), favorece la disminución de la preocupación excesiva por emplear las redes sociales, la necesidad de pasar más

tiempo conectado, intentos fracasados por disminuir su uso; un sentimiento de irritabilidad cuando intenta desconectarse, mentiras acerca de los propósitos de iniciar una conexión, y una disfunción como resultado de esta conducta (Watson, 2015).

Para finalizar, es importante destacar que los jóvenes con riesgo a sufrir adicción a las redes sociales, aunado a la procrastinación académica, constituyen problemáticas psicosociales, dado que tienen una serie de efectos y consecuencias en su desempeño académico, razón por la cual, son parte significativa del debate académico que efectúan los especialistas del ámbito de la salud psicológica. En ese sentido, es necesario realizar un mayor número de indagaciones que sigan profundizando sobre esta problemática estudiantil a fin de resolverlo.

5.2. Conclusiones

En base al análisis de los resultados desarrollado de acuerdo con los objetivos planteados, se extraen las siguientes conclusiones:

1. Respecto al objetivo general, se concluye que la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en los adolescentes escolares de segundo a quinto grado de educación secundaria, mantienen una correlación de tipo directa, de intensidad débil y estadísticamente muy significativa. En otros términos, se puede afirmar que, a mayores puntajes de adicción a las redes sociales, mayores puntajes de procrastinación académica.
2. Respecto al primer objetivo específico, se concluye que un porcentaje elevado del total de adolescentes escolares, obtuvieron un nivel promedio (71.1%) seguido de un 19.4% (63) en el nivel bajo y un 4.3% (14) en el nivel muy alto, indicando este último porcentaje una práctica desproporcionada y compulsiva de las redes sociales.

3. Respecto al segundo objetivo específico, se concluye que un porcentaje elevado del total de educandos, obtuvieron un nivel promedio (52.3%), seguido de un 34.8% (113) en el nivel bajo y un 12.9% (42) en el nivel alto, seguido de un 34.8% (113) en el nivel bajo y un 12.9% (42) en el nivel alto, indicando que aplazan sus actividades de manera voluntaria, y no realizar ciertas actividades que tiene un tiempo estimado de presentación
4. Respecto al tercer objetivo específico, se concluye que al comparar la adicción a las redes sociales y dimensiones de acuerdo al sexo, existen discrepancias estadísticas muy significativas en las puntuaciones de la dimensión obsesión, siendo el grupo de hombres el que consiguió un mayor rango promedio ($R_p = 177.52$), exteriorizando una mayor ansiedad cuando no consiguen hacer uso de las redes sociales.
5. Respecto al cuarto objetivo específico, se concluye que al comparar la procrastinación académica y dimensiones de acuerdo al sexo, el grupo de hombres evidencia mayor rango promedio para la dimensión autorregulación académica y procrastinación académica, demostrando que los educandos cuentan con herramientas que emplean en actividades académicas. Asimismo, postergan tareas o muestran falta de interés de desarrollarlas con éxito. No obstante, las mujeres mostraron mayor rango promedio en la dimensión postergación de actividades, caracterizando a este grupo por la acción de aplazar tareas y actividades para el último momento.
6. Respecto al quinto objetivo específico, se concluye que la variable procrastinación académica y la dimensión obsesión en los adolescentes escolares, guardan una correlación de tipo directa, de intensidad baja y estadísticamente muy significativa; y, una correlación de tipo directa, de

intensidad débil y estadísticamente significativa con la dimensión uso excesivo. Es decir, al aumentar la puntuación de procrastinación académica, aumentan las puntuaciones de la obsesión y uso excesivo.

7. Respecto al sexto objetivo específico, se concluye que la variable adicción a las redes sociales y la dimensión autorregulación académica en los adolescentes escolares de segundo a quinto grado de educación secundaria, guardan una correlación de tipo inversa, de intensidad débil y estadísticamente muy significativa. En otras palabras, al aumentar la puntuación de adicción a las redes sociales, disminuye la puntuación de autorregulación académica.

5.3. Recomendaciones

Con base en los hallazgos, se estipulan tres recomendaciones:

1. Para futuras investigaciones, se sugiere seguir indagando sobre esta población que ha sido objeto de estudio, con el propósito de vincular la adicción a las redes sociales con otras variables de sumo interés como el autocontrol, estilos de personalidad, el estrés académico, habilidades sociales, depresión, ansiedad, entre otras, para poder recabar datos significativos que permita conformar el patrón de comportamiento de los adolescentes en el ámbito escolar.
2. Se sugiere a la institución educativa, adquirir los servicios de un profesional de la carrera de Psicología, para que realice capacitaciones dirigidas al personal docentes y padres de familia acerca del impacto que produce el abuso de las redes sociales en los estudiantes, y su repercusión en el ámbito académico y social.

3. Se sugiere diseñar y comprobar los efectos de un programa de inteligencia emocional, para vigorizar las habilidades intrapersonales, interpersonales, adaptabilidad, manejo de estrés y estado de ánimo en general ; de esta manera, los estudiantes que conformaron el estudio contarán con habilidades específicas para afrontar con éxito el manejo de sus emociones y diversas situaciones sociales.

REFERENCIAS

- Agencia Española de Noticias EFE (2018, junio). *Uso de teléfonos móviles en adolescentes: Un gran problema para los estudiantes*.
<https://www.efe.com/efe/espana/1>
- Alarcón, R. (2013). *Métodos y diseños de investigación del comportamiento* (2º ed.). Fondo Editorial de la Universidad Ricardo Palma.
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista persona*, 13, 159-177. <http://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Andreassen, C. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Arevalo, C., y Yordana, K. (2021). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en alumnos de secundaria de una institución estatal de La Esperanza* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio de la Universidad Privada Antenor Orrego. <https://hdl.handle.net/20500.12759/7710>
- Ávila, Y., Camacho, D., Margfof, D. y Morales, C. (2019). *Procrastinación académica adicción a internet y ansiedad en estudiantes de Medicina Humana en la Universidad UDCA año 2018* [Tesis de pregrado, Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales]. Repositorio institucional de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales.
<https://repository.udca.edu.co/handle/11158/2646>
- Blas, A. (2019). *Propiedades psicométricas del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales en adolescentes de Colegios Particulares del distrito de Comas, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20500.12692/36812>

- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007): Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210 – 230.
<https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model* [Tesis doctoral, University of Guelph]. Repositorio de la University of Guelph. <https://hdl.handle.net/10214/20169>
- Cahuana, D. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/2822>
- Campos, E. (2017). Twitter y la comunicación política. *El profesional de la información*, 26(5), 785-794. <https://doi.org/10.3145/epi.2017.sep.01>
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temática Psicología*, 7(1), 53 – 62.
https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf
- Charca, V. y Taco, K. (2017). *Factores personales que influyen a la procrastinación académica en los estudiantes de la Facultad de ciencias Histórico Sociales – Unas, Arequipa, 2016* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín]. Repositorio de la Universidad Nacional de San Agustín.
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/6158>
- Choque, R. (2008, 16 de abril). *Habilidades para la vida en el ámbito escolar*.
<http://blog.pucp.edu.pe/blog/raulchoque/2008/11/07/habilidades-para-la-vida-en-elambito-escolar/>

- Choquecota, M. y Barrantes, 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 de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio de la Universidad Peruana Unión. <http://hdl.handle.net/20.500.12840/2667>
- Del Toro, M., Chávez, J. y Arias, M. (2019). Procrastinación académica y adicción al internet en estudiantes universitarios. *Gestión de las TICs en el Contexto de las Ciencias Administrativas y la Competitividad en las Organizaciones en México*, 4(1), 73-97. <https://ideas.repec.org/h/msn/gticsm/12-04.html>
- Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2),91-95. <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/196/0>
- Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012). *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes. Guía para educadores*. Pirámide.
- Escurra, M. y Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS). *Liberabit* 20(1), 73-91. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Plenum Press. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-0227-6>
- Fernández, N. (2013). Trastornos de conducta y redes sociales en Internet. *Salud mental*, 36(6), 521-527. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000600010

- Flores, J., Morán, J. y Rodríguez, J. (2009, 12 de agosto). *Las redes sociales*. <https://www.usmp.edu.pe/publicaciones/boletin/fia/info69/sociales.pdf>
- Fuentes, W. (2018). *Funcionamiento familiar y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú. <https://hdl.handle.net/20.500.13067/531>
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191– 197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Harfuch, M., Murguía, M., Lever, J. y Andrade, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología iberoamericana*, 18(1), 6-18. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133915936002.pdf>
- Herrera, H. (2012). Las redes sociales: una nueva herramienta de difusión. *Revista reflexiones*, 91(2), 121 – 128. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/reflexiones/article/view/1513/1521>
- Hernández, V. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de 5to de secundaria de Piura, 2020* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/59747>
- Instagram. (2015, febrero) *A New Way for Brands to Tell Stories on Instagram*. <http://blog.business.instagram.com/post/112707530471/carousel-ads>
- Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2018). *Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*.

https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-n02_tecnologias-de-informacion-ene-feb-mar2018.pdf

LinkedIn. (2002, mayo). *Nuestra Misión*. <https://about.linkedin.com/es-es>

Medrano, J., Rosales, F. y Díaz, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(1), 2831-2838. <https://doi.org/10.1016/j.aippr.2017.11.001>

Ministerio de Salud. (2017). *Documento técnico: situación de salud de los adolescentes y jóvenes en el Perú*. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/4143.pdf>

Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral, Universidad De Valencia]. Repositorio de la Universidad De Valencia. <http://hdl.handle.net/10550/37168>

Núñez-Guzmán, R. y Cisneros-Chávez, B. (2019). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Nuevas Ideas en Informática Educativa*, 15, 114 – 120. http://www.tise.cl/Volumen15/TISE2019/TISE_2019_paper_83.pdf

Diario ABC (2019). El impacto de internet en la salud mental de los jóvenes ya es cuantificable. *Diario ABC*. https://www.abc.es/familia/padres-hijos/abci-impacto-internet-salud-mental-jovenes-cuantificable-201903070215_noticia.html.

Portalic. (2018). *Los países más adictos a internet o los que más tuitean: 11 datos para celebrar el día de Internet 2018*. <https://www.europapress.es/portaltic/internet/noticia-paises-mas-adictos-internet-mas-tuitean-11-datos-celebrar-dia-internet-2018>

- Orihuela, J. (2008). Internet: la hora de las redes sociales. *Nueva Revista de Política, Cultura y Arte*, 119, 57 – 65. <https://dadun.unav.edu/handle/10171/2962>
- Paredes, A. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa del Distrito de Paján* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/37872>
- Quesada, C., Apolo, N. y Delgado, K. (2018). Investigación científica. En Alan, D. y Cortez, L. (Eds). *Procesos y Fundamentos de la Investigación Científica*. (pp. 13-37). Editorial UTMACH.
- Ramos, C., Guerrero, J., Paredes, L., Bolaños, M., y Gómez, A. (2018). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 43(3), 275–289. <https://doi.org/10.4067/s0718-07052017000300016>
- Rodríguez, A. y Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v26n1/0121-5469-rcps-26-01-00045.pdf>
- Rojas, L. (2020). *Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de secundaria de instituciones educativas públicas del distrito de Puente Piedra, 2019* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/41769/Rojas_RL_A.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Rothblum, E. (1990). *El miedo al fracaso. La psicodinámica, la necesidad de logro, el miedo al éxito, y el modelo de la dilación. Handbook de la ansiedad social y la evaluación.* PlenumPress.

Statista (2020). *Los países con los usuarios más adictos a las redes sociales.*
<https://es.statista.com/grafico/20744/tiempo-de-uso-de-redes-sociales-por-pais/>

Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A Meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 3(3), 65-85. 10.1037/0033-2909.133.1.65

Suárez, D. (2019). *La procrastinación académica y su relación con las adicciones en estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad De La Laguna]. Repositorio de la Universidad De La Laguna.
<http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/17609>

Terán, A. (2019). *Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC).* Lúa Ediciones.

The Cocktail Analysis. (2014, octubre). *Observatorio de Redes Sociales. (VI Ola).*
<http://tcanalysis.com/blog/posts/the-cocktail-analysis-y-arena-publican-la-vi-ola-del-observatorio-de-redes-sociales>

TikTok. (2020). *Nuestra Misión.* www.tiktok.com/about?lang=es

Tuero, L. (2021). *Redes Sociales: ¿Qué son las redes sociales Horizontales?* Redes Sociales. Tu revista sobre redes sociales. <https://www.redes-sociales.com/que-son-las-redes-sociales-horizontales/>

Urueña, A., Ferrari, A., Blanco, D. y Valdecasa, E. (2011). *Las Redes Sociales en Internet.* Observatorio Nacional de las Telecomunicaciones y de la Sociedad de la Información (ONTSI). <http://www.osimga>.

gal/export/sites/osimga/gl/documentos/d/20111201_ ontsi_redes_sociais. pdf,
13-18.

Watson, J. (2015). Internet addiction. In Robert L. Smith (Ed.), *Treatment strategies for substance and process addictions* (pp. 239 – 312). American Counseling Association.

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology & Behavior*, 1, 237-244.

<https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia.

Título: Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de un colegio público de San Juan de Miraflores

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
¿Qué relación existe entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de un colegio público de San Juan de Miraflores?	<p>Objetivo general:</p> <p>Determinar la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de un centro educativo público de San Juan de Miraflores.</p>	<p>Hipótesis general:</p> <p>H_G: La adicción a las redes sociales se relaciona significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares de un colegio público de San Juan de Miraflores.</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Adicción a las redes sociales: será medida a través de las siguientes dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obsesión. • Falta de control personal. • Uso excesivo. 	<p>Tipo de investigación: Correlacional</p> <p>Diseño de investigación: No experimental y transversal.</p> <p>Población y muestra:</p> <p>La población estuvo constituida por 2 094 estudiante de educación secundaria de la Institución Educativa Pública “Javier Heraud”.</p>
	<p>Objetivos específicos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Identificar el nivel de adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares. 2) Identificar el nivel de procrastinación académica en los adolescentes escolares. 3) Comparar la adicción a las redes sociales en función al sexo de los adolescentes escolares. 	<p>H₀: La adicción a las redes sociales no se relaciona significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares de un centro educativo público de San Juan de Miraflores.</p> <p>Hipótesis específicas:</p> <p>H_{e1}: Existen discrepancias significativas al comparar la adicción a las redes sociales en función al sexo de los adolescentes escolares.</p>	<p>Variable 2:</p> <p>Procrastinación académica: será medida a través de las siguientes dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autorregulación académica. 	<p>La muestra quedo conformada por 325 estudiantes del 2º al 5º grado de educación secundaria, cantidad que fue obtenido mediante un proceso de muestreo no probabilístico de tipo intencional.</p>

4) Comparar la procrastinación académica en función al sexo de los adolescentes escolares.

H₀: No existe discrepancias significativas al comparar la adicción a las redes sociales en función al sexo de los adolescentes escolares.

- Postergación académica.

Técnica:
Encuesta

Instrumentos de medición:

Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS) de Ecurra y Salas.

Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko.

5) Establecer la relación entre las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control personal y uso excesivo, con la procrastinación académica en los adolescentes escolares.

H_{e2}: Existen discrepancias significativas al comparar la procrastinación académica en función al sexo de los adolescentes escolares.

H₀: No existe discrepancias significativas al comparar la procrastinación académica en función al sexo de los adolescentes escolares.

6) Establecer la relación entre los componentes de la procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades, con la adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares.

H_{e3}: Las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control personal y uso excesivo se relacionan significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares.

H₀: Las dimensiones de la adicción a las redes sociales: obsesión, falta de control personal y uso excesivo no se relacionan significativamente con la procrastinación académica en los adolescentes escolares.

H_{e4}: Los componentes de la procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades, se relacionan significativamente con la adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares.

H₀: Los componentes de la procrastinación académica: autorregulación académica y postergación de actividades, no se relacionan significativamente con la adicción a las redes sociales en los adolescentes escolares.

Anexo 2: Protocolos de los instrumentos.

CUESTIONARIO DE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES (ARS)

Autores: Miguel Ecurra y Edwin Salas (2014)

Adaptado por Angie Blas (2019)

INSTRUCCIONES

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, Casi siempre = CS, Algunas veces = AV, Casi nunca = CN, Nunca = N,

Nº	Ítems	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	CN	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.					

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Autora: Deborah Ann Busko (1998)

Adaptado por Luis Rojas (2020)

INSTRUCCIONES

A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre s formar de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro:

S = Siempre (Me ocurre siempre).

CS = Casi siempre (Me ocurre mucho).

A = A veces (Me ocurre alguna vez).

CN = Casi nunca (Me ocurre pocas veces o casi nunca).

N = Nunca (No me ocurre nunca).

Nº	Ítems	RESPUESTAS				
		S	CS	A	CN	N
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 me asignan lectura, las leo la noche anterior.					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo de la clase.					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6	Asisto regularmente a clases.					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9	Postergo las lecturas de os cursos que no me gustan.					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					

13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

Anexos 3: Asentimiento informado.

ASENTIMIENTO INFORMADO

Hola mi nombre es **MILUSKA CAMACHO GUTIERREZ**, y estoy en proceso de obtención de mi título profesional como **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA** por la Universidad Autónoma del Perú. Actualmente estoy realizando un estudio para conocer acerca de la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica, para ello quiero pedirte tu apoyo.

Tu participación en el estudio consistiría en responder a dos instrumentos, uno de 24 preguntas y otro de 16 preguntas, el tiempo que te llevaría hacerlo será de 25 minutos aproximadamente.

Tu participación en el estudio es voluntaria, es tu decisión si participas o no en el estudio. Esta información será confidencial. Esto quiere decir que no diremos a nadie tus respuestas.

Si aceptas participar, te pido que por favor pongas una (✓) en el cuadrito de abajo que dice "Sí quiero participar". Si no quieres participar, no pongas ninguna (✓).

Sí quiero participar

Fecha: _____ de _____ de 2021

Anexo 4: Reporte de software anti plagio.

MILUSKA CAMACHO GUTIÉRREZ 3

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	3%
3	repositorio.unfv.edu.pe Fuente de Internet	2%
4	core.ac.uk Fuente de Internet	1%
5	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
6	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.uandina.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola Trabajo del estudiante	1%
9	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	