



**Autónoma**  
Universidad Autónoma del Perú

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

**TESIS**

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN  
UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNIVERSIDADES DE  
LIMA METROPOLITANA

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

**AUTORA**

DAYNA FRANCIS AGUIRRE PALOMINO  
ORCID: 0000-0001-7662-4811

**ASESORA**

DRA. NANCY ELENA CUENCA ROBLES  
ORCID: 0000-0003-3538-2099

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

BIENESTAR PSICOLÓGICO

**LIMA, PERÚ, ABRIL DE 2023**



**CC BY-ND**

<https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/>

*Esta licencia permite la redistribución, comercial y no comercial, siempre y cuando la obra no se modifique y se transmita en su totalidad, reconociendo su autoría.*

## Referencia bibliográfica

Aguirre Palomino, D. F. (2023). *Procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

## HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Dayna Francis Aguirre Palomino
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	76610943
URL de ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0001-7662-4811">https://orcid.org/0000-0001-7662-4811</a>
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Nancy Elena Cuenca Robles
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	08525952
URL de ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0003-3538-2099">https://orcid.org/0000-0003-3538-2099</a>
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	Silvana Graciela Varela Guevara
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	47283514
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Taniht Lisseth Cubas Romero
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	40724750
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46196305
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado
Línea de investigación del Programa	Bienestar Psicológico
URL de disciplinas OCDE	<a href="https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00">https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.00</a>

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

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS**

En la ciudad de Lima, el Jurado de Sustentación de Tesis conformado por los psicólogos colegiados: Dra. Silvana Graciela Varela Guevara como presidente, Dra. Taniht Lisseth Cubas Romero como secretaria y el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN  
UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE  
UNIVERSIDADES DE LIMA METROPOLITANA**

Presentado por la Bachiller:

**AGUIRRE PALOMINO, DAYNA FRANCIS**

Para obtener el **Título Profesional de Licenciada en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado, acuerdan:

**APROBADA POR MAYORIA**

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, a veinticinco días del mes de abril de 2023.



Dra. Silvana Graciela Varela Guevara  
C. Ps. P. 24029  
Presidente



Dra. Taniht Lisseth Cubas Romero  
C. Ps. P. 10889  
Secretaria



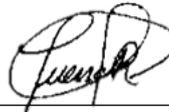
Mag. Diego Ismael Valencia Pecho  
C. Ps. P. 24039  
Vocal

## ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo la Dra. Nancy Elena Cuenca Robles docente de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud, Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada "PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNIVERSIDADES DE LIMA METROPOLITANA" de la bachiller Dayna Francis Aguirre Palomino, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 11% verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin que se adjunta.

El suscrito analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 29 de enero del 2023



---

Nancy Elena Cuenca Robles  
DNI 08525952

## **DEDICATORIA**

A mis abuelos que me apoyan en cada paso que doy, por el esfuerzo que hacen para poder culminar mis estudios en la universidad, y por el amor incondicional que siempre me dan.

### **AGRADECIMIENTOS**

A la Universidad Autónoma del Perú, por otorgarnos las facilidades de la modalidad de las clases virtuales y así poder desarrollar la presente investigación. Además, a mi asesora Dra. Nancy Elena Cuenca Robles, quien compartió sus conocimientos científicos y metodológicos para la elaboración de tesis. A los estudiantes que apoyaron en realizar el cuestionario, por brindarme su tiempo para culminar la presente investigación.

## ÍNDICE

<b>DEDICATORIA</b> .....	2
<b>AGRADECIMIENTOS</b> .....	3
<b>RESUMEN</b> .....	6
<b>ABSTRACT</b> .....	7
<b>RESUMO</b> .....	8
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	9
<b>CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Realidad problemática.....	12
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	17
1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos.....	18
1.4. Limitaciones de la investigación.....	19
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes de estudio.....	21
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado.....	23
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada.....	32
<b>CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO</b>	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	35
3.2. Población y muestra.....	35
3.3. Hipótesis.....	36
3.4. Variables – Operacionalización.....	37
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	39
3.6. Procesamiento de los datos.....	42
<b>CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS</b>	
4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	45
4.2. Contrastación de hipótesis.....	50
<b>CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</b>	
5.1. Discusiones.....	53
5.2. Conclusiones.....	56
5.3. Recomendaciones.....	57
<b>REFERENCIAS</b>	
<b>ANEXOS</b>	

**LISTA DE TABLAS**

Tabla 1	Distribución de la población
Tabla 2	Distribución de la muestra
Tabla 3	Definición operacional de PA
Tabla 4	Definición operacional de EA
Tabla 5	KMO y prueba para evaluar la pertinencia del modelo factorial de la EPA
Tabla 6	Confiabilidad de la escala de PA y sus dimensiones
Tabla 7	KMO y prueba para evaluar la pertinencia del modelo factorial del Inventario SISCO
Tabla 8	Confiabilidad del instrumento SISCO y sus dimensiones
Tabla 9	Estadísticos descriptivos de la PA
Tabla 10	Niveles de la PA y sus dimensiones
Tabla 11	Estadísticos descriptivos del EA
Tabla 12	Frecuencia y porcentajes del EA y dimensiones
Tabla 13	Análisis de normalidad de la PA y dimensiones
Tabla 14	Análisis de normalidad del EA y dimensiones
Tabla 15	Relación entre procrastinación académica y estrés académico
Tabla 16	Relación entre la dimensión estresores y la PA
Tabla 17	Relación entre la dimensión síntomas y la PA
Tabla 18	Relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la PA

**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ESTRÉS ACADÉMICO EN  
UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE UNIVERSIDADES DE  
LIMA METROPOLITANA**

**DAYNA FRANCIS AGUIRRE PALOMINO**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**RESUMEN**

La finalidad del estudio fue determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana. La muestra fue de 250 estudiantes de primer y onceavo ciclo, cuyas edades de 16 a 30 años. Además, la metodología fue de tipo correlacional y de diseño no experimental. Se aplicó la escala de Procrastinación académica versión adaptada por Flores (2018) y el Inventario de estrés académico SISCO-versión adaptada por Cornejo y Salazar (2016). Finalmente, en cuanto a los resultados se encontró que existe relación positiva y leve entre ambas variables ( $p < .05$ ). También, se encontró que el nivel de procrastinación académica es bajo contando con 234 participantes de la muestra participativa, representándose en un 93.6% y del estrés académico un nivel medio con 115 universitarios 46.0%. Asimismo, se evidenció que no existe relación entre la dimensión síntomas y la variable procrastinación ( $p > .05$ ).

**Palabras clave:** procrastinación académica, relación, estrés académico, universitarios

**ACADEMIC PROCRASTINATION AND ACADEMIC STRESS IN UNIVERSITY  
STUDIES OF THE PSYCHOLOGY CAREER OF UNIVERSITIES OF LIMA  
METROPOLITANA**

**DAYNA FRANCIS AGUIRRE PALOMINO**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**ABSTRACT**

The goal of the research was to examine the association between academic procrastination and academic stress among psychology undergraduates from Metropolitan Lima institutions. The sample comprised of 250 students in the first and eleventh cycles, ranging in age from 16 to 30. In addition, the approach and design were correlational and non-experimental. The Academic Procrastination scale SISCO-version modified by Flores (2018) and the Academic Stress Inventory SISCO-version developed by Cornejo and Salazar (2016) were administered. Regarding the findings, it was determined that there is a positive, if weak, correlation between the two variables ( $p < .05$ ). In addition, the degree of academic procrastination was determined to be low among 234 participants of the participatory sample, or 93.6%, and medium among 115 university students, or 46.0%. In addition, there was found to be no correlation between the symptoms dimension and the procrastination variable ( $p > .05$ ).

**Keywords:** academic procrastination, relationship, academic stress, university students

**PROCRASTINAÇÃO ACADÊMICA E ESTRESSE ACADÊMICO EM  
UNIVERSITÁRIOS DA CARREIRA DE PSICOLOGIA DE UNIVERSIDADES DA  
METROPOLITANA DE LIMA**

**DAYNA FRANCIS AGUIRRE PALOMINO**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ**

**RESUMO**

O objetivo da pesquisa era examinar a associação entre procrastinação acadêmica e estresse acadêmico em estudantes de psicologia de graduação de instituições da região metropolitana de Lima. A amostra consistiu de 250 estudantes do primeiro e décimo primeiro ciclos, com idade entre 16 e 30 anos. Além disso, a abordagem e o projeto foram correlacionais e não-experimentais. A Escala de Procrastinação Acadêmica SISCO versão modificada por Flores (2018) e o Inventário de Estresse Acadêmico SISCO versão desenvolvida por Cornejo e Salazar (2016) foram administrados. Com relação aos resultados, foi determinado que existe uma correlação positiva, embora fraca, entre ambas as variáveis ( $p < .05$ ). Além disso, foi determinado que o grau de procrastinação acadêmica é baixo em 234 participantes da amostra participativa, ou seja, 93,6%, e médio em 115 estudantes universitários, ou seja, 46,0%. Além disso, não foi encontrada nenhuma correlação entre a dimensão dos sintomas e a variável de procrastinação ( $p > .05$ ).

**Palavras-chave:** procrastinação acadêmica, relacionamento, estresse acadêmico, estudantes universitários

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad existe muchos universitarios que vienen presentando diversas dificultades a nivel académico, como la postergación de sus trabajos. En la psicología esto se conoce como procrastinación académica. Donde es cuando la persona aplaza las actividades encomendadas y en vez de desarrollarlas gasta el tiempo en otras actividades. Este problema se viene presentando cuando uno está en la escuela como también se da en todo ámbito educativo.

Por otro lado, en la vida universitaria se presenta la procrastinación y estrés, dado que, el alumno se expone ante diversas demandas estresantes ocasionando al sujeto agotamiento de sus recursos tanto físicos como emocionales. Y esto se da por que el estudiante siempre encontrara motivos o razones para poder lograr la procrastinación, no utilizando las estrategias que se podría brindar ante este problema (Vallejos, 2015).

Dicha problemática es muy preocupante, ya que existe una gran cantidad de afectados en estudiantes universitarios y no se le da mucha importancia. Este problema viene afectando en su formación académica del adolescente, llevando a retirarse del curso o repetir de ciclo y posteriormente afectando en el desempeño de la persona por lo que se requiere de medidas urgentes para intervenir en instituciones educativas como en colegios y universidades.

Asimismo, el presente estudio se divide en 5 capítulos:

En el capítulo I, se muestra la realidad problemática de la investigación, justificación y objetivos. En el capítulo II se exponen los antecedentes internacionales y nacionales, el marco conceptual de ambas variables. Asimismo, se encuentra la información bibliográfica de las variables estudiadas. En el capítulo III se explican con detalle la metodología, hipótesis, la población y muestra y los instrumentos para el

recojo de información. Además, en el capítulo IV se hallan los resultados tras la investigación. Por último, en el capítulo V se presentan las discusiones, conclusiones y recomendaciones de la tesis.

**CAPÍTULO I**  
**PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Realidad problemática**

A nivel mundial, según la Revista Colombiana de Psicología, muestran que la procrastinación no se da de acuerdo al curso académico que ellos estén llevando. Según las muestras observadas sobre procrastinación, se denota que, los educandos con menos de veinticinco años son aquellos que se encuentran más inmunes a procrastinar.

Estos datos según Botello y Gil (2017) mencionan que la procrastinación se va minimizando conforme a que vamos creciendo y esto se incrementa por el poco control de impulsos que tienen los menores para alejarse de las distracciones, optando por dejar para después sus actividades. Otro punto que se debe considerar es que los alumnos con más de 25 años manifiestan motivación intrínseca en nivel alto y disfrutan la experiencia que se da en la universidad, ya que tienen planteado su meta y a dónde se dirige, como también tienen motivación extrínseca que quieren conseguir un buen trabajo más adelante y por ello realizan todas sus actividades a tiempo. Sin embargo, los alumnos que son menores de 25 años tienen menos niveles de autodeterminación porque solo entran a la universidad por presión externa que pueden ser los padres, o simplemente por seguir lo que el sistema educativo dicta, y no por su elección personal. Donde se aclara que al postular a una universidad es porque el estudiante lo desea y decisión propia y es ahí donde será más difícil que desarrolle una procrastinación.

Siguiendo los puntos de la organización Mundial de la Salud (OMS, 2021) el estrés académico se define como situaciones implícitas en la persona en su desarrollo educativo, donde el estudiante no puede controlar, y esto puede llevar como consecuencia enfermedades cardiovasculares, problemas del sueño o del comportamiento entre otros. Barraza (2007) planteó 3 dimensiones en el estrés

académico, donde se clasifican antecedentes vitales ante la ruptura de pareja, enfermedades de la propia persona o de la familia, muerte de una persona querida, exámenes de su propia carrera en caso de los alumnos universitarios. Sin embargo, Vargas (2017) señala el examen y su proximidad como un agente estresor, las actividades o tareas por parte del profesor y la cantidad, donde mencionando a Barraza (2007) que indicó tres reacciones ante esta presión académica, que es la tensión, presión sanguínea excesiva y la incapacidad para alcanzar su meta.

Así mismo en Latinoamérica, según el artículo de García y Silva (2019) el 61% de la población presentaron procrastinación, como también el 20% la presencia de una procrastinación crónica, y en países anglosajones se estima un 80% y 95% de estudiantes que pertenecen a la universidad tienen comportamientos procrastinadores y un alto porcentaje de 75% se ven como procrastinadores, el 50% dejan para último momento sus entregas de trabajo. Rodríguez (2017) expuso una tasa de incidencia de procrastinación del 20% al 90% entre alumnos que desarrollan conductas desadaptativas y procrastinación, y en México no se encontraron datos.

La procrastinación existe desde hace muchos años, y no es porque haya indicios de que así sea, sino por la condición de la persona que se orienta por postergar la realización de las tareas que ellos consideran complicadas, o no son de su interés personal. Este fenómeno es un objeto de estudio y viene a ser una novedad científica, ya que hace poco menos de dos décadas el tema es explorado por la psicología. A su vez, consideran que, viene a ser un fenómeno donde la persona descuida sus responsabilidades y lo ven como una tarea o decisión de manera desagradable, independientemente las personas procrastinan de vez en cuando según sea la edad, pero nace al momento de volverse en algo habitual, que muchas veces empieza en la etapa infantil, llega a la adolescencia y también puede perdurar

en la adultez (Rodríguez y Clariana, 2017).

Según la Escuela Latinoamericana de Educación (2018) el estrés es presenciado en todos los niveles y edades. Es un problema que se da en la actualidad como en las universidades, colegios ya sean públicas o privadas. Según la población estudiada refiere que las carreras en ciencias médicas han sido más reportadas donde se manifiesta el estrés. Además, el ambiente más estresante es la facultad de medicina.

Algunos estudios del continente africano informan que el estrés se da en un 64.5% en los estudiantes que aún están empezando. Asimismo, Perú, Chile, México y Venezuela, son países con mayores índices de estrés en la población universitaria. El 67% es de categoría moderada, también se ha evidenciado que el estrés es predominante en el sexo femenino con regularidad, de acuerdo al nivel cursado de sus carreras. Se plantea que el estrés altera el factor fisiológico, cognitivo y motor de la persona que, al ser alterados, perjudican el desempeño estudiantil, y en otras ocasiones disminuye en sus notas (Trujillo y Gonzales, 2020).

En el Perú según la revista de psicología UCSP (Rodríguez, 2017), en Lima Metropolitana, se encontró que un 14.1% universitarios presentan procrastinación. Por otro lado, no se halló diferencia según sexo, existiendo correlación negativa entre la edad y la dimensión postergar las actividades, evidenciándose que los alumnos que no estudian procrastinan más que los que no laboran. Donde se resalta que los estudiantes que trabajan no realizan las labores académicas por carecer de tiempo, teniendo en cuenta por otro lado que los alumnos que no trabajan y tienen más tiempo, se ocupan en otras actividades y no desarrollan sus tareas académicas.

Según RPP Noticias en el 2018, informa que aproximadamente el 30% de los estudiantes universitarios peruanos tiene problemas psicológicos, por la presión

dentro de una institución. El director del ministerio de salud, especializado en salud mental, señala que el estrés académico podría aumentar su cifra debido a las exigencias que se dan en las universidades. Refiere también según las fuentes de RPP que, en el mundo, no pasa menos de 20% de afectados en sus habitantes.

De acuerdo a lo aludido anteriormente, se puede observar que el estrés y procrastinación académica, viene a ser una problemática que cualquier universitario puede experimentar, algunos en mayor grado que otros. Pero estudios demuestran que dichos factores al afectar a la población universitaria, no solo se verá afectado en el adolescente o estudiante que padece de estrés o esté realizando comportamientos de procrastinación, si no que esto traerá consecuencias de las propias personas en sus avances académicos y en su futuro profesional.

A su vez, la revista San Ignacio de Loyola (2019) reveló que los universitarios están expuestos al estrés, agotando sus recursos tanto emocionales como físico. Este problema es muy relacionado sobre la procrastinación que refieren García y Pérez (2018), estimando que el 80 y 95% de los estudiantes tienen comportamientos de postergar sus trabajos y en el otro grupo 75% se consideran procrastinadores, y el 50% aplazan frecuentemente sus trabajos académicos. Hoy en día muchos jóvenes que son universitarios presentan problemas en sus hábitos para desarrollar actividades repercutiendo retrasos, donde ellos mismos posponen por decisión propia una acción que se tenía que realizar a lo que se llama procrastinación. Vallejos (2015) señala que cuando se pospone una actividad o trabajo es porque la persona encuentra algún error, lo que quiere decir es que la persona siempre tendrá motivos o razones para procrastinar.

En una investigación de Lima Metropolitana, Botello y Gil (2017) se encontraron que el 97.12% realiza pocas veces sus tareas, y con regularidad realizan

sus tareas antes de entregar, 37.7% de los alumnos con frecuencia hacen su tarea que debieron realizarlo hace tiempo, como también el 9.4% inicia sus actividades a los pocos minutos de haber sido mencionada, y por último el 5.5% deja para el siguiente día, lo que puede en el presente, donde se concluye que aproximadamente mitad de los estudiantes que fueron evaluados realizan sus trabajos académicos a última hora que viene contrayendo bajas calificaciones por la falta de tiempo. Así también teniendo en cuenta que el sexo predominante son las mujeres con un 96.1% y 3.9% del sexo masculino de 310 alumnos encuestados.

Donde se puede tener en cuenta que los estudiantes universitarios que son procrastinadores se caracterizan por no hacer planificaciones en sus trabajos cuando se le entrega y lo dejan para último momento, teniendo como consecuencias calificaciones bajas o desaprobatorias que llevan al estudiante a retirarse del curso. Y los resultados indican un gran porcentaje de la población estudiantil que procrastina se asimila con la realidad de Carranza y Ramírez (2013), donde el 55.3% y 25.8% están presentando procrastinación en un nivel promedio y alto. Donde la cantidad de personas que procrastinan es preocupante, y recomiendan que las universidades o instituciones educativas opten por una malla curricular de cursos que se adapten a los alumnos a la vida universitaria, preparándolos y enseñándoles el uso de tiempo, desarrollo personal entre otros para así buscar el cambio de este tipo de problemas o conductas que se viene dando en los estudiantes universitarios hoy en día en el país.

Hoy en día una gran parte estudiantes presentan diversos problemas académicos, eventualmente porque postergan sus tareas y lo dejan para después. Aquel problema en la psicología se le conoce como procrastinación académica que es conceptualizada en aplazar las actividades encomendadas o gastar el tiempo en

otras cosas. La problemática de este fenómeno es muy aguda en las universidades y colegios, alcanzando el 61.5% en Lima según Hidalgo (2019). Este problema se viene dando desde la escuela, desde que las exigencias de los resultados académicos o el destacar en algún curso se volvieron prioridad, lo cual ha traído consecuencia en que los estudiantes se sientan incapaces o dejen para último momento sus tareas. Y cuando ingresan a la universidad los estudiantes sólo están con la mentalidad si no tengo un buen resultado en los exámenes o trabajos tendré una nota desaprobatória y como consecuencia abandonan el curso o repiten el ciclo.

En este análisis se toma al estrés académico como determinante para la procrastinación académica. Por lo que si existiera un adecuado nivel de estrés por las exigencias que se dan en las universidades, los estudiantes no serían vulnerables a procrastinar. Por ello, se realiza la siguiente interrogante: ¿Existe relación entre procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades Lima Metropolitana?

## **1.2. Justificación e importancia de la investigación**

El actual trabajo contó con pertinencia teórica, ya que facilita información científica a los investigadores interesados y público en general, que trabajen o estén interesados en estudiar la procrastinación y estrés académico, asimismo, proporciona antecedentes actualizados.

Por otro lado, fue relevante a nivel metodológico, dado que se evaluaron las propiedades psicométricas, corroborando la pertinencia para su uso en muestras peruanas, siendo esta una opción conveniente en el estudio de las variables en los universitarios.

Como justificación práctica, dicha problemática es alarmante y muy preocupante porque existe una gran cantidad de afectados en estudiantes

universitarios y no se le da mucha importancia. Este problema viene afectando en su formación académica del adolescente, generando en ocasiones el retiro del curso o repetir de ciclo y posteriormente afectando en el desempeño de la persona por lo que se requiere de medidas urgentes para intervenir en instituciones educativas como en colegios y universidades. Cabe mencionar que la presente investigación contribuirá con informaciones necesarias ya que, al tener conocimiento de ser afectados, se podría tomar las medidas que se necesitan para plantear alternativas de intervención, control y prevención.

### **1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos**

#### **1.3.1. Objetivo general**

- Determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera psicología de universidades Lima Metropolitana

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

- Identificar el nivel de procrastinación académica en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana
- Identificar el nivel de estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana
- Establecer la relación entre procrastinación académica y la dimensión estresores de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana
- Encontrar la relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana
- Determinar la relación entre procrastinación académica y la dimensión

estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana

#### **1.4. Limitaciones de la investigación**

Los insuficientes antecedentes correlacionales de ambas variables, limitaron la elaboración del estudio, por lo que se procedió a considerar antecedentes con una de las variables estudiadas correlacionadas con variables ajenas pero semejantes a la de la presente investigación. Por otro lado, y dada la coyuntura, no se pudieron aplicar los cuestionarios de las variables de estudio de manera presencial debido al COVID-19 por lo que se optó por hacer el recojo de datos mediante cuestionarios virtuales (Google Forms).

**CAPÍTULO II**  
**MARCO TEÓRICO**

## **2.1 Antecedentes de estudio**

### **2.1.1. Antecedentes internacionales**

Kloster (2019) ejecutó un análisis descriptivo-comparativo, a fin de identificar las diferencias entre el estrés académico (EA), y los tipos de afrontamiento en 163 universitarios de Panamá. Empleó la escala SISCO para el EA, encontrando un EA moderado, no existiendo diferencias importantes en el punto estadístico del grado de EA entre los alumnos de 1º año con los de último año. Por otro lado, los educandos de 1º año mayor nivel de EA a comparación de los de último año, al igual que con las estrategias de afrontamiento.

En Ecuador, Durán (2017) relacionó la Procrastinación Académica (PA) y la Autorregulación Emocional (AE) en 290 educandos, de la carrera de psicología clínica y organizacional. Empleó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998), la Escala de Procrastinación de Tuckman (ATPS) y el Cuestionario de Regulación Emocional de Gross. Finalmente, evidenció existe relación baja y negativa entre las variables.

Vargas (2017) relacionó el EA con los síntomas psicológicos en 324 educandos, de las carreras existentes de una institución superior de Ecuador. Empleó el instrumento SISCO de Barraza y el Listado SCL-90-R de Casullo. Halló que, presentan un grado moderado de EA y síntomas psicológicos relacionados con la obsesión, compulsión y depresión. Asimismo, las mujeres manifiestan somatización y ansiedad fóbica.

En Bogotá, Guevara et al. (2018) determinaron la influencia de EA, desempeño cognitivo, regulación emocional (RE) con el bienestar psicológico y la salud física en 164 educandos de varias carreras. Por ello, administró el inventario de EA de Barraza (2006), Cuestionario de RE y el Listado SCL90 de Casullo. Por último, evidenciaron

que no existe influencia entre las variables.

Cardona (2017) relacionó el EA y PA, en 198 alumnos de la Universidad de Antioquia, de 17 a 34. La metodología fue correlacional y descriptiva. Por ello, administró el instrumento SISCO y la Prueba de PA de Salomón y Rothblum (PASS), mediante los cuales, evidenció relación en las variables y reacciones comportamentales y psicológicas vinculadas al EA como el cansancio, angustia, cefaleas, tristeza, ansiedad, irritabilidad y problemas de concentración. Sin embargo, se encontró diferencias significativas por cada variable, según género, formación, nivel académico y el semestre donde se encuentran.

### **2.1.2. Antecedentes nacionales**

Quispe (2020) relacionó el EA y PA, en 98 universitarios limeños del 1º año de 18 a 23 años. Aplicó el instrumento SISCO y la escala PASS. Finalmente, encontró una relación entre las variables mencionadas con las dimensiones de PA. Por otro lado, se arrojó mayor prevalencia en las mujeres respecto a EA.

En Lima, Bernal (2019) relacionó la PA y EA en 156 educandos, 86 de una universidad estatal y 70 de una privada. Utilizó la encuesta de PA de Busko y el SISCO de Barraza. Referente a los resultados, encontró relación entre las variables, nivel medio de EA (131 universitarios).

Hidalgo (2019) relacionó el EA y PA en 608 universitarios trujillanos. Aplicó la escala de EA de Barraza (2007) y el instrumento de PA de Tuckman (ATP). Teniendo como resultado una correlación directa entre EA y las dimensiones de PA. También encontró un nivel regular de EA y PA (IC95%, 32-51).

Sepúlveda (2018) correlacionó la PA con EA en 130 educandos de 3º y 4º ciclo de odontología de una universidad de Lima. Para la información de resultados aplicó la prueba de PA y el Inventario de EA. Los datos hallados, indican relación entre las

variables, y que existe relación entre la PA y las dimensiones de EA.

Medrano (2017) relacionó la PA y EA en 112 educandos de Lima, mediante una metodología correlacional. Además, utilizó la escala PASS y el Cuestionario CEAU de EA. Por último, los datos evidenciaron relación entre las variables ( $r=0,34$ ), como también relación según el sexo ( $p<0,05$ ), siendo una correlación baja. Sin embargo, se obtuvo una relación según los niveles de edad, donde se muestra que solo en los jóvenes existe relación ( $p<0,05$ ).

## **2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado**

### **2.2.1. Procrastinación académica (PA)**

#### **Definiciones conceptuales.**

Para la Real Academia Española (RAE, 2001) “procrastinar” viene del latín “*procrastinare*” es decir “posponer el trabajo hasta mañana” o “dejar para otro día la ejecución de una actividad”. La RAE no asume el término “procrastinador” siendo así que en su periodo de su estudio se pasó atendiendo a los anteriores conceptos donde se empleará para hacer referencia a la persona que está procrastinando.

Para Ferrari et al. (1995) la PA es un esquema cognitivo y comportamental con el propósito de realizar un trabajo teniendo dificultades en poder iniciarla y desarrollarla como también culminarla. Donde el estudiante presenta pensamientos negativos para llevarlas a cabo y así presentando inquietud y otras conductas ansiosas.

Steel y Ferrari (2012) indican que la PA viene a ser una conducta rutinaria donde la persona aplaza sus pendientes voluntariamente y no realiza los trabajos que deben ser presentados en un determinado tiempo. Por otro lado, estas acciones se dan por depresión, comportamientos de desorganización, impulsividad como también ansiedad. Asimismo, en el plano estudiantil, se conceptualiza a la PA como la acción

de no ejecutar las actividades académicas y la insuficiencia y dificultades que tiene el estudiante para planificar sus actividades en un tiempo determinado.

Baker (1979) planteó que la PA se caracteriza con el miedo que tiene la persona a fracasar, y esto se debe a los vínculos familiares, donde la presión de los progenitores por que los hijos tengan una nota alta es adecuada, ha venido trayendo consecuencias como la frustración y baja autoestima del estudiante y no culminando sus trabajos académicos (como se citó en García y Pérez, 2017).

### **Modelos teóricos de la PA.**

#### **Modelo psicodinámico de Baker.**

Se indica que la procrastinación se manifiesta mediante el miedo que tiene la persona a fracasar. También se puede decir que el fracaso es consecuencia de que no haya una buena crianza o un rol adecuado por parte de los padres en casa, y esto cada vez va ocasionando daños en su autoestima de la persona (Baker, 1979).

#### **Modelo motivacional de McCown.**

Señala a la procrastinación como principal para el día a día y es un rasgo modificable, donde la persona presenta diversas conductas que lo llevan a lograr su éxito. El sujeto tiene para elegir dos opciones cuando está dispuesto a alcanzar el éxito: Alcanzar su meta, queriendo decir que es de una forma motivacional o miedo a fracasar, lo que trata de decir es que situación es negativa para el sujeto. Cuando el fracaso es demasiado, las personas prefieren dejar sus actividades académicas y postergarlas (McCown et al., 1991).

#### **Modelo conductual de Skinner.**

Lo que busca este modelo es que la persona mantenga una conducta y a la vez sea reforzada (Skinner, 1977). Las personas procrastinadoras son reforzadas por haber tenido algún triunfo en actividades que han venido realizando sin que se den

cuenta, teniéndose en cuenta que estos pudieron ser ocasionados por otros factores, como el planeamiento de los trabajos anticipadamente y no teniendo en cuenta que esas actitudes son las que le llevaron a culminar su actividad adecuadamente.

#### **Modelo cognitivo de Wolters.**

Los sujetos que procrastinan experimentan un proceso disfuncional de informaciones, lo que equivale a una planificación mental inadecuada y no sentirse cómodos en su entorno, lo que los hace sentir incapaces de pertenecer a la sociedad. Sin embargo, las personas que procrastinan poseen un comportamiento obsesivo por realizar las cosas con perfección, y cuando tienen una tarea que desarrollar no pueden realizarla, se culpan a sí mismos por no poder culminar su trabajo y se sienten inferiores a los demás (Wolters, 2003).

#### **Modelo de Steel.**

La procrastinación se denomina como los resultados de varios factores que las personas procrastinadoras vienen enfrentando día a día en sus actividades, incluyendo las expectativas de las personas sobre las metas que deben alcanzar, y sus evaluaciones. El grado de importancia que la persona le pone a sus actividades académicas y la satisfacción que le da a su trabajo es necesario para obtener buenos resultados (Steel, 2011).

#### **Modelo cognitivo-conductual de la PA.**

Los pensamientos negativos que han estado desarrollando las personas procrastinadoras, perjudican su autoconcepto en la educación académica, ya que cuando se aplaza los trabajos no es favorable para ellos, lo que ocasiona problemas emocionales (Ellis y Knaus, 1977).

Los pensamientos y creencias irracionales desarrollan 3 factores que hacen que la persona no culmine su trabajo:

- **Autolimitación:** Son los pensamientos que la persona interpreta de manera negativa, y siente que no puede cumplirla ya que es inalcanzable de lograrla.
- **Frustración:** La persona está presente en todas las actividades o competencias, pero no tiene ningún logro obtenido, lo que le hace dudar de sus capacidades y se sienta confundido en lo que pueda hacer.
- **Hostilidad:** Las personas presentan frustraciones frecuentemente, lo que lleva a tener sentimientos de cólera, manifestándose internamente y externamente.

### **Dimensiones de la PA.**

Domínguez et al. (2014) evaluaron las propiedades psicométricas de la escala, arrojando que existen 2 dimensiones que la integran:

- **Autorregulación académica (AA):** Está relacionada con el manejo que tiene la persona con rasgos ansiosos, por lo que trata de evadir la sintomatología ansiosa frente a situaciones que se puedan presentar. Debido a ello el individuo busca realizar sus actividades con el tiempo suficiente para concluirlo. Asimismo, se evita posponer sus actividades durante el día, es así como se autorregula la ansiedad utilizando estrategias, para no procrastinar en lo académico y en el futuro como profesional (Kelly, 2002).
- **Postergación académica (PA):** Álvarez (2010) considera que hay tipos de PA, donde viene a ser los patrones de conducta que se repiten antes, durante y después al realizar una actividad, por lo cual el postergar se va convirtiendo en un hábito y prefiriendo desarrollar otras actividades como darle prioridad a otro trabajo, el tiempo de ocio, antes de la responsabilidad que se debe cumplir con anticipación. Por otro lado, las personas se justifican olvidándose y se evidencia la poca tolerancia a la frustración para poder culminarlo.

Carranza y Ramírez (2013), refieren que se caracteriza cuando el adolescente posterga sus actividades, es decir aplaza sus trabajos, y lo realiza a última hora de su presentación, lo cual es llevado a que el alumno no culmine con su actividad encomendada, poniendo excusas para no sentirse culpable de su aplazamiento.

### **Características.**

Knaus (1997) presenta ciertos elementos que posee la persona cuando procrastina:

- Es una persona perfeccionista y tiene miedo al fracaso.
- Presenta conductas ansiosas que afecta el razonamiento lo que conlleva a no tomar decisiones correctas.
- Presenta impotencia debido a que se encuentra recargado de muchos trabajos, produciendo esto el aplazamiento de sus trabajos.

### **Causas.**

Se muestran 3 factores de la PA de manera crónica (García y Pérez, 2017).

Entre ellos están:

- **Ansiedad:** Se experimenta una baja autoestima que posee el estudiante a corto plazo, y así las conductas ansiosas van disminuyendo y ocasionando consecuencias como postergar constantemente.
- **Baja tolerancia a la frustración:** Incapacidad que tiene el individuo de tolerar el aburrimiento y contratiempos, lo que conlleva a postergar actividades desagradables.
- **Rebelión:** Expresa sentimientos de ira cuando algo le resulta mal, demostrando estas conductas externamente y así postergando las actividades que tiene por desarrollar.

### **Consecuencias.**

Según Ferrari et al. (1995) la persona procrastinadora padece de diversas

consecuencias, entre ellas se encuentra las malas calificaciones, las faltas constantes a clases, presentando así niveles altos de estrés.

Asimismo, la PA puede experimentar consecuencias psicoemocionales. Además, la mayoría de estas consecuencias sustentan el desarrollo de pensamientos y creencias irracionales cómo dudar de sus capacidades lo que genera desconfianza en sus habilidades. Lo que eventualmente puede contraer impotencia, desilusión, antipatía y conductas depresivas (Dryden, 2000).

### **2.2.2. Estrés académico (EA)**

#### **Definiciones conceptuales.**

Barraza (2006), define que al EA como: “Desarrollo sistémico, mayormente psicológico, que está presente cuando el alumno se encuentra cautivo en situaciones académicas, y para el alumno es considerado como estresores, igualmente estos provocan un desequilibrio de modo sistémico, donde el sujeto buscará soluciones” (p.15).

Alania et al. (2020) precisa que el EA se basa en los conflictos relacionados a trabajos y actividades académicas, afectando de negativamente a la salud y rendimiento estudiantil. Asimismo, son tres los factores que explican el estrés:

- Los estresores académicos presentados por los estudiantes
- El EA que desarrolla el estudiante
- Las consecuencias presentadas por los estudiantes

#### **Teorías del EA.**

Barraza (2006) planteó como modelo sistémico cognoscitivista el EA que fue evidenciado en la teoría general de sistemas y el modelo transaccional del estrés. La teoría es planteada por dos supuestos:

- Sistémico: Precisa que la persona es relacionada con la sociedad en un

proceso de ingreso y salida para así obtener el logro de una estabilidad.

- **Cognoscitivista:** La relación del individuo con el ambiente es atravesada mediante un proceso de valoración, siendo estas las distintas situaciones que se presentan y los recursos y la manera que se emplea para enfrentarlos.

Este modelo es presentado en como el entorno interfiere en el individuo, como también las exigencias y situaciones que es dado como un proceso de valoración, en donde si la persona es afectada y a sus recursos para afrontarlos se define como estresores. Estos factores se presentan en la persona y generan inestabilidad, dando como resultado que la persona tiene que poner en marcha el manejo de alternativas de afronte para responder ante los contextos de la sociedad que pueden presentarse eventualmente. Asimismo, ante las situaciones que se dan ocasionalmente se responde de forma correcta para el logro de estabilidad, además de una forma negativa en la que el individuo deberá emplear sus ajustes en las estrategias.

### **Dimensiones del EA.**

Barraza (2007) plantea que el EA se conforma por 3 dimensiones:

#### **Estresores**

Para Barraza (2006) existe una serie de estresores académicos que se manifiestan dentro de su modelo, los cuales son:

- Un lugar que no sea adecuado para el estudio que perjudica el desempeño académico.

- No entender los tipos de trabajo que el profesor deja al estudiante.

- El tiempo para desarrollar las actividades por realizar

- Las actividades constantes y el exceso de tareas

- Los trabajos en equipo donde pertenecientes del grupo no tienen la

capacidad de desarrollarlas adecuadamente como otras.

### **Síntomas.**

Barraza (2006) manifiesta 3 formas de respuestas ante el estrés académico:

- Síntomas físicos: Se presenta rigidez en los músculos del cuello, dolor de cabeza, niveles altos de presión arterial, problemas gástricos, baja motivación para realizar los objetivos propuestos, problemas del sueño, resfríos, problemas con el peso corporal, otros.
- Síntomas comportamentales: Problemas con sustancias psicoactivas (alcohol y tabaco), no recordar pendientes constantemente, conflictos con situaciones adversas, problemas con ingesta de alimentos, descuido personal.
- Síntomas psicológicos: ansiedad, desanimo, sensación de exclusión, bajo control de emociones, falta de toma de decisiones, bajo autoestima, pensamientos negativos, rumiaciones hacia los factores estresores, problemas de concentración, otros.

### **Estrategias de afrontamiento.**

Kloster (2019) refieren que son los esfuerzos del individuo como los pensamientos y conductas que permiten afrontar y manejar las situaciones internas como externas que se le presentan, estos eventos pueden ser factores familiares como también sociales o conflictos, dentro de ellos se planteó las siguientes estrategias:

- Asertivo
- Desarrollo de una planificación
- La religión
- Elogios así mismo

- Información sobre el evento
- Confidencias

### **Causas del EA.**

Román et al. (2014) precisan que los factores de EA son: cantidad de trabajos, exámenes, participación oral en clase y los trabajos que se realiza constantemente.

Alania et al. (2020) hace referencia que es la conglomeración de temas desarrollados durante clase, y afecta cuando a la persona no le gusta la asignatura y no lo entiende, como también que estrategias utilizan para que ellos aprendan, y la motivación en los estudiantes varía según el gusto de cada uno de ellos lo cual son las causantes del estrés académico.

Finalmente, Nakeeb et al. (2002) señalan que el causante del estrés, es debido a que hay una escasa comunicación con los integrantes de su carrera, debido a esto se trae como consecuencias a la hora de desarrollar tareas encomendadas.

### **Síntomas del EA.**

Barraza (2006) menciona que en el EA presentan los siguientes síntomas:

- Conductas Depresivas
- Conductas impulsivas
- Inestabilidad emocional
- Poca concentración
- Temor
- Tensión ante situaciones estresantes
- Fatiga
- Sudoración de manos
- Dolores de espalda
- Aceleración de la respiración

- Sequedad de labios

### **Consecuencias del EA.**

Según los postulados de Kloster (2019) sostiene que existen 2 consecuencias, entre ellas se encuentran:

- **Fisiológicas:** Muestran dificultades para poder respirar adecuadamente, nivel alto de presión arterial y problemas para conciliar el sueño.
- **Psicológicas:** Se encuentran elevados grados de ansiedad y depresión, pérdida de memoria como también presentando apatía por las cosas que se disfrutaba.

### **2.3. Definición conceptual de la terminología empleada**

#### ***Estrés***

Para la OMS (2021), el estrés es la presencia de las reacciones a nivel fisiológico. Donde se manifiesta que es un sistema de alerta cuando sucede algo malo para su supervivencia.

#### ***Procrastinar***

Es una acción que aplaza las tareas presentes. Donde se aborda el problema de no tener el control sobre algo (O' Donohue y Rabi, 2010).

#### ***Creencias irracionales***

Beck (2010) Son organizaciones de ideas que viene surgiendo a partir de vivencias que han sido adquiridas en la persona en el periodo de su vida y esto lo acompañan en la sociedad. Por otro lado, se entiende como pensamientos y emociones negativas donde se manifiesta a causa de un evento vivido.

#### ***Psicología***

Según Sos (2015) es una ciencia del conocimiento dedicado a la elaboración de instrumentos, métodos y sobre todo intervención que tratan sobre lo psicológico o

comportamental de una persona.

### ***Estudiante***

Es la persona que estudia y realiza con afán y deseo sus labores en el colegio o universidad. También es él quien con una actitud positiva recibe alimento intelectual por parte de un profesional y se va llenando de su aprendizaje (Berahun, 2006).

**CAPÍTULO III**  
**MARCO METODOLÓGICO**

### 3.1. Tipo y diseño de investigación

El diseño fue no experimental porque no hubo manipulación de variables, en otras palabras, son estudios que no varían sus variables para observar su finalidad sobre otras. En este estudio no se creará ninguna situación, porque las situaciones ya son existentes sin necesidad que el investigador lo provoque de manera intencional, y se observan en su ambiente con el fin de ser analizadas (Hernández et al., 2014).

Fue de tipo básico porque tuvo el fin de generar conocimientos y teorías, ya que ayudara a que el trabajo que se esté realizando sea más completo y sobre todo presente bases teóricas que permitan sustentar la investigación (Hernández et al., 2014).

Tuvo un nivel correlacional, pues se buscó la relación entre las variables y sus resultados (Bernal, 2010) y el enfoque ha sido cuantitativo, porque se utilizó la estadística para medir las mismas (Hernández et al., 2014).

### 3.2. Población y muestra

El universo se conformó por 2294 universitarios de ambos sexos, del pregrado que se encuentran cursando del primer ciclo y último ciclo de tres universidades psicología de Lima Metropolitana.

**Tabla 1**

*Distribución de la población*

Universidad	Población
Universidad Autónoma del Perú	1471
Universidad Tecnológica del Perú	689
Universidad San Martín de Porres	134
Total	2294

Se aplicó la fórmula de poblaciones finitas con un 95% IC, y margen de error de 5%, indicando una muestra de 412 universitarios de ambos sexos.

**Tabla 2***Distribución de la muestra*

Universidad	Muestra
Universidad Autónoma del Perú	178
Universidad Tecnológica del Perú	157
Universidad San Martín de Porres	81
Total	412

Asimismo, el muestreo fue no probabilístico por conveniencia (Bernal, 2010), puesto que los universitarios han sido elegidos directamente en base a que se obtuvo mayor facilidad de llegada a través de las redes sociales, o amistades y mediante los siguientes criterios:

***Criterios de inclusión***

- Estudiar psicología.
- Estudiar en las universidades indicadas en Lima Metropolitana.
- Estar matriculado en el semestre 2020-2.
- Aceptar el consentimiento informado.

***Criterios de exclusión***

- Estudiar en otra institución educativa superior.
- Estudiantes que no residan en Lima Metropolitana.
- No ser estudiante regular (no llevar la totalidad de las asignaturas).

**3.3. Hipótesis*****3.3.1. Hipótesis general***

H<sub>i</sub>: Existe relación entre procrastinación académica y estrés académico en universitarios de psicología de universidades de Lima Metropolitana

***3.3.2. Hipótesis específicas***

H<sub>1</sub>: Existe relación entre procrastinación académica y la dimensión estresores de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de

psicología de universidades de Lima Metropolitana

H<sub>2</sub>: Existe relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana

H<sub>3</sub>: Existe relación entre procrastinación académica y la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana

### **3.4. Variables - Operacionalización**

#### **3.4.1. Variable 1: Procrastinación académica**

##### **Definición conceptual.**

Busko (1998) considera que: “Es una tendencia irracional que tiene la persona a retrasar las tareas que deben completarse y presentarlas a su debido tiempo. Por otro lado, la universidad es el contexto o la partida donde se presenta la procrastinación debido a las exigencias que existen” (p. 65).

##### **Definición operacional.**

La variable es definida mediante las puntuaciones que se alcanzan en la prueba EPA de Busko (1998)

##### **Definición operacional basada en indicadores.**

En la tabla 3 se presenta la operacionalización de la variable PA en relación a sus dimensiones, indicadores, ítems, respuestas, categorías e intervalo.

**Tabla 3***Definición operacional de PA*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	respuestas	Categorías	Intervalo
Autorregulación académica	- Alta	2, 3, 4,		No procrastina	
	- Moderada	5, 6, 7,			
	- Baja	10		Baja procrastinación	
		11, 12			
			1: S		P1: 00-34
			2: CS	Regular	P2:35-39
			3: A		P3:40-47
Postergación de actividades	- Alta tendencia	1, 8, 9	4: PV	Alta	P4:48-53
	- Moderada tendencia		5: N	procrastinación	P5:54-80
	- Baja tendencia				
				Muy alta procrastinación	

### **3.4.2. Variable 2: Estrés académico**

#### **Definición conceptual.**

Barraza (2007) refiere: “Es un proceso psicológico que se presenta cuando el alumno considera estresores a una serie de labores escolares que debe cumplir” (p. 212).

#### **Definición operacional.**

El EA es definido mediante las puntuaciones de la prueba de Barraza (2006).

#### **Definición operacional basada en indicadores.**

Mediante la tabla 4 se expone la operacionalización del EA dado en base a las dimensiones, indicadores, ítems, categorías y escala de medición.

**Tabla 4***Definición operacional de EA*

Dimensiones	Indicadores	Ítems	Categorías	Escala de medición
Estresores	- Frecuencia con que las demandas del entorno son valoradas como estresores	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	Leve	
Síntomas	- Frecuencias con la que se presentan los síntomas	10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	Moderado	Ordinal
Estrategias de afrontamiento	- Frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento	25, 26, 27, 28, 29	Profundo	

### 3.5. Métodos y técnicas de investigación

Como técnica se emplearon dos encuestas detalladas a continuación:

#### 3.5.1. Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Se administró la EPA de Busko (1998) para medir la PA. El instrumento está compuesto por 16 reactivos con dos dimensiones: autorregulación académica, presentado en los ítems 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13 y 14 que son calificados de modo invertido y postergación de actividades con los ítems 1, 8 y 9. Su administración es colectiva o individual, sus respuestas puntúan del 1 al 5 (nunca: 1, pocas veces: 2, a veces: 3, casi siempre: 4 y siempre 5). La puntuación para los niveles es alto, medio y bajo.

Esta escala fue adaptada por Álvarez en el 2010, en Lima, con una muestra de 235 universitarios de instituciones privadas, cuyo Análisis Factorial Exploratorio (AFE)

indicó que la escala evidencia una dimensión. Respecto a la confiabilidad, según el alfa de Cronbach arrojó un ,80 siendo altamente fiable.

Por otro lado, en el Perú ha sido adaptado Trujillo y Gonzales (2020), donde realizó una investigación, teniendo como fin determinar las cualidades psicométricas de la EPA, en 366 alumnos de Chimbote. Hallando que la estructura factorial alcanzó un ajuste aceptable con valores (RMSEA = .95) y (AIC= 201,13 y 68,98). Por lo tanto, el instrumento es fiable a través del Alfa de Cronbach de .86.

Asimismo, se ejecutó un estudio piloto con 150 universitarios de psicología de tres universidades de Lima Metropolitana. Para analizar su validez se usó la prueba de KMO y Bartlett.

**Tabla 5**

*KMO y prueba para evaluar la pertinencia del modelo factorial de la EPA*

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		.827
Prueba de esfericidad de	$X^2$	900.992
Bartlett	$G/I$	120
	$P$	0.000

*Nota:*  $X^2$ = chi cuadrado,  $p$ =significancia.

La tabla 5, indica un KMO= .827, obteniendo un nivel adecuado, y un  $X^2$  = 900.992 a un nivel significativo ( $p < 05$ ), indicando una muestra correcta para el análisis factorial.

**Tabla 6**

*Confiabilidad de la EPA y sus dimensiones*

Variable / Dimensiones	Alfa de Cronbach	N de elementos
Escala de procrastinación académica	.804	16
Postergación académica	.837	3
Autorregulación académica	.802	13

En la tabla 6, se muestra que el alfa de Cronbach fue de .837, por otro lado, en la dimensión postergación académica .837 y la dimensión autorregulación académica .802 indicando alta fiabilidad, respecto a la EPA.

### **3.5.2. Escala de EA (SISCO)**

Para la medición del EA, se administró la escala SISCO, de Barraza (2006) en México. Además, la adaptación la realizó Castillo (2015) en Perú. Consta con 29 ítems, midiendo 3 dimensiones: Estresores con los ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9 síntomas y reacciones 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24 y estrategias de afrontamiento 25, 26, 27, 28, 29. Asimismo, existe un ítem dicotómico para medir si el participante decidió en contestar o no el instrumento y los siguientes ítems es de escala Likert de 5 valores del 1 al 5, clasificándose 1 nunca, 2 rara vez, 3 algunas veces, 4 casi siempre y 5 siempre.

El instrumento ha mostrado una fiabilidad basándose en la consistencia interna por alfa de Cronbach (.92). En cuanto a la validez se extrajo a través del AFE, por lo cual, se hizo uso del método de Barlett, donde tuvo .000 de puntuación, y el estadístico de KMO, teniendo .762 como puntaje. Por lo tanto, indica que el instrumento es adecuado y apto para evaluar a los estudiantes.

Por otro lado, Alania et al. (2020) adaptaron al Perú, la escala mencionada, en el contexto pandémico, en 151 alumnos de 4 universidades de la región de Junín. Teniendo como resultado una V de Aiken superior a 0.75 considerándose una validez adecuada. Asimismo, el instrumento consta de confiabilidad por alfa de Cronbach (.9248) para la dimensión estresores, (.9518) síntomas y (.8837) estrategias de afrontamiento. Por lo tanto, el inventario resulta ser válido y confiable con puntajes adecuados.

Asimismo, se elaboró un estudio piloto con 150 universitarios de Lima Metropolitana, para medir las cualidades psicométricas del Instrumento SISCO.

**Tabla 7**

*KMO y prueba para evaluar la pertinencia del modelo factorial del Inventario SISCO*

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		.871
Prueba de esfericidad de Bartlett	$X^2$	2328.888
	$G/I$	378
	$P$	0.000

*Nota:*  $X^2$  = Chi cuadrado,  $p$  = significancia.

En la tabla 7, se halló un KMO = .871, siendo un nivel adecuado, y  $X^2$  = 2328.888 a un nivel significativo ( $p < .05$ ), es decir, es una muestra óptima para ejecutar el análisis factorial.

**Tabla 8**

*Confiabilidad del instrumento SISCO y sus dimensiones*

Variable / Dimensiones	Alfa de Cronbach	N de elementos
Total, de estrés académico	.930	29
Estresores	.845	9
Síntomas	.920	13
Estrategias de afrontamiento	.744	5

En la tabla 8, la confiabilidad conforme el alfa de Cronbach fue .930, por otro lado, en la dimensión estresores .845, síntomas .920 y estrategias de afronte .744, para la escala SISCO, indicando que el instrumento es confiable.

### 3.6. Procesamiento de los datos

Luego de haber revisado y recopilado la información bibliográfica se procedió con el recojo de datos de los instrumentos mediante Google Forms, en la cual, los alumnos aceptaron participar, por ello se le presentó un consentimiento informado previo al formulario virtual. Se llevó a cabo siguiendo los principios de Helsinki,

respetando la decisión y dejando en conocimiento sus derechos de querer participar o no en la investigación luego de haberles informado sobre ello.

La aplicación de los formularios se dio bajo la modalidad virtual y manera individual, con un tiempo de 30 min., en el cual se brindaron las indicaciones para un adecuado llenado.

Seguidamente, se realizó una base de datos en el programa de Excel que luego fue trasladada al software estadístico SPSS (versión 25), utilizando los estadísticos como prueba de KMO y Barlett y el alfa de Cronbach, donde se obtuvo la validez y confiabilidad de los instrumentos del estudio.

Por último, se empleó el análisis descriptivo de las variables y el estadístico mediante Kolmogorov Smirnov para el análisis inferencial de la distribución muestral. Asimismo, se ejecutó un estudio piloto con 150 universitarios de psicología de tres universidades de Lima Metropolitana. Para analizar su validez se usó la prueba de KMO y Bartlett.

Por últimos, los resultados evidenciados fueron expuestos en tablas, mediante el formato APA 7.

## **CAPÍTULO IV**

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS**

## 4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

### 4.1.1. Análisis de frecuencia de la procrastinación académica

**Tabla 9**

*Estadísticos descriptivos de la PA*

Dimensiones / variable	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>VE</i>	<i>g1</i>	<i>g2</i>
D1: Postergación académica	8.60	9.00	9	2.644	6.98	-0.370	-0.201
D2: Autorregulación de actividades	32.80	33.00	35	4.623	21.36	-0.663	2.410
Procrastinación académica	2.74	3.00	3	0.654	0.428	-0.535	1.077

*Nota:* M = Media, Mdn = Mediana, Mo = Moda y DE = Desviación estándar, VE = Varianza explicada, g1 = asimetría y g2 = curtosis.

En la tabla 9, la postergación académica alcanzó una M= 8.60, DE= 2.644 y una g1= normal menor a 1.5, autorregulación de actividades alcanzó una M= 32.80, DE= 4.623 y una g1= normal menor a 1.5, finalmente el total alcanzó una M= 2.74, DE= 0.654.

**Tabla 10***Niveles de la PA y dimensiones*

Dimensiones / variable		<i>f</i>	%
Postergación académica	Bajo	109	43.6
	Medio	79	31.6
	Alto	62	24.8
	Total	250	100.0
Autorregulación académica	Bajo	85	34.0
	Medio	100	40.0
	Alto	65	26.0
	Total	250	100.0
Procrastinación académica	Bajo	234	93.6
	Medio	16	6.4
	Alto	0	0.0
	Total	250	100.0

*Nota:* *f* = frecuencia y % = porcentaje

En la tabla 10, se visualiza que la dimensión postergación académica presenta un nivel bajo con 109 que hace un 43.6%, en la dimensión autorregulación académica se observa un nivel medio con 100 estudiantes que hace un 40.0% y en el total de la PA, se observa una frecuencia alta en el nivel bajo con 234 estudiantes que hace un 93.6%.

#### 4.1.2. Análisis de frecuencia del estrés académico

**Tabla 11**

*Estadísticos descriptivos del EA*

Dimensiones / variable	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	<i>M</i>	<i>DE</i>	<i>VE</i>	<i>g1</i>	<i>g2</i>
Dimensión estresores	25.84	25.00	24	5.540	30.694	0.436	0.992
Dimensión síntomas	43.86	44.50	45	11.700	136.889	0.154	0.640
Dimensión estrategias	16.14	16.00	15	3.803	14.463	-0.205	0.776
Estrés académico	24.64	5.00	5	43.864	1924.029	1.783	1.329

*Nota:* *M* = Media, *Mdn* = Mediana, *Mo* = Moda y *DE* = Desviación estándar, *VE* = Varianza explicada, *g1* = asimetría y *g2* = curtosis.

En la tabla 11, la dimensión estresores alcanzó una *M*= 25.8 con una *DE*= 5.54 y una *g1*=normal menor a 1.5, síntomas alcanzó una *M*= 43.86 con *DE*= 11.70, estrategias alcanzó una *M*= 16.14 con *DE*= 3.80 y una *g1*= normal menor a 1.5, finalmente el total alcanzó una *M*= 24.64 con *DE*= 43.86.

**Tabla 12***Frecuencia y porcentajes del EA y dimensiones*

Dimensiones / Variable		<i>f</i>	%
Dimensión estresores	Bajo	80	32.0
	Medio	115	46.0
	Alto	55	22.0
	Total	250	100.0
Dimensión síntomas	Bajo	82	32.8
	Medio	96	38.4
	Alto	72	28.8
	Total	250	100.0
Dimensión estrategias de afrontamiento	Bajo	109	43.6
	Medio	74	29.6
	Alto	67	26.8
	Total	250	100.0
Estrés académico	Bajo	80	32.0
	Medio	115	46.0
	Alto	55	22.0
	Total	250	100.0

*Nota:* *f* = frecuencia y % = porcentaje

En la tabla 12, la dimensión estresores presenta la frecuencia más alta el nivel medio con 115 estudiantes que hace un 46.0%, en la dimensión síntomas se observa la frecuencia más alta el nivel medio con 96 estudiantes que hace un 38.4%, en estrategias de afrontamiento presenta la frecuencia más alta el nivel bajo con un 109 estudiante que hace un 43.6 y en el total de EA se encontró una frecuencia alta de nivel medio con 115 que hace un 46.0%.

### 4.1.3. Prueba de normalidad

**Tabla 13**

*Análisis de normalidad de PA y dimensiones*

Dimensiones / Variable	Kolmogorov-Smirnov		
		<i>gl</i>	<i>P</i>
Dimensión postergación académica	0.131	250	0.000
Dimensión autorregulación académica	0.098	250	0.000
Procrastinación académica	0.369	250	0.000

*Nota:* p = significancia, gl = grado de libertad

En la tabla 13, se evidencian que las puntuaciones no se aproximan a una distribución normal ( $p > 0.05$ ), según Kolmogorov Smirnov. Infiriendo que, los datos muestrales no tienen distribución normal y se recomienda el uso de estadístico no paramétrico.

**Tabla 14**

*Análisis de normalidad del EA y dimensiones*

Dimensiones / Variable	Kolmogorov-Smirnov		
		<i>gl</i>	<i>p</i>
Dimensión estresores	0.129	250	0.000
Dimensión síntomas	0.074	250	0.002
Dimensión estrategias	0.087	250	0.000
Estrés académico	0.497	250	0.000

*Nota:* p = significancia, gl = grado de libertad

Mediante la tabla 14, según Kolmogorov Smirnov, las puntuaciones no poseen una distribución normal ( $p > 0.05$ ) y se recomienda la aplicación de estadístico no paramétrico.

## 4.2. Contrastación de hipótesis

**Tabla 15**

*Relación entre PA y EA*

		Procrastinación académica
Estrés académico	<i>Rho</i>	.185
	<i>P</i>	.003
	<i>N</i>	250

*Nota:* Rho = Coeficiente de correlación de Spearman, p = Prueba de significancia estadística, n = muestra.

En la muestra, existe relación positiva con magnitud leve entre las variables ( $rho = .185$ ,  $p = .003$ ), conforme la tabla 15.

**Tabla 16**

*Relación entre la dimensión estresores y la PA*

		Procrastinación académica
Estresores	<i>Rho</i>	.331
	<i>p</i>	.000
	<i>n</i>	250

*Nota:* Rho = Coeficiente de correlación de Spearman, p = Prueba de significancia estadística, n = muestra.

Existe relación positiva y leve entre la dimensión estresores y la variable PA en los universitarios ( $rho = .331$ ,  $p = .000$ ), según la tabla 16.

**Tabla 17***Relación entre la dimensión síntomas y la PA*

		Procrastinación académica
	<i>Rho</i>	.082
Síntomas	<i>p</i>	.199
	<i>n</i>	250

*Nota:* Rho = Coeficiente de correlación de Spearman, p = Prueba de significancia estadística, n = muestra.

En la tabla 17, se aprecia que entre la dimensión síntomas y la PA no existe relación ( $p > .05$ ).

**Tabla 18***Relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la PA*

		Procrastinación académica
	<i>Rho</i>	.303
Estrategias de afrontamiento	<i>p</i>	.000
	<i>n</i>	250

*Nota:* Rho = Coeficiente de correlación de Spearman, p = Prueba de significancia estadística, n = muestra.

En la tabla 18, se aprecia que existe relación positiva y leve entre la dimensión estresores y la PA ( $rho = .303$ ,  $p = .000$ ).

**CAPÍTULO V**  
**DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y**  
**RECOMENDACIONES**

## 5.1. Discusiones

Se investigó la relación entre PA y EA en 250 educandos de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana, ya que como se observa en la actualidad existen diversas dificultades que se han incrementado en los universitarios tanto como la procrastinación y estrés académico que podría ser producto de la pandemia que se está viviendo actualmente.

De acuerdo al objetivo general, se encontró relación positiva con magnitud leve en los universitarios de psicología ( $\rho = .185$ ,  $p = .003$ ). Lo que quiere decir a mayor procrastinación, el estudiante desarrollará un estrés académico perjudicando esto en su vida académica, llegando a postergar actividades que se deben presentar y presentando síntomas del EA. Aquellos datos presentan semejanzas con los de Medrano (2017) donde relaciona PA y EA en universitarios de ambos sexos de una institución de Lima, donde se indicó que existe relación baja entre ambas. Esto podría deberse a los factores académicos que conlleva las clases en modalidad virtual ya que esta modalidad conlleva ciertas limitaciones y asimismo el incremento de factores estresantes.

Además según el modelo motivacional de McCown et al. (1991) refieren que la motivación va ser un punto importante para que la persona o el estudiante realice sus actividades llevándolo al éxito, asimismo según el modelo de estrés académico de Barraza (2009), se entiende que el entorno va influir en el universitario, como también las exigencias y va depender de ellos los recursos que poseen para afrontarlos, es por ello que nuestra investigación se evidencia que a mayor PA mayor será el EA y podría ser producto de las nuevas exigencias académicas.

En relación con el objetivo específico 1, se encontró que el nivel predominante de PA fue el bajo con 234 universitarios que equivale al 93.6%. De acuerdo a este

resultado se evidenció que no coinciden con los resultados de Álvarez (2018) quien investigó el nivel de PA en alumnos de 4º y 5º ciclo y tuvo como resultado que predomina un nivel medio de procrastinación, estos resultados podrían deberse a que se realizó hace 3 años y fue realizado en la ciudad de Guatemala con bachilleres en general y nuestra investigación fue realizada con estudiantes de psicología. Además, en el modelo de Steel (2011) refiere que la procrastinación va depender a los factores que tengan los estudiantes para enfrentar su vida diaria, además del grado de importancia que posee sus actividades.

Por otro lado, en el objetivo específico 2, se mostró que el nivel de EA fue medio contando con 115 estudiantes presentándose con un 46.0%. Estos resultados se contrastan con el estudio que realizó Bernal (2019) PA y EA en alumnos de universidades de Lima Metropolitana, donde se obtuvo un nivel medio de EA en 131 educandos de un total de 156 participantes de la muestra. Donde esto puede deberse a diversos factores que evidencian los universitarios como los estresores académicos dentro de ello el incremento de actividades, dificultades de red, dificultades económicas entre otros, y esto puede deberse a que no poseen las suficientes estrategias de afrontamiento ante el EA. Además, según el autor Barraza (2009) en su teoría sistémico cognoscitiva refiere que existe un supuesto cognoscitivista, donde plantea que la persona va relacionar la situación donde se encuentra y le va dar una valoración a ello dependiendo de los recursos para afrontarlos.

En el tercer objetivo se halló la existencia de relación positiva y leve entre la dimensión estresores y PA ( $\rho = .331$ ,  $p = .000$ ). Estos resultados se comparan con el análisis de Zarate (2017) procrastinación académica y dimensión estresores, donde hubo relación entre la variable y la segunda dimensión de EA de nivel bajo, presentando esto a que existe agentes estresores como exámenes, trabajos por parte

del tutor, y se tiene la incapacidad para presentarlas a la fecha indicada, ya que el estudiante puede estar presentando dificultades para elaborarlas y así llegar a presentar conductas de procrastinación, debido a que se acumulan de muchas tareas y no sabe por dónde empezar. Asimismo, donde se evidencia que, a mayor presencia de estresores, mayor será la procrastinación académica en los universitarios, interpretándose que muchas veces los universitarios se le presentan estresores de magnitud baja y debido a ello procrastinan dejando para después o no presentan cuando han sido encomendados para una fecha indicada. Por otro lado, el autor Barraza (2007) en su dimensión estresores refiere que se presenta diversos factores como el espacio inadecuado para el estudio, las dificultades del trabajo, el tiempo determinado para las actividades que se debe desarrollar como también la cantidad de trabajos que se deja dentro de la universidad y los trabajos en equipo donde pertenecientes del grupo no tienen la capacidad de desarrollarlas adecuadamente como otras y esto perjudica al estudiante llevándolo a una procrastinación académica.

A su vez, según el objetivo específico 4, no existe relación entre la dimensión síntomas y la PA ( $p > .05$ ). Asimismo estos resultados no coinciden con los resultados de Sepúlveda (2018), donde relacionó la PA con las dimensiones del EA, estos resultados es debido a que fue realizado con otra muestra y diferente modalidad, pertenecientes a la carrera de odontología, debido a que los universitarios presentan estímulos estresores y se muestran con síntomas del estrés, dentro de ello se encuentran las molestias, irritabilidad, angustia cuando acumulan sus trabajos que han sido encomendados con anticipación. Por otro lado, la autora Rossi (2001) citado por Barraza (2009) en la dimensión síntomas indica que dentro de la vida académica se puede evidenciar ciertos síntomas como físicos, comportamentales y psicológicos hacia los factores estresores que se presentan en los universitarios.

Por último, en el objetivo específico 5, existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afronte y la PA. Estos resultados son similares a Hidalgo (2019) con una relación entre las estrategias de afronte con la PA, queriendo decir que, a mayor empleabilidad de estrategias negativas, mayor será la procrastinación académica. Por otro lado Bernal (2010) menciona que el uso de estrategias de afrontamiento negativos es, para evitar malestares momentáneos y así llegando a activar su mecanismo de defensa que es la procrastinación. Asimismo, Diaz (2005), hace referencia que el estudiante ante sus pensamientos negativos de las tareas a desarrollar puede emplear conductas para manejar circunstancias complejas de la vida académica. Por otro lado, Barraza (2006) menciona que los universitarios deben hacer el uso de diversas estrategias positivas como asertividad, llevar a cabo una planificación de su tiempo, entre otros para no llegar a postergar las actividades que se deben presentar. Evidentemente las estrategias son de gran uso para los estudiantes de hoy en día que se encuentran con diversos factores estresantes de acuerdo a la modalidad virtual, es por ello que, a mayor empleabilidad de las estrategias, será menor la PA en los alumnos.

## 5.2. Conclusiones

1. Existe relación positiva con magnitud leve entre PA y EA ( $\rho = .185$ ,  $p = .003$ ). Lo que quiere decir que, a mayor PA, mayor será el EA que presente el universitario.

2. Se mostró que el nivel de PA en los universitarios presenta un nivel bajo con una cantidad de 234 participantes, presentándose en un 93.6%. Mostrando así que los universitarios postergan sus tareas y actividades y no lo presentan a la hora indicada y no hacen uso de su autorregulación académica para mejorar en su vida académica.

3. Se identificó el nivel de EA en un nivel medio con una cantidad de 115 universitarios de la muestra. Donde puede evidenciarse que los universitarios por acumular trabajos que han sido encomendados con anticipación han desarrollado un estrés académico. Hoy en día por el covid-19 los estudiantes llegan a estresarse con frecuencia debido a que no tienen un horario establecido para desarrollar sus actividades a tiempo.

4. Existe relación positiva y leve entre la dimensión estresores y la variable PA en los universitarios ( $\rho = .331$ ,  $p = .000$ ). Refiriendo que, a mayor presencia de estresores, habrá una probabilidad de que el universitario procrastine.

5. No existe relación entre la variable PA y la dimensión síntomas ( $p > .05$ ).

6. Existe relación positiva y leve ( $\rho = .303$ ,  $p = .000$ ) entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable PA en los universitarios pertenecientes a Lima Metropolitana.

### **5.3. Recomendaciones**

- De acuerdo a la necesidad de los estudiantes de hoy en día por los diversos problemas como la PA y EA, se debe realizar talleres de proyecto de vida para que los universitarios tengan conocimiento y planifiquen sus actividades para lograr sus metas en el menor tiempo posible, evitando llegar a la procrastinación.

- De acuerdo a que existe un nivel bajo de procrastinación se debe desarrollar una planificación de actividades realizando un cronograma de actividades diarias, de lo que realiza durante el día y los trabajos pendientes que se deja en la universidad, para que después se pueda especificar lo que se debe hacer primero y que lo después para no dejar a última hora y acumularse de trabajos, y no llegue esto a un nivel mayor de EA y se convierta en una PA.

- Reducir los niveles de estrés realizando la técnica de mindfulness para relajar los músculos del cuerpo, y así continuar con los trabajos que se deben desarrollar. Por otro lado, implementar estrategias para mejorar los hábitos de estudio e invertir tiempo necesario en estudiar y avanzar las actividades o proyectos que se tiene pendiente para presentarlas a tiempo.
  
- Llevar a cabo un programa de habilidades sociales para el incremento de estrategias que se pueda tener ante la procrastinación y la presencia del estrés, como el uso del asertividad, relaciones inter e intra personales, ya que en ello se podrá manejar de una manera adecuada todas las fortalezas suficientes para una buena calidad de vida universitaria.
  
- Ampliar la muestra del estudio para tener mayor precisión en cuanto a las variables de estudio, asimismo realizar estudios de diseños experimentales para identificar las causas de las variables.

## **REFERENCIAS**

- Alania, R., Llancari, R., Rafaele, M. y Ortega, D. (2020). Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111-130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Barraza, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de Licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 272-283. <http://revistas.unisimon.edu.co/index.php/psicogente/article/view/1163>
- Barraza, A. (2007). El estrés académico en alumnos de educación media superior: Un estudio comparativo. *Universidad Pedagógica de Durango*, 7(1), 1-18. <https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Barraza, A. (2006). *Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico*. Psicología Científica.com. <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modelo-conceptual-para-el-estudio-del-estres-academico.pdf>
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación*. Pearson.
- Bernal, M. (2019). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de universidades públicas y privadas de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional USIL. [http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10421/1/2019\\_Bernal%20Santander.pdf](http://repositorio.usil.edu.pe/bitstream/USIL/10421/1/2019_Bernal%20Santander.pdf)
- Botello, V. y Gil, L. (2017). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de ciencia de la salud de una universidad de Lima Norte* [Tesis de pregrado, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. [http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/600/Botello\\_Gil\\_tesis\\_bachiller\\_2018.pdf?sequence=6&isAllowed=y](http://repositorio.ucss.edu.pe/bitstream/handle/UCSS/600/Botello_Gil_tesis_bachiller_2018.pdf?sequence=6&isAllowed=y)

- Carranza, R. y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 3(2), 95-108. <https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>
- Cerna, R. (2018). *Estrategias y estrés académico en estudiantes universitarios de primer ciclo de la facultad de psicología de una universidad privada de Lima* [Tesis de maestría, Universidad Cayetano Heredia]. Repositorio Institucional de la Universidad Cayetano Heredia. [http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/4383/Estrategias\\_Cerna\\_Anay8a\\_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/4383/Estrategias_Cerna_Anay8a_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Contreras, Y. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica en universitarios y preuniversitarios de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/729/1/Contreras%20Zegarra%2c%20Yoselin.pdf>
- Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada. *Revista Peruana Liberata*, 20(6), 6-7. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.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 Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/531/2/WEMDY%20FUENTES%20FLORES.pdf>
- García, S. y Pérez, G (2018). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes*

*de una Universidad Privada de Trujillo* [Tesis de maestría, Universidad Católica de Trujillo]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Trujillo. [https://repositorio.uct.edu.pe/bitstream/123456789/454/1/017100011G\\_017100022I\\_M\\_2018.pdf](https://repositorio.uct.edu.pe/bitstream/123456789/454/1/017100011G_017100022I_M_2018.pdf)

Garzón, A. y Gil, J. (2016). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista Complutense de Educación de Colombia*, 28(1), 308-315. <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/49682/50135>

García, V. y Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. *Revista Scielo Analítica*, 11(2), 18-20. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1665-61802019000200122&lang=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-61802019000200122&lang=es)

Grajeda, A. (2018). *El estrés académico en los estudiantes del último año, estudio realizado con estudiantes del último año del ciclo diversificado del Instituto Nacional de educación diversificada, San Pedro Sacatepéquez* [Tesis de pregrado, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio Institucional de la Universidad de San Carlos de Guatemala. [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29\\_0548.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/29/29_0548.pdf)

Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw-Hill.

Hidalgo, L. (2019). *Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de universidad privada de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional de la Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/23175/Hidalgo%20Iparraguirre%20Linda%20Noelia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Kloster, G. (2019). *Estrés académico en estudiantes universitarios de la ciudad de Paraná* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Argentina]. Repositorio Institucional de la Universidad Católica de Argentina. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/9774/1/estres-academico-estudi-antes-universitarios.pdf>
- Marquina, R. Gómez., Salsas, H., Santibáñez. y Rumiche, R. (2016). Procrastinación en alumnos universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Obstetricia y Enfermería*, 12(1), 110-114. <https://www.aulavirtualusmp.pe/ojs/index.php/rpoe/article/view/747>
- Martínez, L. (2019). *Estrés académico y adaptación de la vida universitaria en estudiantes de Lima, Arequipa y Piura* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/417/3/TESIS%20-%20MARIA%20JABEL.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021). *¿Estás procrastinando más? Es culpa de la pandemia*. <https://www.nationalgeographic.es/ciencia/2021/03/estas-procrastinando-mas-es-culpa-de-la-pandemia>
- Pedraza, Y. y Ramos, A. (2017). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de enfermería de una universidad privada de Chiclayo* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional de la Universidad Señor de Sipán. <http://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/uss/4606/Ramos%20Julian%20-%20Pedraza%20Fern%C3%A1ndez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez, A. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con

- la edad y el curso académico. *Artículo de investigación Científica*, 26(1), 245-250. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v26n1/0121-5469-rcps-26-01-00045.pdf>
- 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>
- Rosales, J. (2016). *Estrés académico y hábitos de estudios en universitarios de la carrera de psicología de un centro de formación superior privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/124/1/ROSALES%20FERNANDEZ.pdf>
- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: Un problema en la vida universitaria. *Revista Scielo Redalyc*, 5(3), 88-90. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3717321>
- Trujillo, A. y Gonzales, N. (2020). *Nivel de estrés académico en estudiantes de posgrado de la facultad de educación en la Universidad de Colombia, Sede Bogotá* [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional de la Universidad Cooperativa de Colombia. [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12668/1/2019-estres\\_academico\\_estudiantes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12668/1/2019-estres_academico_estudiantes.pdf)
- Vargas, L. (2017). *El estrés académico y su correlación con la sintomatología psicológica en estudiantes de la facultad de ciencias administrativas de la Universidad Técnica de Cotopaxi* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato]. Repositorio Institucional de la Pontificia

Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato.

<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/2145/1/76537.pdf>

Venancio, G. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una universidad nacional de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional de la Universidad Nacional Federico Villarreal.

<http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2383/VENANCIO%20REYES%20GUIOVANE%20ANTONIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

## **ANEXOS**

**Anexo 1. Procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de Universidades de Lima**

Metropolitana,2020

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES				
<b>Problema General:</b> ¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de Lima Metropolitana?	<b>Objetivo general:</b> Determinar la relación entre procrastinación académica y estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana, 2020  <b>Objetivos específicos:</b> Identificar el nivel de procrastinación académica en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana, 2020	<b>Hipótesis general:</b> Existe relación entre procrastinación académica y estrés académico en universitarios de psicología de universidades de Lima Metropolitana, 2020  <b>Hipótesis específicas:</b> Existe relación entre procrastinación académica y la dimensión estresores de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología	<b>Variable 1: Procrastinación académica (Busko,1998)</b>				
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escalas valores</b>	<b>Niveles o rangos</b>
			<b>Autorregulación académica</b>	Alta autorregulación académica Moderada autorregulación académica Baja autorregulación académica	2,3,4,5,6,7,10,11,12	1= Siempre 2= Casi siempre 3= A veces 4= Pocas veces 5=Ninguna	No procrastina [00-34] Baja procrastinación [35-39] Regular [40-47] Alta procrastinación [48-53] Muy alta procrastinación [54-80]
<b>Postergación de actividades</b>	Alta tendencia a la postergación de actividades  Moderada tendencia a la postergación de actividades	1,8,9					

	<p>Identificar el nivel de estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana, 2020</p> <p>Encontrar la relación entre procrastinación académica y la dimensión estresores de la variable estrés académico universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana, 2020</p> <p>Encontrar la relación entre procrastinación académica y la</p>	<p>de universidades de Lima Metropolitana, 2020</p> <p>Existe relación entre procrastinación académica y la dimensión síntomas de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana, 2020</p> <p>Existe relación entre procrastinación académica y la dimensión estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana,</p>		<p>Baja tendencia a la postergación de actividades</p>			
--	---	--	--	--	--	--	--

	<p>dimensión síntomas de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana,2020</p> <p>Determinar la relación entre procrastinación académica y la dimensión de estrategias de afrontamiento de la variable estrés académico en universitarios de la carrera de psicología de universidades de Lima Metropolitana,2020</p>	2020					
--	--	------	--	--	--	--	--

<b>VARIABLES E INDICADORES</b>				
<b>Variable 2: Estrés académico</b> Inventario de estrés académico SISCO de Barraza (2007)				
<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escalas Valores</b>	<b>Niveles o rangos</b>
<b>Estresores</b>	Frecuencia con que las demandas del entorno son valoradas como estresores	1,2,3,4,5,6,7,8,9	Nunca (1)	Bajo [0-20]
<b>Sintomas</b>	Frecuencias con la que se presentan los síntomas	10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24	Rara vez (2)	Medianamente bajo [21-40]
<b>Estrategias de afrontamiento</b>	Frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento	25,26,27,28,29	Algunas veces (3)	Medio [41-60]
			Casi siempre (4)	Medianamente alto [61-80]
			Siempre (5)	Alto [81-100]

--	--	--	--	--	--	--	--

TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	POBLACIÓN Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA E INFERENCIAL
<p><b>ENFOQUE:</b> Cuantitativo</p> <p><b>TIPO:</b> Básica</p> <p><b>NIVEL:</b> Correlacional</p> <p><b>DISEÑO:</b> No experimental</p>	<p><b>Población censal:</b></p> <p>La población del estudio estará conformada por 2294 universitarios de ambos sexos, del pregrado que se encuentran cursando del primer ciclo y último ciclo de tres universidades de la carrera de psicología de Lima Metropolitana.</p>	<p><b>Técnica:</b> Encuesta</p> <p><b>Instrumentos:</b></p> <p>Escala de procrastinación académica EPA de Busko (1998)</p> <p>Inventarios de estrés académico SISCO de</p>	<p><b>DESCRIPTIVA:</b> - Tablas de frecuencia</p> <p><b>INFERENCIAL:</b> Para la prueba de Hipótesis se realizarán los cálculos estadísticos necesarios mediante las fórmulas de Correlación de Spearman:</p> $r_s = 1 - \frac{6 \sum d^2}{n(n^2 - 1)}$

	<b>Muestra:</b> De la población identificada de selecciono 250 estudiantes a conveniencia del investigador para la muestra.	Barraza (2006)	Dónde: $r_s$ = Coeficiente de correlación por rangos de Spearman $d$ = Diferencia entre los rangos (X menos Y) $n$ = Número de datos
--	--	----------------	---



8.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
9.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
10.	Trato de terminar mis trabajos importantes con la debida anticipación.					
11.	Me tomo el tiempo para revisar mis tareas antes de entregarlas.					
12.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					



1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre, y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones.

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
La competencia con los compañeros del grupo					
Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
La personalidad y el carácter del profesor					
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
6. No entender los temas que se abordan en la clase.					
7. Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					

Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otra					

En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

Reacciones físicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
10. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
11. Dolores de cabeza o migrañas					
12. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					

13. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
14. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
Reacciones psicológicas					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
15. Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
16. Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
17. Ansiedad, angustia o desesperación					
18. Problemas de concentración					
19. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
Reacciones comportamentales					
	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
20. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
21. Aislamiento de los demás					

22. Desgano para realizar las labores escolares					
23. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

En una escala de /1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
24. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
25. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
26. Elogios a sí mismo					
27. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					

28. Búsqueda de información sobre la situación.					
29. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa).					

### **Anexo 3. Consentimiento Informado**

Mi nombre es Dayna Francis Aguirre Palomino de la carrera de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú. La prueba Psicológica presentada tiene la finalidad de relacionar la procrastinación académica y estrés académico en universitarios de psicología de Lima Metropolitana.

Le realizo la invitación a participar de este estudio

Si usted acepta participar, deberá llenar una ficha de datos y completar la evaluación psicométrica, la cual está relacionada con la adicción a las redes sociales y la depresión, también debe responder a todas las preguntas con honestidad y seriedad, recuerde que no hay respuesta mala. Es importante señalar que no existe ningún riesgo al participar de este trabajo de investigación. Sin embargo, algunas preguntas le pueden causar incomodidad. Si usted desea, se le puede informar de manera personal y confidencial los resultados que se obtengan de la investigación realizada.

Finalmente, se guardará la información haciendo uso de códigos, por lo que en ningún momento se le solicitará sus datos personales.

## Anexo 4. Reporte de turnitin

### TESIS DAYNA FRANCIS AGUIRRE PALOMINO

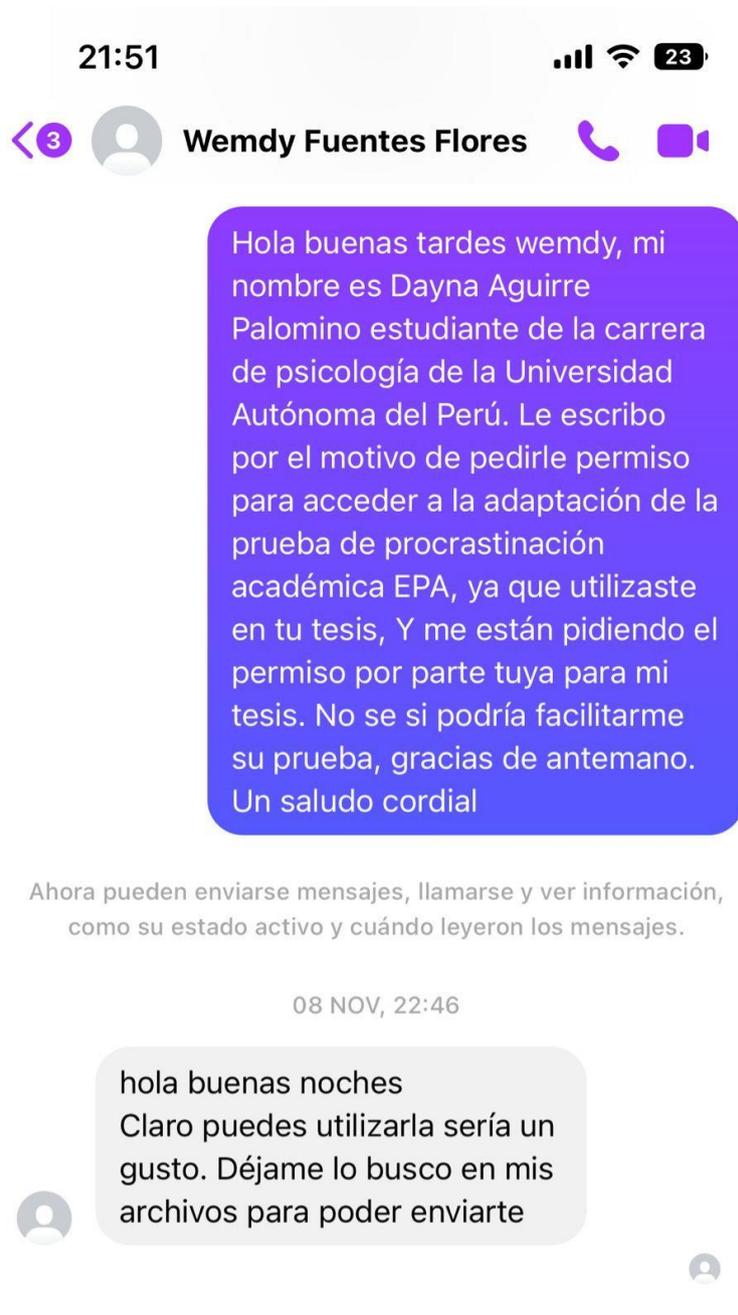
#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>11</b> %	<b>11</b> %	<b>3</b> %	<b>5</b> %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.autonoma.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>5</b> %
<b>2</b>	<b>Submitted to Universidad Autonoma del Peru</b> Trabajo del estudiante	<b>1</b> %
<b>3</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>4</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>5</b>	<b>Submitted to Universidad Cesar Vallejo</b> Trabajo del estudiante	<b>1</b> %
<b>6</b>	<b>repositorio.upeu.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>7</b>	<b>Submitted to Universidad San Ignacio de Loyola</b> Trabajo del estudiante	<b>&lt;1</b> %
<b>8</b>	<b>repositorio.uigv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>&lt;1</b> %
<b>9</b>	<b>repositorio.uap.edu.pe</b> Fuente de Internet	

## Anexo 5. Permiso de uso de las escalas



22:08

📶 🌐 🔋 36



Jenifer Carnejo Sosa



Facebook

No está en tu lista de amigos en Facebook

Nueva cuenta de Facebook

21:59

Hola buenas tardes Jenifer, mi nombre es Dayna Aguirre Palomino estudiante de la carrera de psicología de la Universidad Autónoma del Perú. Le escribo por el motivo de pedirle permiso para acceder a la adaptación de la prueba de estres academiso SISCO que empleaste en tu tesis , ya que me están pidiendo el permiso por parte tuya para mi tesis. No se si podría facilitarme su prueba, gracias de antemano. Un saludo cordial

Hola Dayna cómo estás ?  
Ummm claro si la puedes usar ,  
espero te sirva , te paso el  
documento en un momento



Ahora pueden enviarse mensajes, llamarse y ver información, como su estado activo y cuándo leyeron los mensajes.



PRUEBA SISCO  
CORNEJO.docx

