

**UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE MEDICINA HUMANA**



**“PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN A FRECUENCIA DE USO Y  
ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE  
MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA,  
AÑO 2024”**

**TESIS**

**PRESENTADA POR**  
**TELLO SALGADO, JEAN ROBERTO**  
**0000-0001-6474-3039**

**ASESOR:**  
**GOMEZ ZAPANA, GERSON ROBERTO**  
**0000-0003-3493-7910**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE MÉDICO CIRUJANO**

**TACNA, PERÚ**  
**2024**

## **DEDICATORIA**

*A mi amada madre, por la manera en la que influye en mi vida a través de su tiempo, dedicación, enseñanzas y cariño.*

## **AGRADECIMIENTOS**

*A mi madre, quien con su amor y paciencia apoyó mis pasos durante la formación académica y personal que he tenido hasta el día de hoy.*

*A mi hermano, por su influencia y sus consejos hacia mí.*

*A Maia y Asha por acompañarme sin dudar cada noche de estudio.*

*A mi asesor por su apoyo incondicional, su guía y sus enseñanzas.*

*A la Universidad Privada de Tacna por las enseñanzas y la calidad de personas con las cuales compartí este camino.*

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo, Jean Roberto Tello Salgado, en calidad de Bachiller de la Escuela Profesional de Medicina Humana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada de Tacna, identificado con DNI 72880361, declaro bajo juramento que:

1. Soy autor de la tesis titulada:

" PROCRASTINACIÓN EN RELACIÓN A FRECUENCIA DE USO Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024 "

Asesorada por Doctor Gerson Roberto Gomez Zapana, la cual presente para optar el: Título Profesional de Médico Cirujano.

2. La tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente, habiéndose respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.

3. La tesis presentada no atenta contra los derechos de terceros.

4. La tesis no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.

5. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido falsificados, ni duplicados, ni copiados.

Por lo expuesto, mediante la presente asumo frente a La Universidad cualquier responsabilidad que pudiera derivarse por la autoría, originalidad y veracidad del contenido de la tesis, así como por los derechos sobre la obra.

En consecuencia, me hago responsable frente a La Universidad de cualquier responsabilidad que pudiera ocasionar, por el incumplimiento de lo declarado o que pudiera encontrar como causa del trabajo presentado, asumiendo todas las cargas pecuniarias que pudieran derivarse de ello a favor de terceros con motivo de acciones, reclamaciones o conflictos derivados del incumplimiento de lo declarado o las que encontrasen causa en el contenido de la tesis.

De identificarse fraude, piratería, plagio, falsificación o que el trabajo de investigación haya sido publicado anteriormente; asumo las consecuencias y sanciones que de nuestra acción se deriven, sometiéndonos a la normatividad vigente de la Universidad Privada de Tacna.



---

DNI: 72880361

Fecha: 10/06/24

## RESUMEN

**Objetivo:** Identificar la relación entre la procrastinación y el uso de las redes sociales en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024

**Material y Método:** Investigación observacional relacional, se trabajó con una muestra de 180 estudiantes de Medicina Humana entre segundo a séptimo año de la carrera profesional.

**Resultados:** Un 54,4% de procrastinación académica alta y un 53,3% de los estudiantes de una adicción alta a las redes sociales. El grupo con alta adicción a las redes sociales presenta también procrastinación académica alta en un 71,9%. Se halló que la diferencia es altamente significativa. Los pensamientos favorables a la postergación condicionan una adicción a las redes sociales con un nivel de correlación alto (Rho de Spearman: 0,663 p:0,000).

**Conclusiones:** Existe una relación altamente significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica (p:0,000).

**Palabras clave:** Adicción, Estudiante, Procrastinación, Redes sociales.

## ABSTRACT

**Objective:** To identify the relationship between procrastination and the use of social networks in students of human medicine at the Universidad Privada de Tacna, in the year 2024.

**Method:** Observational relational research, working with a sample of 180 human medicine students in their second and seventh year of their professional career.

**Results:** 54.4% of students had a high level of academic procrastination and 53.3% were highly addicted to social networks. The group with high addiction to social networks academic procrastination is also high in 71,9%. Thoughts favorable to procrastination condition an addiction to social networks with a high level of correlation (Spearman's Rho: 0.663 p:0.000).

**Conclusions:** There is a highly significant relationship between social network addiction and academic procrastination (p:0.000).

Keywords: Addiction, Student, Procrastination, Social networks.

## CONTENIDO

DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTOS.....	3
RESUMEN.....	5
ABSTRACT .....	6
INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	12
1.1    FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA .....	12
1.2    FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	14
1.3    OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.3.1    OBJETIVO GENERAL .....	14
1.3.2    OBJETIVOS ESPECÍFICOS .....	14
1.4    JUSTIFICACIÓN .....	15
1.5    DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS.....	16
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO .....	18
2.1    ANTECEDENTES .....	18
2.1.1    ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....	18
2.1.2    ANTECEDENTES NACIONALES .....	24
2.2    MARCO TEÓRICO.....	26
2.2.1    LA PROCRASTINACIÓN .....	26
2.2.2    LAS REDES SOCIALES .....	32

2.2.3	LA PROCRASTINACIÓN Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES .....	37
	CAPÍTULO III: HIPÓTESIS Y VARIABLES .....	38
3.1	HIPÓTESIS .....	38
3.2	HIPÓTESIS GENERAL .....	38
3.3	VARIABLES .....	38
3.3.1	OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES .....	38
	CAPÍTULO IV: METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	41
4.1	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	41
4.1.1	TIPO DE INVESTIGACIÓN .....	41
4.1.2	NIVEL DE INVESTIGACIÓN .....	41
4.2	ÁMBITO DE ESTUDIO .....	42
4.3	POBLACIÓN Y MUESTRA .....	42
4.3.1	UNIDAD DE ESTUDIO .....	42
4.3.2	POBLACIÓN .....	42
4.3.3	MUESTRA .....	43
4.4	TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	
	44	
	CAPÍTULO V: PROCEDIMIENTO, PROCESAMIENTO DE ANÁLISIS Y ADMINISTRATIVOS .....	48
5.1	RECOLECCIÓN DE DATOS .....	48
5.2	PROCESAMIENTO DE LOS DATOS .....	48
5.3	CONSIDERACIONES ÉTICAS .....	49
	RESULTADOS .....	50
	DISCUSIÓN .....	61
	CONCLUSIONES .....	65

RECOMENDACIONES.....	66
BIBLIOGRAFÍA.....	67

## INTRODUCCIÓN

La creciente popularidad del uso de la red social a través del internet ha cambiado abismalmente el modo de comunicación de los individuos de las sociedades, existen múltiples aplicativos virtuales con los cuales las personas pueden comunicarse, compartir información, así como gestionar tiempos laborales, de ocio, entretenimiento, capacitaciones, entre otros. Este fenómeno ha suscitado un creciente interés en su posible influencia en el comportamiento de los seres humanos, principalmente en el entorno educativo. En este contexto, resulta relevante explorar si es que se relacionan de algún modo la procrastinación y la adicción al uso de redes sociales en universitarios de la carrera de medicina humana, dado el impacto potencial que este vínculo podría tener en su desempeño académico y bienestar general.

Se pretende realizar un análisis para conocer en qué medida se procrastina, si existe adicción al uso de redes sociales en estudiantes de medicina humana y si esas variables se relacionan; con el fin de identificar patrones, factores desencadenantes y posibles consecuencias en su rendimiento académico y desarrollo personal. Se plantea la tesis de que existe una relación significativa entre la procrastinación y el uso frecuente de las redes sociales, la cual puede impactar negativamente en la eficiencia y el éxito académico de los estudiantes de medicina humana.

La investigación se estructurará en torno a tres fases fundamentales. En primer lugar, se hizo una revisión exhaustiva de literatura existente sobre procrastinación y uso de redes sociales en el contexto estudiantil, con el

fin de contextualizar el estudio y fundamentar teóricamente las hipótesis planteadas. Posteriormente, se realizó una investigación empírica que incluyó la aplicación de cuestionarios y encuestas a estudiantes de la carrera de medicina humana, con el fin de recopilar datos relevantes para contrastar las hipótesis planteadas. Finalmente, se procedió a analizar los hallazgos, los cuales permitieron finalmente aclarar las dudas y elaborar las conclusiones que aporten al conocimiento en este campo y ofrecer recomendaciones prácticas para estudiantes, educadores y profesionales de la salud.

# **CAPÍTULO I**

## **EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1 FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA**

La procrastinación en el uso de las redes sociales es una condición muy común que se viene observando entre los estudiantes en general, así como en estudiantes de medicina, tanto a nivel internacional como nacional. Este comportamiento puede afectar negativamente en el desempeño estudiantil, así como en la salud mental de los estudiantes. Hubo un estudio (1), en el que se demostró que usar en forma excesiva las redes sociales se asociaba con niveles más altos de procrastinación académica en estudiantes de medicina. Además, que usar de modo desmedido las redes sociales va a impactar en la concentración hacia el estudio y los tiempos dedicados al mismo, esto a su vez influye en el desempeño académico de los estudiantes. En todos los tiempos se reconoce que el estudio de la carrera de medicina humana, requiere de estudiantes con un perfil acorde a las exigencias profesionales, dedicados, responsables, éticos; sería realmente un problema muy serio demostrar que la adicción a las redes sociales, influiría negativamente en los futuros profesionales de la salud.

El impacto de la procrastinación por usar desmedidamente las redes sociales en estudiantes de medicina puede ser

significativamente negativo. Puede llevar a un menor dominio del contenido académico, estrés adicional debido a plazos incumplidos y, en última instancia, un rendimiento académico inferior. Por lo tanto, es fundamental que los estudiantes de medicina reconozcan este problema y desarrollen estrategias para gestionar de manera efectiva su tiempo en línea, a fin de priorizar sus responsabilidades académicas.

La frecuencia en el uso de las redes sociales puede afectar el rendimiento académico de los estudiantes de medicina humana de diversas maneras. Hubo un estudio en el que se relacionaron las dos variables y donde finalmente demostraron que a mayor tiempo de uso de redes sociales, menor fue el rendimiento académico (2). El usar excesivamente las redes sociales puede alimentar problemas de salud mental, lo que afecta negativamente la vida y las actividades cotidianas de los estudiantes. Algunos de los problemas mencionados incluyen baja autoestima, estrés y ansiedad; también puede causar problemas en la salud física y la falta de higiene, lo que afecta negativamente el bienestar general de los estudiantes (3). Algunos estudiantes pueden considerar que las redes sociales son una distracción que les impide enfocarse en sus estudios y tareas académicas (4). En otro estudio se concluye que la adicción a redes sociales afectó negativamente el rendimiento académico y la salud mental de los estudiantes de medicina humana, estudio realizado en el contexto de crisis como la pandemia de COVID-19 (5); puede afectar negativamente en el desempeño académico al causar distracciones, problemas de salud mental y falta de enfoque en sus estudios; por estas consideraciones es que se quiere conocer cuál es el grado de procrastinación de los estudiantes de medicina humana, en qué medida usan las redes sociales y si la procrastinación se relaciona

con el uso de las redes sociales, en la Universidad Privada de Tacna.

## **1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuál es la relación entre la procrastinación y el uso de las redes sociales en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024?

## **1.3 OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1 OBJETIVO GENERAL**

Identificar la relación entre la procrastinación y el uso de las redes sociales en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024.

### **1.3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- a) Reconocer el grado de procrastinación de los estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024.
- b) Identificar el nivel de uso de las redes sociales de los estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024.
- c) Relacionar el grado de procrastinación según frecuencia y nivel de adicción al uso de redes sociales en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024

## 1.4 JUSTIFICACIÓN

El hecho de procrastinar en estudiantes de medicina es un problema relevante y necesita ser abordado en la actualidad. Este estudio realza con este tema la importancia que podría estar ocurriendo con los estudiantes de medicina y cómo puede afectar negativamente su rendimiento académico y su carrera profesional. Algunos estudios (6) han venido demostrando que el procrastinar es muy frecuente entre los estudiantes por lo que se tiene mayor probabilidad de no terminar sus estudios u obtener resultados inferiores a sus compañeros. Además, la procrastinación de llegar a sufrir problemas en la salud y emocional de los estudiantes. Por lo tanto, es crucial abordar este problema para mejorar el éxito académico y la calidad de vida de los estudiantes de medicina.

Entre las razones por las que se pretende la ejecución de este estudio es que esta investigación puede ayudar a identificar factores de riesgo de procrastinación en estudiantes de medicina, lo que permitirá a los docentes y a los estudiantes tomar medidas preventivas. La investigación puede proporcionar información valiosa sobre las estrategias de intervención efectivas para disminuir los niveles de procrastinación de los estudiantes. Con esta investigación se podría encontrar luces que permitan mejorar la calidad de la enseñanza en la universidad, ya que los docentes podrán adaptar sus métodos de enseñanza para abordar las necesidades específicas de los estudiantes procrastinadores.

Se pretende lograr un aporte a los conocimientos teóricos sobre el comportamiento de la procrastinación y su relación con variables psicológicas y demográficas. Esto puede contribuir a la comprensión general de la procrastinación al estudiante.

La investigación puede utilizar diferentes métodos metodológicos, como encuestas, entrevistas y análisis de datos, para estudiar la procrastinación en estudiantes de medicina.

Los resultados de la investigación pueden tener implicancias prácticas para los estudiantes de medicina, los docentes y la universidad. Los estudiantes podrían aprender estrategias para mejorar su organización y productividad, mientras que los docentes pueden adaptar sus enfoques de enseñanza para abordar las necesidades específicas de los estudiantes procrastinadores. Además, la universidad podría implementar programas de intervención para reducir la procrastinación en sus estudiantes.

La procrastinación en estudiantes de medicina es un problema social que afecta a muchas personas. Al abordar este problema, la investigación puede contribuir a mejorar la calidad de vida académica de los estudiantes de medicina y, en general, a mejorar la calidad de la educación en la universidad. Además, los hallazgos de la investigación pueden tener un impacto a nivel social al aumentar la conciencia sobre la procrastinación y sus efectos negativos en el estudiante.

## **1.5 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS**

### **a) Procrastinación**

Alblwi et al (7) La procrastinación es el aplazamiento voluntario de tareas urgentes y puede tener diversas consecuencias negativas, como estrés, problemas de salud y bajo rendimiento académico.

b) Red social

Son plataformas digitales que permiten a las personas conectarse e interactuar entre sí a través de Internet, ya sea a través de comunidades y redes virtuales para compartir información, ideas, intereses personales y expresiones diversas. Estas plataformas tienen diferentes propósitos como Facebook, Instagram, Twitter, LinkedIn, WhatsApp, etc.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 ANTECEDENTES**

##### **2.1.1 ANTECEDENTES INTERNACIONALES**

Touloupis y Campbell (8) examinaron transversalmente la procrastinación académica de estudiantes de primaria, secundaria y universitaria, al tiempo que examinó el papel predictivo de los factores percibidos relacionados con el contexto académico y el uso problemático de las redes sociales en la manifestación de la procrastinación. Los participantes fueron estudiantes de primaria (N = 532), secundaria (N = 561) y universitaria (N = 519) de escuelas y departamentos universitarios griegos seleccionados al azar, completaron un cuestionario de autoinforme que contenía escalas sobre procrastinación académica, compromiso académico y conectividad académica y uso problemático de las redes sociales. Los resultados mostraron que los estudiantes de primaria y secundaria procrastinan con más frecuencia que los universitarios, quienes perciben la procrastinación como un problema y quieren reducirla más. No se encontraron diferencias de género en la

procrastinación de los estudiantes. Además, los análisis de trayectoria revelaron similitudes y diferencias en los modelos explicativos de la procrastinación para los tres grupos de estudiantes. En general, el compromiso académico y el uso de internet tuvieron un efecto negativo en la procrastinación académica, mientras que el uso problemático de las redes sociales medió negativamente esta relación. Sin embargo, en los tres modelos de trayectoria, diferentes dimensiones de las variables predictivas involucradas contribuyeron a la procrastinación en la educación primaria, secundaria y universitaria. Los resultados sugieren que en cada nivel educativo se podrían mejorar los estados psicológicos relacionados con el contexto académico específico, además de promover el uso seguro de las redes sociales para prevenir eficazmente que los estudiantes pospongan su educación académica.

(8)

Alblwi et al (7). Se han identificado varios factores, incluida la personalidad, la cultura y el género, como predictores de la procrastinación. En ese artículo, utilizaron un enfoque de métodos mixtos para examinar los tipos, los desencadenantes y la aceptabilidad de las contramedidas contra la procrastinación en las redes sociales. Después de una encuesta de 288 participantes del Reino Unido (n = 165) y de Arabia Saudita (n = 123), realizaron una serie de modelos de regresión múltiple y de regresión logística binaria para determinar los predictores de estos factores. Varios predictores, como el autocontrol y la escrupulosidad, surgieron como predictores significativos. Los resultados

muestran que los participantes son receptivos a las contramedidas de procrastinación ofrecidas a través de las redes sociales, pero factores como género, personalidad, tiempo invertido en redes sociales y la cultura no predicen el tipo de procrastinación.

Emadi Chashmi et al (9), ellos examinaron la relación entre la procrastinación y el uso problemático del internet, determinó los roles mediadores de la tolerancia a la ambigüedad, la reevaluación y la supresión. El modelo conceptual se probó utilizando datos recopilados de 434 estudiantes universitarios iraníes. Los participantes completaron una serie de escalas psicométricas que evaluaban la procrastinación, y el uso problemático del internet, la tolerancia a la ambigüedad, la reevaluación y la represión. Se utilizó un modelo de ecuaciones estructurales para probar el modelo hipotético. Los resultados mostraron que el uso problemático del internet, la tolerancia a la ambigüedad y la supresión estaban relacionadas positivamente con la procrastinación, y que había una relación negativa entre la reevaluación y la procrastinación. Además, el análisis de la mediación reveló que la tolerancia a la ambigüedad, la reevaluación y la supresión mediaban completamente la relación entre el uso problemático del internet y la procrastinación. Sin embargo, los resultados también pueden interpretarse como que sugieren que el uso problemático del internet no juega un papel significativo como predictor de procrastinación cuando los mediadores (como regulación de emociones y autocontrol), están controlados.

Argiropoulou y Vlachopanou (10) Los estudiantes universitarios corren un alto riesgo de tener un uso problemático de Internet porque tienden a pasar mucho tiempo en línea. El presente estudio tuvo como objetivo probar la hipótesis de que la procrastinación mediaría la relación entre el flujo y el uso problemático de Internet utilizando una técnica de muestreo de bola de nieve en una muestra de 178 estudiantes universitarios griegos, el 67% de los cuales eran mujeres. Los resultados mostraron que el flujo se relacionó positivamente con el uso problemático de Internet ( $r = 0,36$ ). Además, el análisis de la mediación reveló que la procrastinación académica mediaba la relación entre el flujo y el uso problemático de Internet. Los resultados sugieren que cuanto más agradable es la actividad en Internet, más probabilidades hay de que los estudiantes posterguen sus obligaciones académicas, y esto está relacionado con el uso de Internet a largo plazo. Los hallazgos se suman a la literatura existente sobre el uso problemático de Internet y podrían potencialmente informar políticas para proteger la salud y el bienestar de los estudiantes.

Przepiorka et al (11) En los últimos años, los nuevos medios se han vuelto tan atractivos que se utilizan para reuniones, entretenimiento y trabajo. Cada vez más personas utilizan Facebook o sus teléfonos en lugar de realizar tareas laborales o familiares. El objetivo principal de este estudio fue examinar el papel mediador de la ansiedad futura en la relación entre la procrastinación y el

uso problemático de los nuevos medios. Los participantes fueron estudiantes (N = 478), de 18 a 27 años (M = 19,93, SD = 1,77); El 64% de la muestra era femenina. Se utilizaron la Escala de Procrastinación General, la Escala de Procrastinación Decisional, el Cuestionario de Intrusión en Facebook, los Hábitos Adaptados de Uso de Teléfono Celular y la Escala de Ansiedad Futura – Forma Corta. El estudio demostró que los estudiantes que procrastinan a menudo reportan una alta tendencia a involucrarse en el uso problemático de nuevos medios y altos niveles de ansiedad en el futuro. Los hallazgos de este estudio tienen implicaciones importantes para la investigación sobre el tema de Facebook y el uso de teléfonos celulares. Se pueden aplicar en la labor de psicólogos, psiquiatras y terapeutas, tanto en la prevención como en el desarrollo de terapias online para las adicciones.

Gökalp et al (12) El autocontrol es siempre fundamental en muchas áreas de la vida. Por tanto, la falta de autocontrol es la fuente de muchas dificultades que las personas enfrentan en sus vidas y también está en el centro de una serie de problemas, especialmente entre los adolescentes. Por lo tanto, el propósito del estudio fue examinar el papel mediador de la adicción a múltiples pantallas (MSA) en la relación entre el autocontrol y la procrastinación en adolescentes utilizando modelos de ecuaciones estructurales (SEM). Este estudio utilizó un diseño transversal y un cuestionario en línea. El grupo de estudio incluyó a 390 adolescentes que estudiaban en varias escuelas secundarias de Turquía. Los resultados del

análisis de correlación mostraron que el autocontrol se correlacionaba negativamente con MSA y procrastinación. MSA también se correlacionó positivamente con la procrastinación. Además, los resultados mostraron que MSA media la relación entre el autocontrol y la procrastinación. El índice de ajuste SEM fue satisfactorio. Los resultados del estudio se discutieron en el contexto de la literatura existente y luego se presentaron sugerencias.

Wang et al (13) plantean que existen varios factores de riesgo para la adicción a los teléfonos inteligentes. Sin embargo, pocos estudios han examinado la influencia potencial sensación de adicción al uso de celulares, y se sabe poco sobre los mecanismos mediadores que subyacen a esta relación. Una muestra de 794 adolescentes completó cuestionarios sobre demografía, búsqueda de sensaciones, miedo a perderse algo, procrastinación y adicción a los teléfonos inteligentes. El propósito de esta investigación es analizar la capacidad de la adicción a los teléfonos inteligentes de los adolescentes para predecir el comportamiento y explorar la conexión entre el miedo a perderse algo y la búsqueda de sensaciones en relación con la adicción a los teléfonos inteligentes. Al tener en cuenta factores demográficos, los hallazgos revelan una correlación positiva entre la búsqueda de sensaciones y la adicción a los teléfonos inteligentes. Además, se identificaron el miedo a perderse algo y la procrastinación como mediadores secuenciales en la relación entre la búsqueda de sensaciones y la adicción a los teléfonos inteligentes en los adolescentes. Este

estudio arroja luz sobre los mecanismos subyacentes que conectan la búsqueda de sensaciones y la adicción a los teléfonos inteligentes en los adolescentes, lo que tiene implicaciones importantes para prevenir y abordar el uso problemático del teléfono celular.

Fen y Sun (14) Este estudio examinó la relación entre la procrastinación a la hora de acostarse y la fatiga y examinó el papel mediador de la adicción al teléfono móvil. Ochocientos quince estudiantes universitarios chinos (104 hombres, 711 mujeres) de entre 18 y 25 años completaron la Escala de procrastinación a la hora de acostarse, el Índice de adicción al teléfono celular y la Escala de fatiga. Las investigaciones han demostrado que retrasar el sueño puede predecir la fatiga. Además, inesperadamente, se descubrió que la adicción al teléfono celular mediaba parcialmente la relación entre la procrastinación a la hora de acostarse y la fatiga. También se encontraron varias relaciones entre la fatiga y las variables demográficas. Nuestro estudio proporcionó más evidencia de la asociación positiva entre la procrastinación a la hora de acostarse y la fatiga.

### **2.1.2 ANTECEDENTES NACIONALES**

Inga Verástegui (15) Un estudio realizado en 2019 tuvo como objetivo investigar la asociación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica entre estudiantes de medicina humana de la Región Junín. La

investigación empleó un enfoque cuantitativo, utilizando un diseño correlacional transversal. Un total de 496 estudiantes de la Universidad Nacional Central del Perú, Universidad Peruana Los Andes y Universidad Continental fueron seleccionados para el estudio mediante técnicas de muestreo no probabilístico. Para recopilar datos, los investigadores utilizaron la Escala de Evaluación de Adicción a las Redes Sociales de Ecurra y Salas, así como la Escala de Procrastinación Académica (EPA), las cuales demostraron validez de constructo. Los resultados de la investigación se analizaron utilizando el coeficiente de correlación de Spearman, revelando una correlación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ( $\rho=0,281$ ). Los hallazgos revelaron una correlación significativa ( $p<0,05$ ) entre niveles más altos de adicción a las redes sociales y una mayor procrastinación académica. Esto sugiere que la influencia de las redes sociales en el comportamiento de los estudiantes, particularmente en términos de procrastinación, es resultado de la creciente adicción a estas plataformas.

## **2.2 MARCO TEÓRICO**

### **2.2.1 LA PROCRASTINACIÓN**

Tal y como afirma la Real Académica de la Lengua Española, la procrastinación se define como el acto de retrasar o posponer tareas, dando como resultado una tendencia constante a posponer el inicio o la finalización de actividades, lo que muchas veces genera un malestar importante para la persona involucrada.(16).

La procrastinación, vista a través de una lente académica, abarca el acto de retrasar tareas importantes que evocan sentimientos negativos como estrés y fatiga (17). Es importante señalar que la definición de procrastinación sigue siendo consistente en la literatura académica. Las exigencias de la vida universitaria se han relacionado con la procrastinación, ya que se espera que los estudiantes trabajen diligentemente para lograr sus metas y objetivos de manera oportuna. Esto requiere la capacidad de participar eficazmente en actividades académicas, haciendo que el acto de posponer o evitar estas tareas sea una característica definitoria de la procrastinación. Estos desafíos que enfrentan los estudiantes pueden tener un impacto tanto en su rendimiento académico como en su vida personal. Por ello, actualmente desde el punto de vista académico, son muy importantes los resultados o logros obtenidos por los estudiantes durante sus estudios. La tasa de procrastinación es mayor en grupos de estudiantes menores de 25 años y luego tiende a disminuir. Por lo tanto, cabe resaltar que los

mayores niveles de procrastinación se dan en la población universitaria, lo que a su vez está estrechamente relacionado con el bajo rendimiento académico y la deserción escolar (18). Asimismo, es posible abordar la variable procrastinación desde diferentes posiciones teóricas, como las que se mencionan a continuación.

Existe el enfoque cognitivo-conductual(19) que describe la procrastinación como la intención del individuo de realizar actividades que requieren una pequeña cantidad de tiempo y una mayor satisfacción; es decir, requieren menos esfuerzo y por tanto evitan todo aquello que les cause malestar, lo que finalmente conduce a un patrón de evitación hacia situaciones que se consideran aversivas y asociadas con una alta probabilidad de insatisfacción y fracaso. Esta información se acumula en un esquema desadaptativo, en el que la baja autoeficacia se asocia con el miedo a la exclusión en el entorno social. Además, la persona tiende a reflexionar sobre sus acciones de procrastinación, lo que conduce al desarrollo de pensamientos obsesivos, reflexivos o automáticos. sobre actividades o tareas a realizar, lo que finalmente conduce a la evitación o negligencia (20).

Dentro del ámbito de abordar la procrastinación desde un punto de vista motivacional (19), existen dos teorías destacadas: la teoría de la atribución de Wiener y la teoría de la meta de logro o de la orientación a metas. Esta última teoría tiene una relevancia significativa en el campo de la educación en lo que respecta a las metas que los individuos se fijan para lograr ciertos resultados. Esta teoría abarca la evaluación del desempeño y la probabilidad de éxito en la consecución de la meta deseada, influyendo en última

instancia en el rendimiento académico ya sea positiva o negativamente. Dentro de este marco, se identifican dos tipos de metas: metas de acercamiento y metas de evitación. Actualmente, la atención se centra en los objetivos de evitación, ya que se alinean con nuestra comprensión de la procrastinación. Las personas pueden evitar completar o posponer tareas o actividades académicas (21) por temor a demostrar incompetencia o ineficacia, lo que a su vez conduce a consecuencias perjudiciales como mayores niveles de ansiedad y un rendimiento académico deficiente (20).

La procrastinación académica es un fenómeno que afecta a muchos estudiantes y se define como la tendencia a posponer tareas académicas importantes a pesar de las consecuencias negativas como en el rendimiento académico.

#### **2.2.1.1 Causas de la procrastinación académica**

Existen varias teorías que explican las causas de la procrastinación académica. Una de ellas es la teoría de la evitación, que sugiere que las personas procrastinan para evitar el estrés y la ansiedad asociadas con la tarea en cuestión. Otra teoría es la teoría de la autorregulación, que sugiere que la procrastinación es el resultado de una falta de habilidades de autorregulación, como la capacidad de establecer metas y planificar el tiempo (22). Además, la teoría de la motivación también puede explicar la procrastinación académica, ya que los estudiantes pueden procrastinar porque no están motivados para realizar la tarea en cuestión (21).

### **2.2.1.2 Consecuencias de la procrastinación**

La procrastinación académica puede tener varias consecuencias negativas en el rendimiento académico de los estudiantes. Por ejemplo, puede llevar a una disminución en la calidad del trabajo, ya que los estudiantes pueden no tener suficiente tiempo para revisar y editar su trabajo. Además, la procrastinación puede llevar a una mayor ansiedad y estrés, lo que puede afectar negativamente la salud mental de los estudiantes (23). Finalmente, la procrastinación también puede llevar a una disminución en la motivación y la autoestima, ya que los estudiantes pueden sentirse frustrados y desanimados por no cumplir con sus objetivos académicos (24).

La procrastinación académica es un fenómeno complejo que puede tener varias causas y consecuencias negativas en el rendimiento académico de los estudiantes. Es importante que los estudiantes aprendan a reconocer y manejar la procrastinación para mejorar su rendimiento académico y su bienestar emocional.

#### **2.2.1.2.1 En el estudio de la medicina**

La procrastinación en el estudio de medicina puede tener diversas consecuencias negativas en la salud y el rendimiento académico de los estudiantes. Algunas de estas consecuencias incluyen:

- **Ansiedad y estrés:** La procrastinación puede generar niveles elevados de ansiedad y estrés, lo que a su vez puede afectar la salud mental y emocional de los estudiantes (25).

- Malestar emocional: La procrastinación puede llevar a un sentido de insatisfacción y malestar emocional, lo que puede impactar negativamente en el bienestar general de los estudiantes.
- Bajo rendimiento académico: Los estudiantes que procrastinan pueden presentar un rendimiento académico inferior debido a la falta de tiempo y concentración dedicados a sus estudios (26,27).
- Sensación de fracaso: La procrastinación puede generar una sensación de fracaso y falta de confianza en sí mismos, lo que puede afectar negativamente la motivación y el autoestima de los estudiantes
- Depresión: La procrastinación puede estar asociada con episodios de depresión, lo que puede afectar negativamente la calidad de vida y el bienestar de los estudiantes.
- Problemas de sueño: La procrastinación puede llevar a problemas de sueño, lo que puede afectar negativamente la energía y la concentración de los estudiantes durante el día.
- Atraso en la graduación: La procrastinación puede causar retrasos en la graduación, lo que puede afectar negativamente la carrera profesional de los estudiantes (28).

Para abordar la procrastinación en el estudio de medicina, es importante que los estudiantes

reconozcan este problema y desarrollen estrategias para gestionar de manera efectiva su tiempo y responsabilidades académicas. Además, es fundamental que los estudiantes busquen apoyo emocional y académico, si es necesario, para enfrentar y superar la procrastinación (29,30).

#### **2.2.1.2.2 En el rendimiento médico**

La procrastinación puede afectar el rendimiento profesional de los médicos de diversas maneras. Si bien los estudios específicos sobre la relación entre la procrastinación y el rendimiento profesional de los médicos son limitados, se puede inferir que los efectos negativos de la procrastinación en el ámbito académico también pueden extenderse al ámbito profesional. Algunas de estas posibles consecuencias incluyen:

- Menor eficacia en el desempeño: La procrastinación puede afectar la eficacia del desempeño profesional, ya que postergar tareas importantes puede llevar a una menor calidad en el trabajo realizado.
- Mayor estrés: La procrastinación puede estar asociada con niveles más altos de estrés en el entorno laboral, lo que a su vez puede afectar la salud mental y emocional de los médicos (31).
- Menor satisfacción laboral: La procrastinación puede conducir a una menor satisfacción laboral, ya que la postergación de tareas

importantes puede generar un sentido de insatisfacción y malestar en el ámbito profesional (32).

Si bien se requiere de más investigación específica sobre este tema, es importante que los profesionales de la salud, incluyendo a los médicos, reconozcan la importancia de gestionar de manera efectiva la procrastinación para mantener un alto nivel de desempeño y bienestar en su práctica profesional. (26)

Figura 1 Instrumentos de Medición:

Instrumentos	Referencias
Escala de procrastinación académica validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos	EPA (33)
Escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana	(34)
Escala de evaluación de la procrastinación para estudiantes de Solomon y Rothlum (1984)	PASS (35)
Procrastinación académica: análisis psicométrico de una versión breve	EBPA-16 (36)

## 2.2.2 LAS REDES SOCIALES

En la sociedad actual, cada vez es más frecuente que las personas participen en el uso de las redes sociales. Estas plataformas en línea brindan a los usuarios la capacidad de establecer perfiles, intercambiar información, interactuar con otros usuarios y consumir diversas formas de contenido. Exploremos ahora varios aspectos clave relacionados con el uso de las redes sociales:

#### **2.2.2.1 Teoría de la comunicación**

Las redes sociales sirven como medio de comunicación, permitiendo a los usuarios interactuar entre sí e intercambiar información. Según la teoría de la comunicación, la comunicación implica el intercambio de información entre múltiples individuos. Dentro del ámbito de las redes sociales, los usuarios tienen varios canales a través de los cuales pueden comunicarse, como mensajes, comentarios, publicaciones y otros métodos. (37)

#### **2.2.2.2 Teoría de la influencia social**

La opinión y el comportamiento de los usuarios pueden verse influenciados por las redes sociales. Según la teoría de la influencia social, los individuos y los grupos pueden tener un impacto en las opiniones y comportamientos de las personas; pueden crear perfiles que reflejen diferentes aspectos de la personalidad y vida. (38)

#### **2.2.2.3 Teoría de la identidad en línea**

Las redes sociales también pueden tener un impacto en la identidad de los usuarios. La teoría de la identidad en línea sostiene que los usuarios pueden

construir y presentar diferentes identidades en línea. En el contexto de las redes sociales, los usuarios pueden crear perfiles que reflejen diferentes aspectos de su personalidad y vida.

#### **2.2.2.4 Teoría de la privacidad en línea**

Las redes sociales también plantean cuestiones de privacidad y seguridad en línea. La teoría de la privacidad en línea sostiene que los usuarios deben tener control sobre la información que comparten en línea y cómo se utiliza. En el contexto de las redes sociales, los usuarios deben ser conscientes de la información que comparten y cómo se utiliza por parte de las plataformas y otros usuarios.(39)

El uso de las redes sociales es un fenómeno complejo que involucra aspectos de la comunicación, la influencia social, la identidad en línea y la privacidad en línea. Es importante que los usuarios sean conscientes de estos aspectos y tomen medidas para proteger su privacidad y seguridad en línea.(39)

#### **2.2.2.5 Uso de las redes sociales**

La identificación del uso excesivo de las redes sociales puede basarse en varios indicadores, como el tiempo dedicado a las redes sociales, el impacto en el bienestar emocional y las relaciones interpersonales. Algunas señales de un uso excesivo incluyen:

- Tiempo dedicado: Pasar largos periodos en las redes sociales, especialmente a gastos de otras actividades importantes como el trabajo, el estudio o las interacciones sociales (40).
- Relaciones interpersonales: Observar un deterioro en las relaciones personales fuera de las redes sociales, o sentir la necesidad constante de verificar o responder a las notificaciones de las redes sociales, incluso en situaciones inapropiadas. (40).
- Impacto en el bienestar: Experimentar cambios en el estado de ánimo, como ansiedad, depresión o irritabilidad, relacionados con el uso de las redes sociales (40).

Para saber si el uso de las redes sociales está afectando la productividad, se pueden considerar algunos indicadores, como el tiempo dedicado a las redes sociales en comparación con el tiempo dedicado a otras actividades importantes, como el trabajo o el estudio. También se puede observar si el uso de las redes sociales está afectando la calidad del trabajo o la capacidad para cumplir con las tareas y responsabilidades. Además, se puede considerar si el uso de las redes sociales está afectando la concentración y la capacidad para mantener el enfoque en las tareas importantes. Si se observan estos indicadores, es posible que el uso de las redes sociales esté afectando la productividad y se deba considerar un uso más equilibrado de las mismas.(41)

Es importante estar atento a estos signos y considerar un uso más equilibrado de las redes sociales si se presentan.

El uso excesivo de las redes sociales puede tener varios efectos psicológicos en los adolescentes y jóvenes. Según una investigación, el uso excesivo de redes sociales puede provocar problemas psicológicos, sociales y físicos en los jóvenes, lo que incluye un impacto negativo en la salud mental, la autoestima y el optimismo. (40,42)

Estos efectos pueden ser el resultado de la adicción a las redes sociales y de la influencia que ejercen en la percepción de la realidad y en las interacciones sociales (43). Es importante considerar estos efectos al analizar el uso de las redes sociales, especialmente en poblaciones jóvenes.

La identificación de que el uso de las redes sociales está afectando la productividad puede manifestarse a través de varios síntomas, como se mencionan en los siguientes estudios:

- Cambios en el estado de ánimo: El uso frecuente y continuado de las redes sociales puede derivar en ansiedad, dependencia emocional, pérdida de motivación, falta de autocontrol e irritabilidad (41).
- Deterioro en la calidad del trabajo: El impacto en la calidad del trabajo o la capacidad para cumplir con las tareas y responsabilidades puede ser un síntoma de que el uso de las

redes sociales está afectando la productividad (41).

- Deterioro en la salud mental: El uso excesivo de redes sociales puede tener un efecto negativo en la salud mental, provocando problemas psicológicos, sociales y físicos (40).

Estos síntomas pueden servir como indicadores para evaluar si el uso de las redes sociales está afectando la productividad

### **2.2.3 LA PROCRASTINACIÓN Y EL USO DE LAS REDES SOCIALES**

La procrastinación académica, o el aplazamiento de tareas académicas, ha sido asociado al uso excesivo de redes sociales. Varios estudios han explorado esta relación. Por ejemplo, un estudio realizado por Rodríguez y Juárez (44) encontró que los estudiantes que usan Facebook con frecuencia tienden a tener un menor rendimiento académico. Asimismo, otros investigadores (37) han sugerido que el uso de redes sociales puede llevar a la distracción y la postergación de responsabilidades académicas. Por otro lado, algunos estudios han señalado que el uso moderado de redes sociales puede no tener un impacto significativo en la procrastinación académica (46). La literatura sugiere que existe una relación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, aunque la naturaleza exacta de esta relación puede variar dependiendo del contexto y la frecuencia de uso.

## CAPÍTULO III

### HIPÓTESIS Y VARIABLES

#### 3.1 HIPÓTESIS

#### 3.2 HIPÓTESIS GENERAL

Existe una relación significativa entre procrastinación y el uso de las redes sociales en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024.

#### 3.2 HIPÓTESIS ESPECÍFICAS

H1: Existe relación entre las dimensiones de adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024.

#### 3.3 VARIABLES

##### 3.3.1 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

##### A. FACTORES RELACIONADOS

VARIABLES	INDICADORES	CATEGORÍAS	ESCALA DE MEDICIÓN
Ciclo	Matriculado en	1. III	Ordinal

	ciclo 2024-I	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. V</li> <li>3. VII</li> <li>4. IX</li> <li>5. XI</li> <li>6. Internado (XIII)</li> </ol>	
Sexo	Género	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Masculino</li> <li>2. Femenino</li> </ol>	Nominal
Edad	Años cumplidos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. &lt; de 20 años</li> <li>2. 20 a 25 años</li> <li>3. 26 a 29 años</li> <li>4. 30 a 35 años</li> <li>5. Mas de 35 años</li> </ol>	Nominal
Procrastinación	Test breve de Procrastinación Académica (EBPA-16) validada para estudiantes universitarios del Perú	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Situaciones y acciones de postergación</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bajo</li> <li>2. Medio</li> <li>3. Alto</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pensamientos favorables a la postergación</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bajo</li> <li>2. Medio</li> <li>3. Alto</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Procrastinación académica</li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bajo</li> <li>2. Medio</li> <li>3. Alto</li> </ol>	Ordinal
Uso de redes sociales	Instrumento de uso y adicción a redes sociales (ARS) validada para estudiantes	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lugar de conexión a redes</li> <li>2. Frecuencia de conexión</li> <li>3. Conocimiento de</li> </ol>	Nominal

	universitarios del Perú	<p>personas con quien interactúa en redes</p> <p>4. Identificación en las redes</p> <p>5. Que es lo que más le gusta de las redes</p>	
Adicción a redes sociales		<p>La adicción se medirá como variable continua considerándose que a mayor puntaje mayor riesgo de adicción</p>	Intervalo

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

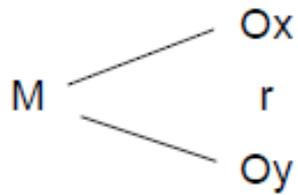
#### **4.1 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

##### **4.1.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN**

Investigación observacional analítico y prospectivo, de acuerdo a la metodología de la investigación de Hernández Sampieri, menciona que en este tipo de estudios el investigador no manipula las variables, sino que se toman tal y como se presentan, en un solo momento.

##### **4.1.2 NIVEL DE INVESTIGACIÓN**

Estudio de nivel relacional, estos estudios se caracterizan porque buscan conocer si existe alguna relación, asociación o influencia de una variable sobre la otra. Por ello es que el diseño planteado en el siguiente esquema:



M: Estudiantes de medicina humana

Ox: Procrastinación académica

Oy: Uso y adicción a redes sociales

## 4.2 ÁMBITO DE ESTUDIO

El presente estudio se realizará en el ámbito de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Privada de Tacna, específicamente en la Escuela de Medicina Humana.

## 4.3 POBLACIÓN Y MUESTRA

### 4.3.1 UNIDAD DE ESTUDIO

Estudiantes de la Escuela de Medicina Humana de la Universidad Privada De Tacna

### 4.3.2 POBLACIÓN

La población en general de los estudiantes de medicina humana matriculados al semestre 2024-I, alcanza aproximadamente al número de 338, según fuente oficial de la Dirección de Escuela de Medicina.

### 4.3.3 MUESTRA

Se establece una muestra representativa por cada ciclo del semestre impar del año 2024-I. La asignación del tamaño de cada muestra según ciclo será proporcional según el detalle de la presente fórmula y tabla.

$$n = \frac{N * Z_a^2 * p * q}{E^2 * (N - 1) + Z_a^2 * p * q}$$

N: 338

Z: 1.96

P: 50%

Q: 50%

E: 5%

n=180

La distribución proporcional será mediante el siguiente detalle

Tercer ciclo	Quinto ciclo	Sétimo ciclo	Noveno ciclo	Onceavo ciclo	Treceavo ciclo
60	54	58	62	50	54
N=338					
18%	16%	17%	18%	15%	16%
n=32	n=29	n=31	n=33	n=27	n=29
n=180					

### 4.3.4. CRITERIOS DE SELECCIÓN

#### 4.3.4.1. CRITERIOS DE INCLUSIÓN

- a. Estudiantes de la Universidad Privada de Tacna de la Escuela de Medicina Humana que se encuentren matriculados en el semestre 2024 - I del segundo a séptimo año.
- b. Estudiantes que acepten y firmen voluntariamente el consentimiento informado para participar de la investigación.

#### **4.3.4.2. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN**

- a. Estudiantes de la Universidad Privada de Tacna de la Escuela de Medicina Humana que se encuentren matriculados en el semestre 2024-I del primer año.

#### **4.4 TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

##### **Técnica:**

Se realizó la entrevista a través de la plataforma Google encuestas entregada a la totalidad de estudiantes a través de los respectivos correos electrónicos gestionados. La muestra final está conformada por estudiantes que voluntariamente desearon participar hasta cubrir la proporción estimada por cada ciclo.

##### **Instrumento de recolección de datos**

1. **Escala breve de Procrastinación Académica (EBPA-16)**  
validada para estudiantes universitarios del Perú

El cuestionario EBPA-16 es un instrumento que ha sido validado para el Perú demostrando un VEa del 38,2%. Así mismo, el instrumento mostró cargas factoriales por encima de

0,30. El análisis de fiabilidad fue considerado alto encontrando valores mayores a 0,7. Fue probado fehacientemente un adecuado nivel de validez y fiabilidad para el instrumento(36)

El cuestionario en su representación final consta de 16 reactivos auto administrados agrupados en 2 dimensiones:

a) “Situaciones y acciones de postergación: para hacer énfasis en aspectos relacionados al contexto académico”

b) “Pensamientos favorables a la postergación: evidenciando respuestas de carácter privado o encubierto que funcionan como argumento para postergar”.

El instrumento utiliza una escala de medición de likert que considera 5 opciones, las cuales se distribuyen como nunca (1), casi nunca (2), algunas veces (3), muchas veces (4) y siempre (5). Los puntajes finales de la sumatoria consideran un rango entre 16 a 80 puntos como máximo se clasifican en niveles bajo medio y alto con baremización según grupo de estudio. (ver anexo 01)

Categoría	Situaciones y acciones de postergación	Pensamientos favorables a la postergación	Procrastinación académica
Bajo	11-25	5- 13	16-37
Medio	26-33	14-17	38-48
Alto	34 a más	18 a más	49 a más

## 2. Instrumento de uso y adicción a redes sociales (ARS)

Instrumento validado para el Perú en proceso de la Universidad Mayor de San Marcos. Se observaron en el proceso de validación los siguientes resultados (47):

Para la validez del instrumento se analizaron su estructura latente por cada ítem con la aplicación de un análisis factorial exploratorio con correlaciones pilóricas.

Se observaron 3 dimensiones que actuaban independientemente. Los parámetros del modelo se analizaron con un nivel máximo de verosimilitud marginal. Las escalas de ubicación o localización en nivel medio o alto. El instrumento revela información por cada ítem evidenciando por las respectivas dimensiones la capacidad de discriminar a las personas en niveles bajo medio y alto. Se concluye que el instrumento presenta una adecuada propiedad psicométrica con alto valor de hoy validez y confiabilidad (Ver anexo 02). La Ficha técnica muestra:

- KMO: 0,95
- Prueba de esfericidad de Bartlett adecuado para el cuestionario,  $\chi^2 (276) = 4313.8$ ,  $p < .001$ ; El análisis paralelo de análisis factorial de rango mínimo o PA-MRFA con Alfa de Cronbach 0.91, el nivel de consistencia interna puede considerarse alto, pues todos superan la magnitud de .85. Los factores cumplen con los supuestos teóricos del MRG de Samejima.

El instrumento se secciona en dos partes:

- a) Un cuestionario acerca del uso de las redes sociales que contiene 7 ítems
- b) Una escala de Adicción a las Redes sociales que contiene 24 ítems.

El cuestionario define el uso y frecuencia, mientras que la escala al estilo Likert, establece el grado de adicción, así a mayor puntaje mayor grado de adicción a las redes sociales.

Se realiza categorización con 1 desviación estándar:

Adicción Baja	0-53,79
Adicción Media	54,00 – 66,44
Adicción Alta	65,00 a más

## **CAPÍTULO V**

### **PROCEDIMIENTO, PROCESAMIENTO DE ANÁLISIS Y ADMINISTRATIVOS**

#### **5.1 RECOLECCIÓN DE DATOS**

Se solicitó el permiso adecuado a la Facultad de Ciencias de la Salud para contar con los correos electrónicos y nombres de los estudiantes de los diferentes ciclos. Dichos correos electrónicos fueron anexados a la encuesta de Google en forma gratuita. Juntamente con los cuestionarios solicitados se subieron los consentimientos informados para obtener las respectivas respuestas de cada estudiante seleccionado en la muestra.

Los datos recopilados se consolidan en la base de Google y exportados en base a Excel para su respectivo análisis estadístico considerado en el proyecto.

#### **5.2 PROCESAMIENTO DE LOS DATOS**

Los datos fueron consolidados en una base de análisis digital en formato Excel en primera instancia para control de calidad y codificación. Dichos datos fueron exportados a una base de SPSS versión 21 para su análisis estadístico. Hoy se considerarán tablas de contingencia de 2 o más entradas con valores relativos y absolutos. Para los puntajes de ambos test se consideran las

medidas de tendencia central de media y varianza. Con las pruebas de kolmogorov smirnov se pudo determinar el tipo de distribución de los datos. Para el contraste de las variables en cuestión se utilizará chi cuadrado en una primera instancia para medir asociación y la prueba de Rho de Spearman para determinar la intensidad de la correlación, con un intervalo de confianza del 95%. Se considerará para todos los contrastes un valor p significativo menor a 0,05.

### **5.3 CONSIDERACIONES ÉTICAS**

El proyecto fue presentado a la comisión de ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UPT para su autorización respectiva.

La participación de las unidades de análisis fue totalmente voluntaria donde se respetó la confidencialidad de la información recibida en forma anónima.

Cada estudiante contó con el consentimiento informado respectivo (Ver anexo 03), donde se le orientó en los objetivos de la investigación, y autorización para el trabajo con la base de datos. Dicho consentimiento informado fue digitalizado y presentado a cada uno de los estudiantes participantes del estudio mediante formato virtual. Los formatos virtuales consideraron los datos de identificación para el consentimiento informado.

Se guardan, en estricta confidencialidad, las hojas de respuestas de los estudiantes en su análisis con codificación anónima de los datos personales.

## RESULTADOS

Tabla 1

### DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIA SEGÚN CICLO DE ESTUDIOS Y USO DE REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024

		n	%
<b>Ciclo de estudio</b>	<b>III</b>	33	18,3%
	<b>V</b>	41	22,8%
	<b>VII</b>	24	13,3%
	<b>IX</b>	30	16,7%
	<b>XI</b>	31	17,2%
	<b>Internado</b>	21	11,7%
<b>Total</b>		180	100,0%
<b>Uso de redes sociales</b>	<b>Sí</b>	180	100,0%
	<b>Total</b>	180	100,0%

En la tabla uno podemos observar que el 22,8% de la muestra pertenecía al ciclo de estudio V seguido de un 18,3% del tercer ciclo y el 16, 2% del XI ciclo. El 100% de sus estudiantes reconocía que usaba al menos 1 red social.

Tabla 2

**DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIA DE LAS REDES SOCIALES MÁS UTILIZADAS EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tiktok</b>	180	100,10%
<b>WhatsApp</b>	180	100,16%
<b>Instragram</b>	147	81,67%
<b>Facebook</b>	127	78,82%
<b>Twitter</b>	8	41,00%
<b>Tipad</b>	4	39,02%
<b>Telegram</b>	4	15,32%
<b>X.com</b>	12	8,89%
<b>Discord</b>	5	6,81%
<b>YouTube</b>	1	0,56%

En la tabla 2 podemos observar que el 100% de los estudiantes utilizaban TikTok y WhatsApp seguido de un 81,67% de uso del Instagram y el 78,82% Facebook, principalmente.

Tabla 3

**DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIA DE SITUACIONES Y ACCIONES DE POSTERGACIÓN Y PENSAMIENTOS FAVORABLES A LA POSTERGACIÓN SEGÚN LA MEDICIÓN DE PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Situaciones y acciones de postergación</b>	Bajo	109	60,6%
	Medio	70	38,9%
	Alto	1	,6%
	Total	180	100,0%
<b>Pensamientos favorables a la postergación</b>	Bajo	5	2,8%
	Medio	7	3,9%
	Alto	168	93,3%
	Total	180	100,0%

En la tabla 3 se muestra la distribución de frecuencia de las dimensiones de situaciones y acciones de postergación y pensamientos favorables a la a postergación determinadas por el test de procrastinación. Se puede observar que el 60,6% revela situaciones y acciones de postergación en un nivel bajo seguido de un 38,9% en un nivel medio, pero, respecto a los pensamientos favorables a la postergación, el 93,3% manifiesta un nivel alto seguido de un 3,9% en un nivel medio.

Tabla 4

**DETERMINACIÓN DEL NIVEL DE PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

		n	%
<b>Procrastinación académica</b>	Bajo	14	7,8%
	Medio	68	37,8%
	Alto	98	54,4%
	Total	180	100,0%

En la tabla 4 se observa que el 54,4% de la muestra de estudiantes analizada manifiesta un nivel de procrastinación académica alto seguido de un 37,8% medio y el 7,8% bajo.

Tabla 5

**DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIA DE LOS ÍTEMS INICIALES DEL TEST DE ADICCIÓN A REDES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

		<b>n</b>	<b>%</b>
<b>Se me pasa el tiempo haciendo otras actividades y me queda poco tiempo para realizar mis trabajos académicos</b>	Nunca	3	1,7%
	Casi nunca	23	12,8%
	Algunas veces	101	56,1%
	Casi siempre	52	28,9%
	Siempre	1	,6%
	Total	180	100,0%
<b>¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar mas de una respuesta)</b>	En mi casa	50	27,8%
	A través de celular	130	72,2%
	Total	180	100,0%
<b>¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?</b>	Entre 1 o 2 veces por día	17	9,4%
	Entre 3 a 6 veces por día	45	25,0%
	Entre 7 a 12 veces al día	85	47,2%
	Todo el tiempo me encuentro conectado	33	18,3%
	Total	180	100,0%
<b>De todas las personas que conoce a través de la red, ¿cuántos conoces personalmente?</b>	Entre el 10% o menos	21	11,7%
	Entre el 11 y 30%	56	31,1%
	Entre el 31% a 50%	32	17,8%
	Entre el 51 y 70%	47	26,1%
	Más del 70%	24	13,3%
Total	180	100,0%	
<b>¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?</b>	Sí	155	86,1%
	No	25	13,9%
	Total	180	100,0%
<b>¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?</b>	Informativo	24	13,3%
	Comunicación	30	16,7%
	Entretenimiento	23	12,8%
	Distracción/diversión	23	12,8%
	Socializar	25	13,9%
	Ver videos	18	10,0%
	Curiosidad/chisme	17	9,4%
	Estar conectada	20	11,1%
	Total	180	100,0%

En la tabla 5 se puede observar que el 56,1% refiere que algunas veces pasa el tiempo haciendo otras actividades y le queda poco tiempo para realizar trabajos académicos seguido de un 28,9% que revela que esta acción lo hace casi siempre. El 72,2% revela que se conecta a las redes sociales a través del celular principalmente. El 47,2% refiere que la frecuencia en que se conecta las redes sociales es entre 7 a 12 veces al día seguido de un 25% que lo hace entre 3 a 6 veces por día pero se observa un 18,3% que acepta que todo el tiempo se encuentra conectado. El 31,1% refiere que conoce personalmente entre el 11 y 30% de sus contactos seguido de un 26,1% que conoce personalmente entre el 51 y 70% de sus contactos y el 17,8% entre 31 a 50% de sus contactos. El 86,1% reconoce que sus cuentas en las redes sociales cuentan con sus datos verdaderos pero un 13,9% no utiliza sus verdaderos datos personales.

Respecto a lo que más le gusta de las redes sociales, los estudiantes revelan que el 16,7% es para comunicación seguido del 13,9% para socializar y el 13,3% como material informativo principalmente.

Tabla 6

**ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

	n	%
<b>Adicción a redes sociales</b>		
Bajo	28	15,6%
Medio	56	31,1%
Alto	96	53,3%
Total	180	100,0%

En la tabla 6 se puede observar que el 53,3% de los estudiantes revela una adicción alta a las redes sociales seguido de un 31,1% de adicción media.

Tabla 7

**MEDICIÓN DE PRUEBAS DE NORMALIDAD DE LOS TEST DE PROCRASTINACIÓN Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

	Pruebas de normalidad					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
<b>Puntaje Procrastinación académica</b>	,132	180	,000	,947	180	,000
<b>Puntaje adicción a redes sociales</b>	,061	180	,097	,984	180	,032

a. Corrección de la significación de Lilliefors

En la tabla 7 se puede observar que el test de procrastinación académica según Kolmogorov-Smirnov ha mostrado en la muestra estudiada revela una distribución no normal ( $p:0.000$ ) y la medición de puntaje de adicción a las redes sociales con una distribución normal ( $p:=.097$ ).

Tabla 8

**ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y SU RELACIÓN CON PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

		Procrastinación académica								p
		Bajo		Medio		Alto		Total		
		n	%	n	%	n	%	n	%	
<b>Adicción a redes sociales</b>	Bajo	10	35,7%	18	64,3%	0	0,0%	28	100,0%	0,000
	Medio	4	7,1%	23	41,1%	29	51,8%	56	100,0%	
	Alto	0	0,0%	27	28,1%	69	71,9%	96	100,0%	
	Total	14	7,8%	68	37,8%	98	54,4%	180	100,0%	

En la tabla 8 se puede observar la relación altamente significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica (p:0,000).

Asimismo, se observa que en el grupo con alta adicción a las redes sociales la procrastinación académica también es alta (71,9%) comparado a aquellos en que la adicción a las redes sociales es baja el nivel de procrastinación académica también es baja (35,7%). Esta diferencia es altamente significativa.

Tabla 9

**DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIA DE LA PROCRASTINACIÓN SEGÚN CICLO DE ESTUDIO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

		Procrastinación académica								p
		Bajo		Medio		Alto		Total		
		n	%	n	%	n	%	n	%	
<b>Ciclo de estudio</b>	<b>III</b>	1	7,1%	13	19,1%	19	19,4%	33	18,3%	0,001
	<b>V</b>	0	0,0%	14	20,6%	27	27,6%	41	22,8%	
	<b>VII</b>	6	42,9%	7	10,3%	11	11,2%	24	13,3%	
	<b>IX</b>	2	14,3%	6	8,8%	22	22,4%	30	16,7%	
	<b>XI</b>	5	35,7%	16	23,5%	10	10,2%	31	17,2%	
	<b>XIII</b>	0	0,0%	12	17,6%	9	9,2%	21	11,7%	
	<b>Total</b>	14	100,0%	68	100,0%	98	100,0%	180	100,0%	

En la tabla 9 se puede observar que existe una relación altamente significativa entre el ciclo de estudio y la frecuencia de procrastinación académica (p:001).

La presencia de procrastinación académica elevada se encuentra principalmente en el quinto ciclo (27,6%) y el noveno ciclo (22,4%) y III ciclo (19,4%) a diferencia de los demás ciclos. Esta diferencia es significativa.

Tabla 10

**CORRELACIÓN DE LA DIMENSIÓN DE PUNTAJE DE PENSAMIENTOS FAVORABLES A LA POSTERGACIÓN Y ADICCIÓN A REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024**

<b>Correlaciones</b>				
			Puntaje de Pensamientos favorables a la postergación	Puntaje adicción a redes sociales
<b>Rho de Spearman</b>	Puntaje de Pensamientos favorables a la postergación	Coeficiente de correlación	1,000	,663**
		Sig. (bilateral)		,000
		N	180	180
	Puntaje adicción a redes sociales	Coeficiente de correlación	,663**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	
		N	180	180

\*\* . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

En la tabla 10 se muestra la correlación entre el puntaje de pensamientos favorables a la postergación, dimensión que se encuentra significativamente elevada respecto a la dimensión de situaciones y acciones de postergación. La presencia de pensamientos favorables a la postergación condiciona una adicción a las redes sociales con un nivel de correlación alto (Rho de Spearman: 0,663 p:0,000). Se podría explicar que la adicción a redes sociales depende inicialmente de pensamientos favorables a la postergación en un 66,3%.

## DISCUSIÓN

La presente investigación planteó como objetivo general identificar la relación entre la procrastinación y el uso de las redes sociales en estudiantes de medicina humana. En este sentido, la procrastinación es un fenómeno común entre la población estudiantil, en el contexto de la carrera profesional de medicina humana, esta variable puede tener implicaciones significativas en el desempeño académico y bienestar emocional.

Dentro de este estudio se halló que existe una relación altamente significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ( $p:0,000$ ), evidenciándose la existencia de una relación altamente significativa entre el ciclo de estudio y la frecuencia de procrastinación académica ( $p:001$ ), con ello se confirma la hipótesis planteada. Asimismo, los resultados mostraron que el 53,3% de los estudiantes presentan una adicción alta a las redes y el 54,4% manifiesta un nivel de procrastinación académica alto seguido de un 37,8% medio y el 7,8% bajo. Esto se condice con el estudio de Inga (15), quien obtuvo como resultados la correlación significativa entre procrastinación y adicción a redes sociales en una población de estudiantes universitarios en el departamento de Junín.

De la misma manera, Flores Bravo (48) encontró la correlación entre el uso de las redes sociales y la procrastinación ( $r = .142$ ) en una muestra de estudiantes universitarios, lo que indica que, a mayor nivel de adicción a las redes sociales, se puede observar una mayor procrastinación académica.

Espinoza Narro e Ibáñez Ibáñez (49) encontraron resultados similares donde se señala que la postergación de actividades se relaciona directamente con la adicción a las redes sociales, guardando similitud con los resultados hallados en este estudio.

Por su parte, el estudio de Nuñez-Guzman (50) mencionó que, de acuerdo al rango de la relación estadística es positiva y significativa entre las variables de adicción a redes sociales y procrastinación académica ( $r=0.9778$ ), este coeficiente obtenido refuerza el hecho de que, a mayor nivel de adicción a las redes sociales le corresponde un mayor nivel de procrastinación académica.

Asimismo, la investigación de Bustamante et al. (51) encontró dentro de sus hallazgos que existe una relación directa estadísticamente significativa con un tamaño de efecto mediano entre procrastinación y adicción a redes sociales ( $Rho=,465$ ;  $p<.05$ ), lo cual indica que, a mayor postergación y aplazamiento de tareas académicas, mayor es el uso excesivo de las redes sociales, la obsesión por las mismas y, sobre todo, no poder controlar el uso de estas redes.

De la misma manera, Paucar (52) realizó su estudio en Lima y logró concluir que la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales tienen una relación directa ( $Rho=,406$ ;  $p<.05$ ), es por ello que, los estudios previos también muestran que los constructos estudiados se relacionan significativamente y permiten hacer referencia a que los estudiantes que no cumplen con sus tareas académicas o las postergan para el último momento, tienden a desarrollar una conducta a dedicar más tiempo a las redes sociales.

Por otro lado, el estudio de Arteaga et al (53) obtuvo resultados que evidenciaron que no existió relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica ( $p= 0,436$ , según prueba de Spearman), esto debido a la baja cantidad de la muestra utilizada, la cual fue su principal limitación.

Siguiendo con la hipótesis específica del presente estudio, se evidenció que el 53,3% de los estudiantes revela una adicción alta a las redes sociales, seguido de un 31,1% de adicción media. Este resultado se

condice con el estudio de Aguilar (54), donde los hallazgos evidenciaron que usar excesivamente las redes sociales se relacionan directamente con la procrastinación académica en estudiantes ( $Rho = ,864$ ) ( $p < 0,05$ ) pudiendo decir que mientras mayor sea el uso excesivo de las redes sociales la procrastinación se elevará mucho más y viceversa. Por consiguiente, el estudio de Ferraro (55) manifestó que el uso excesivo de las redes sociales se relaciona de manera positiva y significativa con la procrastinación ( $R = .544$ ;  $p < 0.1$ ), exagerar el uso con las redes sociales puede perjudicar el día a día de las personas, ya que su tiempo podría disminuir al momento de realizar otras obligaciones. El uso excesivo de las redes sociales puede generar cambios en el comportamiento y al momento de cumplir con una actividad. Tomando en cuenta, Quiñones (56) refirió en su estudio que el uso excesivo de las redes se sitúa en un nivel medio teniendo un promedio del 40%, lo que indicó que se relaciona con la procrastinación significativa y positivamente ( $p < .00$ ).

No obstante, Carbajal et al. (57) presentó resultados que difieren con los de esta hipótesis, su estudio analizó el resultado obtenido entre la correlación de la dimensión falta de autocontrol personal en el uso de las redes sociales y procrastinación, indicando que existe una correlación negativa baja ( $Rho = -,293$ ); es decir que la conducta negativa de estar conectado demasiado tiempo en las redes sociales, pasar demasiadas horas conectados, el que dejemos cualquier actividad que hagamos por conectarnos, disminuye los niveles de que el estudiante postergue las responsabilidades que tiene; entonces, a mayores niveles de falta de control, los niveles de procrastinación disminuyen. Esto, según el autor, podría deberse a que la falta de control personal no influye a que los estudiantes procrastinen.

La procrastinación puede llevar a una gestión ineficiente del tiempo, lo que resulta en la entrega tardía de trabajos, estudios de última hora y

menor calidad en las tareas académicas. Esto puede afectar negativamente las calificaciones y la capacidad de retener información crucial para su formación como futuros profesionales de la salud. Se requiere comprender los factores que contribuyen a la procrastinación en estudiantes de medicina humana, por ello, es fundamental desarrollar estrategias efectivas de intervención.

Para abordar estas intervenciones es fundamental que las mismas sean basadas en evidencia. Estas pueden incluir la enseñanza de habilidades de gestión del tiempo, la promoción de la autorregulación, el fomento de la motivación intrínseca, la creación de entornos de estudio propicios y el apoyo emocional y psicológico.

Dada la importancia de abordar la procrastinación en estudiantes de medicina humana, futuras investigaciones podrían centrarse en la efectividad a largo plazo de las intervenciones implementadas, la identificación de factores de riesgo específicos en este grupo de estudiantes, y la comparación de estrategias de intervención para determinar cuáles son las más efectivas en este contexto.

La procrastinación en estudiantes de medicina humana es un tema relevante que merece una atención especial debido a sus implicaciones en el desempeño académico y bienestar emocional de los futuros profesionales de la salud.

## CONCLUSIONES

1. El 54,4% manifiesta un nivel de procrastinación académica alto seguido de un 37,8% medio y el 7,8% bajo.
2. El 53,3% de los estudiantes revela una adicción alta a las redes sociales seguido de un 31,1% de adicción media.
3. Existe una relación altamente significativa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ( $p:0,000$ ). El grupo con alta adicción a las redes sociales la procrastinación académica también es alta (71,9%) comparado a aquellos en que la adicción a las redes sociales es baja el nivel de procrastinación académica también es baja (35,7%). Esta diferencia es altamente significativa. Los pensamientos favorables a la postergación condicionan una adicción a las redes sociales con un nivel de correlación alto (Rho de Spearman: 0,663  $p:0,000$ ).

## RECOMENDACIONES

1. Realizar con apoyo del Policlínico de la Universidad Privada de Tacna campañas de promoción y prevención en salud para identificar casos de trastornos mentales en estudiantes que presenten procrastinación
2. Realizar trabajos de investigación que identifiquen variables intra familiares y sociales que condicionan o predisponen la adicción a redes sociales y cómo está relación condiciona altos niveles de procrastinación.
3. Realizar estudios similares, pero en grupos humanos de nivel secundario puesto que son éstos los que llegarán a las universidades con hábitos o estilos de uso de redes sociales que en la universidad son más difíciles de modificar.
4. Realizar campañas de ayuda a los estudiantes de medicina, y en general, para mostrar los riesgos del abuso de redes sociales y cómo la procrastinación que se encuentre presente en ideas de postergación pueden ser modificadas con la ayuda pertinente.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Bastidas Navarrete KA. Burnout y resiliencia en estudiantes de psicología y psicopedagogía de la Universidad Técnica del Norte [Internet] [Tesis]. [Ibarra]: Universidad Técnica del Norte; 2023 [citado 25 de diciembre de 2023]. Disponible en: <http://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/15150/2/05%20FECYT%204380%20Tesis.pdf>
2. Rodríguez Armas CM. Relación entre el tiempo de uso de redes sociales y el rendimiento académico en estudiantes de medicina humana [Internet] [Tesis]. [Trujillo-Perú]: Universidad Privada Antenor Orrego; 2019 [citado 25 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/6023>
3. Armaza Deza JF. El riesgo del uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes de Latinoamérica [Internet]. SciELO Preprints; 2023 [citado 25 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/5241>
4. Alcívar Moreira ÁV, Yáñez Rodríguez MA. Las redes sociales y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de educación básica media. Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional [Internet]. 2021 [citado 25 de diciembre de 2023];6(4):40-53. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7926999>
5. Otero Carrillo FA, Picoy Romero PR, Espinoza Rojas R. Impacto de la adicción a redes sociales en la salud mental de los estudiantes de medicina humana, en tiempos de COVID-19. Revista de la Facultad de Medicina Humana [Internet]. 20 de diciembre de 2023 [citado 25 de diciembre de 2023];23(4). Disponible en: <https://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH/article/view/5920>
6. Rodríguez A, Clariana M. Procrastinación en Estudiantes Universitarios: su Relación con la Edad y el Curso Académico. Revista Colombiana de Psicología [Internet]. 2017 [citado 25 de diciembre de 2023];26(1):45-60. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/804/80454273004/html/>
7. Alblwi A, McAlaney J, Al Thani DAS, Phalp K, Ali R. Procrastination on social media: predictors of types, triggers and acceptance of countermeasures. Soc Netw Anal Min [Internet]. 8 de febrero de 2021 [citado 25 de diciembre de 2023];11(1):19. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s13278-021-00727-1>

8. Touloupis T, Campbell M. The role of academic context-related factors and problematic social media use in academic procrastination: A cross-sectional study of students in elementary, secondary, and tertiary education. *Soc Psychol Educ [Internet]*. 14 de agosto de 2023 [citado 25 de diciembre de 2023]; Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11218-023-09817-8>
9. Emadi Chashmi SJ, Hasani J, Kuss DJ, Griffiths MD, Shahrajabian F. Tolerance for ambiguity, reappraisal, and suppression mediate the relationship between problematic internet use and procrastination. *Curr Psychol [Internet]*. 1 de noviembre de 2023 [citado 25 de diciembre de 2023];42(31):27088-109. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03745-0>
10. Argiropoulou MI, Vlachopanou P. Studying Vs Internet Use 0–1: the Mediating Role of Academic Procrastination between Flow and Problematic Internet Use among Greek University Students. *J technol behav sci [Internet]*. 1 de marzo de 2021 [citado 25 de diciembre de 2023];6(1):159-65. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s41347-020-00173-4>
11. Przepiorka A, Blanchnio Á, Cudó A. Procrastination and problematic new media use: the mediating role of future anxiety. *Current Psychology. Psicología actual [Internet]*. 2021 [citado 25 de diciembre de 2023];42:5169-77. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-021-01773-w>
12. Gökalp ZŞ, Saritepeci M, Durak HY. The relationship between self-control and procrastination among adolescent: The mediating role of multi screen addiction. *Curr Psychol [Internet]*. 1 de mayo de 2023 [citado 25 de diciembre de 2023];42(15):13192-203. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02472-2>
13. Wang J, Wang P, Yang X, Zhang G, Wang X, Zhao F, et al. Fear of Missing Out and Procrastination as Mediators Between Sensation Seeking and Adolescent Smartphone Addiction. *Int J Ment Health Addiction [Internet]*. 1 de agosto de 2019 [citado 25 de diciembre de 2023];17(4):1049-62. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00106-0>
14. Feng B, Sun W. Bedtime Procrastination and Fatigue in Chinese College Students: the Mediating Role of Mobile Phone Addiction. *Int J Ment Health Addiction [Internet]*. 1 de octubre de 2023 [citado 25 de diciembre de 2023];21(5):3362-75. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00796-z>

15. Inga Verastegui RP, Mascaró Huanay F, Salome Cervantes RE. Relación entre adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de Medicina Humana de la región Junín - 2019. Tesis para optar el grado académico de Maestro en Educación con Mención en Docencia en Educación Superior, Escuela de Posgrado, Universidad Continental, Huancayo, Perú. [Internet] [Tesis de maestría]. [Huancayo]: Universidad Continental; 2021 [citado 26 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11455>
  
16. ASALE R, RAE. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. 2023 [citado 26 de diciembre de 2023]. procrastinar | Diccionario de la lengua española. Disponible en: <https://dle.rae.es/procrastinar>
  
17. Ayala Ramírez AS, Rodríguez Díaz RY, Villanueva Quispe W, Hernández García M, Campos Ramírez M. La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. Revista Muro de la Investigación [Internet]. 30 de junio de 2020 [citado 26 de diciembre de 2023];5(2):40-52. Disponible en: <https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r-Muro-investigacion/article/view/1324>
  
18. Ferreyra Leon C. El bajo rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de diseño de una universidad particular debido a la procrastinación académica [Internet] [Tesis]. [Lima, Perú]: Universidad San Ignacio de Loyola; 2020. Disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/3b58969c-4ead-4c4c-98fd-f561fe417aff/content>
  
19. Suárez Sarmiento JA. Teorías sobre la procrastinación y su incidencia en el ámbito educativo. Revista Científica Saperes Universitas [Internet]. 2023 [citado 26 de diciembre de 2023];6(1):42-59. Disponible en: <https://publishing.fgu.edu.com/ojs/index.php/RSU/article/view/337>
  
20. Otero-Potosí S, Fuertes-Narváez ME, Casanova-Imbaquingo L, Arichábalá-Vallejos D, Freire-Reyes K. La Procrastinación: Una Exploración Teórica. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar [Internet]. 2023 [citado 26 de diciembre de 2023];7(3):76-93. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/6065>
  
21. Díaz-Morales J. Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica [Internet]. 2019 [citado 26 de diciembre de 2023];2(51). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/4596/459661106005/html/>

22. Estremadoiro Parada B, Schulmeyer MK. Procrastinación académica en estudiantes universitarios. Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura [Internet]. 2021 [citado 26 de diciembre de 2023];(30):51-66. Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S2306-86712021000100004&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2306-86712021000100004&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
23. Manchado Porras M, Hervías Ortega F. Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. Interdisciplinaria [Internet]. 2021 [citado 26 de diciembre de 2023];38(2):243-58. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/180/18066677016/html/>
24. Casasola-Rivera W. Tecnológico de Costa Rica. Tecnológico de Costa Rica; 2022 [citado 26 de diciembre de 2023]. La procrastinación en estudiantes universitarios ¿Por qué debería ser un asunto de importancia académica? Disponible en: <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/2022/11/23/procrastinacion-estudiantes-universitarios-deberia-ser-asunto-importancia-academica>
25. IV\_FHU\_501\_TI\_Picho\_Quincho\_Salaman\_2020.pdf [Internet]. [citado 23 de diciembre de 2023]. Disponible en: [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10383/1/IV\\_FHU\\_501\\_TI\\_Picho\\_Quincho\\_Salaman\\_2020.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/10383/1/IV_FHU_501_TI_Picho_Quincho_Salaman_2020.pdf)
26. Depraect NEZ, Flores PF, Murillo LZA. Procrastinación Académica en Estudiantes de Medicina. 2020;
27. Picho Hidalgo NS, Quincho Cárdenas NS, Salaman Tito MR. Procrastinación académica: una revisión descriptiva de la literatura. Trabajo de investigación para optar el grado académico de Bachiller en Psicología, Escuela Académico Profesional de Psicología, Universidad Continental, Huancayo, Perú. Universidad Continental [Internet]. 2020 [citado 26 de diciembre de 2023]; Disponible en: <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/10383>
28. Real Delor RE, Acosta Sánchez RA, Arrua Gaona CE, Cabrera Dávalos LA, Cáceres Huispe MA, Correa Escobar LJ, et al. Procrastinación académica en estudiantado de medicina del Paraguay en 2022. Educación: revista de la Universidad de Costa Rica [Internet]. 2023 [citado 23 de diciembre de 2023];47(2):1-20. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9082085>
29. Corrales-Reyes IE, García-Raga M, Villegas-Maestre JD, Valdés-Gamboa L, Vitón-Castillo AA, Tusell-Hormigó D, et al. Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes de Estomatología de siete universidades cubanas. Revista Cubana de

- Medicina Militar [Internet]. junio de 2022 [citado 23 de diciembre de 2023];51(2). Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S0138-65572022000200015&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0138-65572022000200015&lng=es&nrm=iso&tlng=es)
30. García-Ayala CA. Estudiantes de Medicina con Procrastinación Académica: Estudio Descriptivo Desde la Teoría del Análisis Transaccional. En 2012.
  31. Orco-León E, Huamán-Saldívar D, Ramírez-Rodríguez S, Torres-Torreblanca J, Villacorta-Ampuero A, Figueroa-Salvador L, et al. Asociación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes peruanos de segundo año de medicina. Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas [Internet]. 27 de abril de 2022 [citado 23 de diciembre de 2023];41(0). Disponible en: <https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/704>
  32. Noriega GP. Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación en estudiantes universitarios. [Trabajo de suficiencia profesional para optar el Título Profesional de Licenciado en Psicología, Universidad de Lima]. Repositorio institucional de la Universidad de Lima. 2021;
  33. Trujillo-Chumán K, Universidad César Vallejo-Perú, Noé-Grijalva M, Universidad César Vallejo-Perú. La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes Peruanos. Rev Psicol Educ. 2020;15(1):98.
  34. Barraza Macías A, Barraza Nevárez S, Barraza Macías A, Barraza Nevárez S. Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana. Revista de psicología y ciencias del comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales. junio de 2018;9(1):75-99.
  35. Umerenkova AG, Flores JG. Propiedades Psicométricas de la Versión en Español de la Prueba Procrastination Assessment Scale-Students (PASS). Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica. 2017;1(43):149-63.
  36. Chirio-Aldazabal D, Basauri-Delgado M. Medición de la procrastinación académica: análisis psicométrico de una versión breve como una ECAD. Avances en Psicología. 16 de junio de 2023;31(1):e2878-e2878.
  37. Kuz A, Falco M, Giandini R, Kuz A, Falco M, Giandini R. Análisis de redes sociales: un caso práctico. Computación y Sistemas [Internet]. marzo de 2016 [citado 8 de enero de 2024];20(1):89-106. Disponible

en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1405-55462016000100089&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1405-55462016000100089&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

38. Zuñiga P. Preparatoria Panamericana. 2020 [citado 8 de enero de 2024]. ¿Cuál es la influencia del uso de las redes sociales en las adolescentes? Disponible en: <https://blog.up.edu.mx/prepaup/femenil/cual-es-la-influencia-del-uso-de-las-redes-sociales-en-las-adolescentes>
39. Argente E, Vivancos E, Alemany J, García-Fornes A. Educando en privacidad en el uso de las redes sociales. Education in the Knowledge Society [Internet]. 1 de agosto de 2017 [citado 8 de enero de 2024];18(2):107-26. Disponible en: <https://revistas.usal.es/index.php/eks/article/view/eks2017182107126>
40. Medina Gamero A, Tolentino Escarcena R, Luy Montejo C, Cárdenas De La Cruz S, Muñoz Rojas J. Las redes sociales en la salud mental de los adolescentes: ¿un problema existente? Studium [Internet]. 1 de diciembre de 2022 [citado 26 de diciembre de 2023];20(26):47-59. Disponible en: <https://studium.ucss.edu.pe/index.php/SV/article/view/351>
41. Martín Critikián D, Medina Núñez M. Redes sociales y la adicción al like de la generación z. Revista de Comunicación y Salud [Internet]. 19 de abril de 2021 [citado 26 de diciembre de 2023];11:55-76. Disponible en: <https://www.revistadecomunicacionysalud.es/index.php/rcys/article/view/281>
42. Luna CJ. Estudio del optimismo y la autoestima relacionado al uso de las redes sociales en jóvenes adolescentes. RCAFMC [Internet]. 2022 [citado 26 de diciembre de 2023];7:760. Disponible en: <https://fundacionmenteclara.org.ar/revista/index.php/RCA/article/view/260>
43. Camargo R, Sosa D. Uso de las redes sociales con fines académicos por parte de los estudiantes de la facultad de odontología, universidad de los andes, año 2021. ROLA [Internet]. 2022 [citado 26 de diciembre de 2023];17(1):26-39. Disponible en: <http://erevistas.saber.ula.ve/index.php/odontoula/article/view/17843>
44. Rodríguez Arce J, Juárez Pegueros JPC. Impacto del m-learning en el proceso de aprendizaje: habilidades y conocimiento / The Impact Of m-learning On The Learning Process: Skills and Knowledge. RIDE [Internet]. 12 de octubre de 2017 [citado 26 de diciembre de 2023];8(15):363-86. Disponible en: <http://www.ride.org.mx/index.php/RIDE/article/view/303>

45. Matalinares Calvet ML, Diaz Acosta AG, Rivas Diaz LH, Dioses Chocano AS, Arenas Iparraguirre CA, Villalba OR, et al. Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia* [Internet]. 2017 [citado 26 de diciembre de 2023];7(13):63-81. Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/5709/570960867005/html/>
46. Schult Reátegui NE, Bejarano Álvarez PM. Uso de redes sociales y procrastinación en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Revista peruana de investigación e innovación educativa* [Internet]. 5 de abril de 2023 [citado 26 de diciembre de 2023];3(1):e24035-e24035. Disponible en: <https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/repiie/article/view/24035>
47. Escurra Mayaute M, Salas Blas E. Construcción y Validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ars). *Liberabit Revista Peruana de Psicología* [Internet]. 2014 [citado 8 de enero de 2024];20(1):73-91. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
48. Flores Bravo L. Adicción a las redes sociales, procrastinación académica y cansancio emocional en estudiantes de una universidad privada de Lima, Perú. *RIEE* [Internet]. 30 de junio de 2022 [citado 22 de mayo de 2024];22(1):51-0. Disponible en: <https://riee.um.edu.mx/index.php/RIEE/article/view/279>
49. Narro Espinoza, e Ibáñez Ibáñez. Procrastinación Académica Y Adicción a Las Redes Sociales En Estudiantes de Un Instituto Superior Del Distrito de Laredo. 2020, [citado 21 december de 2023]. Disponible en: <repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/45713>
50. Núñez-Guzmán, R., and B. Cisneros-Chávez. Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Nuevas ideas en informática educativa* 15.1 (2019): 114
51. Bustamante Teran, Jamaly Del Milagro, and Lizania Yadelit Chavez Martinez. "Procrastinación y adicción a las redes sociales en Estudiantes de una Universidad de la Provincia de Chiclayo." (2023).
52. Páucar Yangua, Richard. "Procrastinación Académica Y Adicción a Redes Sociales En Estudiantes de La Facultad de Ingeniería Agraria de Una Universidad Privada de Lima Norte." *Repositorio Institucional - UCSS*, 2018, <repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/948>.
53. Arteaga Araujo HJ, Quispe Román N, Sánchez Ríos KM, Polin Andrade JJ, Coronado Fernández J, Cjuno J. Adicción a redes sociales

y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. REE [Internet]. 19 de agosto de 2022 [citado 21 de mayo de 2024];16(3):4-14. Disponible en: <https://eugenioespejo.unach.edu.ec/index.php/EE/article/view/444>

54. Aguilar Sotomayor, Carmen Laura. Adicción a Redes Sociales Y Procrastinación Académica En Estudiantes de Ciencias de La Salud de Una Universidad Privada, Lima 2021. *Universidad Peruana Los Andes*, July 2022, Disponible en: [repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/4097](https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/4097)
55. Ferraro, María Florencia. "Adicción a Redes Sociales Y Procastinación En Jóvenes Adultos de La Ciudad Autónoma de Buenos Aires." *Repositorio.uade.edu.ar*, 2020, Disponible en: [repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/12501](https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/handle/123456789/12501).
56. Quiñones Sare, Marili Maritha. "Procrastinación Y Adicción a Las Redes Sociales En Estudiantes de Administración de Una Universidad Privada de Trujillo." *Universidad Privada Antenor Orrego - UPAO*, 2018. Disponible en: [repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/4371](https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20.500.12759/4371).
57. Carbajal Pachas, Jose Alberto. "PROCRASTINACIÓN Y ADICCIÓN a LAS REDES SOCIALES EN BACHILLERES de PSICOLOGÍA, 2020." *Universidad Autónoma de Ica*, Sept. 2021, Disponible en: [repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1214](https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/1214).

## ANEXO 01

Nombre: \_\_\_\_\_

Sexo: 1. Femenino 2. Masculino

Edad: \_\_\_\_\_

### **Escala breve de Procrastinación Académica (EBPA-16) validada para estudiantes universitarios del Perú**

nunca (1), casi nunca (2), algunas veces (3), muchas veces (4) y siempre (5)

Me retraso en llegar a las reuniones de mi grupo de trabajo por estar distraigo en otras actividades.	1	2	3	4	5
Postergo para mañana los trabajos que tengo hoy por que me entretengo en otras actividades	1	2	3	4	5
Dejo para después las lecturas de los cursos que no me agradan	1	2	3	4	5
Dedico poco tiempo en hacer las tareas de los cursos que no me agradan	1	2	3	4	5
Dispongo de poco tiempo para hacer mis tareas por hacer otras actividades	1	2	3	4	5
Cuando pienso que no podré terminar la tarea asignada, prefiero poster gar su entrega	1	2	3	4	5

Me cuesta estudiar para un examen cuando pienso que no lograré buenos resultados	1	2	3	4	5
creo que no tengo la suficiente capacidad para realizar una tarea demoro en terminarla.	1	2	3	4	5
Me lleva mucho tiempo empezar una tarea cuando creo que es complicado.	1	2	3	4	5
Me demoro en terminar mis trabajos porque me distraigo en otras actividades	1	2	3	4	5
Cuando me asignan una tarea que pienso que es desagradable prefiero aplazar la entrega	1	2	3	4	5
No me alcanza el tiempo para hacer mis trabajos debido a estar entretenido en otras actividades	1	2	3	4	5
Cuando se acerca a fecha de entrega y me siento presionado, recién empiezo a realizar mis trabajos.	1	2	3	4	5
Me es difícil organizarme para desarrollar cada tarea asignada	1	2	3	4	5
Postergo para mañana lo que puedo hacer hoy.	1	2	3	4	5
Se me pasa el tiempo haciendo otras actividades y me queda poco tiempo para realizar mis trabajos académicos	1	2	3	4	5

## ANEXO 02

Universidad en la que estudia: .....

Carrera o Facultad: ..... Ciclo/ Nivel :.....

¿Utiliza redes sociales?:..... si respondió SÍ, indique cuál o cuáles: .....

.....

### Si respondió NO, entregue el formato al encuestador

¿Dónde se conecta a las redes sociales? (puede marcar más de una respuesta)

En mi casa	( )	En mi trabajo	( )
En las cabinas de internet	( )	En las computadoras de la universidad	( )
A través del celular	( )		

¿Con qué frecuencia se conecta a las redes sociales?

Todo el tiempo me encuentro conectado	( )	Una o dos veces por día	( )
Entre siete a 12 veces al día	( )	Dos o tres veces por semana	( )
Entre tres a Seis veces por día	( )	Una vez por semana	( )

De todas las personas que conoce a través de la red, ¿cuántos conoce personalmente?

10 % o Menos	( )	Entre 11 y 30 %	( )	Entre el 31 y 50 %	( )
Entre el 51 y 70 %	( )	Más del 70 %	( )		

¿Sus cuentas en la red contienen sus datos verdaderos (nombre, edad, género, dirección, etc.)?

SI ( ) NO ( )

¿Qué es lo que más le gusta de las redes sociales?:

.....  
.....

## USO ADICTIVO A REDES SOCIALES

5: Siempre

4: Casi siempre

3: Algunas veces

2: Rara vez

1: Nunca

Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	1	2	3	4	5
Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales	1	2	3	4	5
El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más	1	2	3	4	5
Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	1	2	3	4	5
No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales	1	2	3	4	5
Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales	1	2	3	4	5
Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales	1	2	3	4	5
Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	1	2	3	4	5
Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	1	2	3	4	5
Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado	1	2	3	4	5
Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales	1	2	3	4	5
Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales	1	2	3	4	5

Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	1	2	3	4	5
Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales	1	2	3	4	5
Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales	1	2	3	4	5
Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales	1	2	3	4	5
Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	1	2	3	4	5
Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	1	2	3	4	5
Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	1	2	3	4	5
Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	1	2	3	4	5
Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	1	2	3	4	5
Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales	1	2	3	4	5
Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	1	2	3	4	5
Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	1	2	3	4	5

### **ANEXO 03**

#### **CONSENTIMIENTO INFORMADO DE PARTICIPACIÓN EN INVESTIGACIÓN**

#### **“PROCASTINACIÓN EN RELACIÓN A FRECUENCIA DE USO Y ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE LA UNIVERSIDAD PRIVADA DE TACNA, AÑO 2024”**

El propósito de este consentimiento informado es proporcionarle una explicación clara de la investigación que se realizará, así como su papel en la misma como participante. El estudio está siendo realizado por Jean Roberto Tello Salgado, estudiante de la Escuela Profesional de Medicina Humana de la Universidad Privada de Tacna, que tiene como objetivo relacionar el grado de procrastinación según frecuencia y nivel de adicción al uso de redes sociales en estudiantes de medicina humana de la Universidad Privada de Tacna, en el año 2024.

Se busca obtener información precisa sobre el grado de procrastinación e identificar de uso de las redes sociales de los estudiantes de medicina humana, con la finalidad de ofrecer una base para el desarrollo futuro de intervenciones de salud con el fin de reducir el impacto en el desempeño laboral como en la calidad de vida.

Si usted está de acuerdo en participar en este estudio, se pedirá desarrollar las preguntas de la encuesta con la mayor seriedad y veracidad. Los datos recogidos se manejarán con confidencialidad y solo se usarán para la actual investigación, si desea usted está en la libertad de poder retirarse en cualquier momento.

Ante cualquier duda, puede realizar sus preguntas correspondientes al investigador responsable, Univ. Jean Roberto Tello Salgado, enviando sus dudas al correo electrónico [jean.roberto.tello1@gmail.com](mailto:jean.roberto.tello1@gmail.com). Agradecemos su participación.

¿Desea usted participar en la investigación? Si ( ) / No ( ).