

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

**Nomofobia y procrastinación académica en
estudiantes de secundaria de la Institución Educativa
Mariano Santos de Urcos - Cusco - 2025**

Jeny Erika Bejar Condori
Diene Gutierrez Quispe

Para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Cusco, 2026

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

INFORME DE CONFORMIDAD DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

A : Decano de la Facultad de Psicología
DE : Mayra Vanessa Garcia Perez
Asesor de trabajo de investigación
ASUNTO : Remito resultado de evaluación de originalidad de trabajo de investigación
FECHA : 31 de Marzo de 2026

Con sumo agrado me dirijo a vuestro despacho para informar que, en mi condición de asesor del trabajo de investigación:

Título:

NOMOFobia Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIANO SANTOS DE URCOS - CUSCO – 2025

Autores:

1. Jeny Erika Bejar Condori – Carrera profesional Psicología
2. Diene Gutierrez Quispe – Carrera profesional Psicología

Se procedió con la carga del documento a la plataforma "Turnitin" y se realizó la verificación completa de las coincidencias resaltadas por el software dando por resultado 20 % de similitud sin encontrarse hallazgos relacionados a plagio. Se utilizaron los siguientes filtros:

- Filtro de exclusión de bibliografía SI NO
- Filtro de exclusión de grupos de palabras menores
Nº de palabras excluidas (**en caso de elegir "SI"**): 30 SI NO
- Exclusión de fuente por trabajo anterior del mismo estudiante SI NO

En consecuencia, se determina que el trabajo de investigación constituye un documento original al presentar similitud de otros autores (citas) por debajo del porcentaje establecido por la Universidad Continental.

Recae toda responsabilidad del contenido del trabajo de investigación sobre el autor y asesor, en concordancia a los principios expresados en el Reglamento del Registro Nacional de Trabajos conducentes a Grados y Títulos – RENATI y en la normativa de la Universidad Continental.

Atentamente,

La firma del asesor obra en el archivo original
(No se muestra en este documento por estar expuesto a publicación)

AGRADECIMIENTO

Expresamos nuestro agradecimiento a Dios por permitirnos tener la fortaleza espiritual para tomar decisiones correctas en nuestra vida personal y profesional, y nuestro profundo agradecimiento a la Universidad Continental, por nuestros docentes y mentores, por las enseñanzas, por haber sido guías en nuestro camino de formación académica y profesional.

Finalmente, agradecemos a nuestros familiares y amistades por todos estos años de acompañamiento en nuestro proceso de conocimiento y aprendizaje. ¡Gracias!

DEDICATORIA

Si no mirara hacia dentro y reconociera mi propio papel en esta travesía. Agradezco profundamente a mi fuerza de voluntad, que se negó a claudicar; a mi curiosidad, que mantuvo viva la llama de la investigación; y a mi resiliencia, que me permitió levantarme cada vez que tropecé. A mi madre, que muchas veces fue de motivación para no desistir, y a mi familia por el apoyo emocional. Este logro es un reconocimiento a mi capacidad para transformar el desafío en triunfo.

Jeny Erika Bejar Condori

A Dios por darme la vida, sabiduría y permitirme llegar a culminar esta meta importante en mi vida. A mi ser por mantenerme firme y comprender que el verdadero valor de nuestros anhelos se mide por el esfuerzo que invertimos para lograrlo y solo se consigue con una actitud perseverante.

En memoria de mi recordada madre y hermana, estoy segura de que desde el cielo se encuentran orgullosas por este peldaño en mi vida.

Diene Gutierrez Quispe

RESUMEN

El propósito del presente estudio plantea identificar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Santos de Urcos de Cusco en el año 2025. Para ello, se propone un estudio correlacional, de diseño no experimental y transversal, con una muestra de 105 escolares. Se administró el Cuestionario de nomofobia (NMP-Q) de Yildirim y Correia (2015), y la Escala de procrastinación académica (EPA) de Busko (1998). Los hallazgos indican que la nomofobia mostró una relación directa y significativa ($\rho = 0,274$; $p = ,005 < 0.05$) con la procrastinación académica. Finalmente, se concluyó que, a mayor nomofobia, aumenta la procrastinación académica.

Palabras clave: Nomofobia, procrastinación académica, estudiantes, teléfonos.

ABSTRACT

The purpose of this study is to identify the relationship between nomophobia and academic procrastination among high school students at the Santos de Urcos Educational Institution in Cusco in 2025. To this end, a correlational, non-experimental, cross-sectional study was conducted with a sample of 105 students. The Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) by Yildirim and Correia (2015) and the Academic Procrastination Scale (APS) by Busko (1998) were administered. The findings indicate that nomophobia showed a direct and significant relationship ($\rho = 0.274$; $p = 0.005 < 0.05$) with academic procrastination. Finally, it was concluded that higher levels of nomophobia are associated with increased academic procrastination.

Keywords: Nomophobia, academic procrastination, students, telephones.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTO	iii
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT.....	vii
ÍNDICE DE TABLAS	xi
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xii
INTRODUCCIÓN	xiii
CAPÍTULO I	16
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	16
1.1 Descripción del Problema	16
1.2 Formulación del Problema	19
1.2.1 Problema General.....	19
1.2.2 Problemas Específicos	19
1.3 Objetivos de la Investigación.....	20
1.3.1 Objetivo General.....	20
1.3.2 Objetivos Específicos.....	20
1.4 Justificación e Importancia de la Investigación	21
1.4.1 Justificación Teórica	21
1.4.2 Justificación Metodológica	21
1.4.3 Justificación Práctica	22
CAPÍTULO II.....	23
MARCO TEÓRICO.....	23
2.1 Antecedentes de la Investigación.....	23
2.1.1 Antecedentes Internacionales.....	23
2.1.2 Antecedentes Nacionales	26

2.2	Bases Teóricas	33
2.2.1	Nomofobia	33
2.2.2	Procrastinación Académica.....	39
HIPÓTESIS Y VARIABLES		47
3.1	Hipótesis	47
3.1.1	Hipótesis General.....	47
3.1.2	Hipótesis Específicas	47
3.2	Definición de Variables	49
3.2.1	Nomofobia:	49
3.2.2	Procrastinación Académica:.....	49
3.3	Operacionalización de Variables	50
METODOLOGÍA.....		51
4.1	Método, tipo y niveles de investigación	51
4.2	Diseño de la investigación	52
4.3	Población.....	52
4.4	Muestra	52
4.4.1	Tipos de Muestreo.....	53
4.4.2	Criterios de Inclusión.....	53
4.4.3	Criterios de Exclusión.....	54
4.4	Técnica de Recolección de Datos	54
4.4.1	Ficha Técnica Cuestionario de Nomofobia NMP-Q.....	55
4.4.2	Escala de Procrastinación Académica en Adolescentes (EPA)	58
4.5	Procedimiento de Recolección de Datos.....	62
4.6	Técnicas de Análisis de Datos	63
RESULTADOS.....		64

5.1 Presentación de Resultados64

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Prueba de Normalidad.....	64
Tabla 2. Correlación Entre la nomofobia y la procrastinación Académica	65
Tabla 3. Nivel de Nomofobia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.	66
Tabla 4. Nivel de Procrastinación Académica en Estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.	67
Tabla 5. Nomofobia y Autorregulación Académica en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.	68
Tabla 6. Nomofobia y Postergación de Actividades en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.	69
Tabla 7. Incapacidad Para Comunicarse y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.....	70
Tabla 8. Pérdida de Conexión y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.....	71
Tabla 9. No ser Capaz de Acceder a la Información y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.....	72
Tabla 10. Renunciar a la Comodidad y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos, Urcos - Cusco 2025.....	73

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Niveles de Nomofobia.....	66
Figura 2. Niveles de la Procrastinación Académica	67

INTRODUCCIÓN

En la era digital, el teléfono móvil se ha convertido en una herramienta indispensable para la comunicación, el acceso a la información y el entretenimiento. Este fenómeno de la dependencia excesiva de los teléfonos móviles, comúnmente denominado nomofobia, entendida como el miedo irracional a estar sin el teléfono móvil, está teniendo consecuencias perjudiciales para el desarrollo educativo de los jóvenes. Es así como, la adicción a los teléfonos inteligentes disminuye notablemente la eficacia de las interacciones de los estudiantes con sus familias, lo que puede afectar a su adquisición de conocimiento (Atmoko et al., 2022).

También se ha determinado que la afección conocida como nomofobia, que denota la aprensión de no tener acceso a un dispositivo móvil, ejerce efectos perjudiciales en el nivel de adquisición escolar de los adolescentes. Asimismo, las investigaciones empíricas han demostrado que el uso excesivo de teléfonos móviles precipita una disminución del bienestar mental, así como de la capacidad para funcionar social y académicamente. Además, cabe mencionar que la nomofobia se manifiesta predominantemente en el grupo de adolescentes de 14 a 16 años (Rehman y Singh, 2022). Los adolescentes que muestran niveles elevados de nomofobia tienden a experimentar niveles elevados de ansiedad, estrés y depresión, lo que puede afectar su aptitud para adquirir conocimientos (Caba-Machado et al., 2023).

Si bien el teléfono celular es parte fundamental de la vida diaria de los adolescentes, este fenómeno está creciendo entre los estudiantes de secundaria y puede tener un impacto directo en sus hábitos de estudios. Uno de los efectos más comunes es la procrastinación académica, que consiste en aplazar o evitar tareas escolares, muchas veces reemplazándolas por actividades en el celular como redes sociales, videojuegos o videos. La procrastinación es la tendencia a postergar o retardar las actividades de una labor para así evitar la responsabilidad ante una tarea que requiere desarrollarse cuanto antes (Haycock et al., 1998, como se citó en Quiñones, 2018).

Postergar algo para realizarlo después puede traer consecuencias en la vida de los estudiantes, como bajas calificaciones, y a la vez perjudicar la salud física y mental e incrementar el abandono escolar (Pychyl, 2018). Por ende, la presencia de la procrastinación afecta de manera negativa la vida académica de los estudiantes, haciendo que los estudiantes no cumplan con las tareas a tiempo y se perjudiquen en su aprendizaje.

En nuestro contexto aún existe la deuda de conocimiento por llevar a cabo estudios que analicen la problemática respecto a la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, dos temas que preocupan en la actualidad; sin embargo, los estudiantes no son conscientes de las consecuencias negativas que conllevan estos comportamientos con el transcurso del tiempo por lo que muchas veces no buscan soluciones y las toman como parte normal de su día a día. El objetivo de esta investigación es determinar si existe relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos de Cusco en el 2025. Para ello, el estudio se encuentra estructurado en cuatro capítulos.

El Capítulo I aborda el planteamiento del problema, que enmarca la problemática en estudiantes de educación secundaria, por lo que se formula la siguiente pregunta: ¿cuál es la relación que existe entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025? También se inicia la direccionalidad del trabajo mediante el planteamiento de objetivos, presenta las hipótesis de los investigadores respecto a las preguntas de investigación, se definen las variables de trabajo y se justifica la importancia del estudio.

El Capítulo II, Marco teórico, estudia los antecedentes de la investigación, las bases teóricas y plantea la definición de términos básicos.

El Capítulo III, Hipótesis y variables, formula las hipótesis y las variables del problema a investigar.

El Capítulo IV, Metodología de la investigación, explica el método, el enfoque, tipo, alcance y diseño de la investigación; así como el tamaño de la muestra y sus características.

En el Capítulo V, Resultados y discusión, se exponen los resultados de tipo descriptivo y correlacional del estudio, a través de tablas y prueba de hipótesis; asimismo, se contrastan los hallazgos con los antecedentes y la teoría. Por último, se presentan las conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción del Problema

En los últimos años, el teléfono móvil se ha convertido en un elemento central en la vida cotidiana de los adolescentes. Más que un medio de comunicación hoy representa un espacio de interacción social, entretenimiento, información y hasta validación personal. La presencia constante del dispositivo en la rutina diaria ha modificado la forma en que los jóvenes se relacionan, estudian y organizan su tiempo. Sin embargo, junto con estos beneficios también han emergido conductas problemáticas asociadas a su uso excesivo.

Una de estas problemáticas es la nomofobia, término que proviene de la expresión inglesa *no mobile phone phobia* y que hace referencia al miedo o ansiedad que experimenta una persona cuando no puede acceder a su teléfono móvil (Yildirim y Correia, 2015). Este fenómeno se manifiesta en la necesidad constante de revisar el dispositivo, preocupación excesiva por la batería o la señal y malestar cuando el celular no está disponible. Aunque la nomofobia no está reconocida como un trastorno independiente en el DSM-5, presenta características similares a las fobias específicas relacionadas con la ansiedad situacional (León-Mejía et al., 2021).

La evidencia internacional muestra que esta condición es cada vez más frecuente en población adolescente. Nguyen et al. (2024) reportaron que prácticamente la totalidad de estudiantes evaluados en su estudio presentaban algún nivel de nomofobia. De manera similar, investigaciones realizadas en India encontraron que más del 50 % de los escolares manifestaban niveles moderados de esta problemática (Binu Joe y Linson, 2021). Estos hallazgos reflejan que el uso intensivo del teléfono móvil no es un fenómeno aislado, sino una realidad extendida que forma parte de la experiencia cotidiana de los jóvenes.

En América Latina, el acceso masivo a dispositivos móviles ha consolidado una cultura digital caracterizada por la conexión permanente. La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2022) señala que los jóvenes pueden pasar entre seis y nueve horas diarias conectados a sus teléfonos. Este nivel de exposición no solo impacta en la dinámica familiar y social, sino también en procesos cognitivos fundamentales como la atención, la planificación y la autorregulación.

En el ámbito académico, una conducta que suele coexistir con el uso problemático del celular es la procrastinación académica. Steel (2007) la define como la tendencia a postergar tareas pese a anticipar consecuencias negativas. No se trata simplemente de falta de voluntad, sino de un proceso complejo relacionado con la autorregulación, la motivación y las creencias personales sobre la propia capacidad (Ellis y Knaus, 2002; Wolters, 2003). El estudiante procrastina cuando elige actividades que ofrecen gratificación inmediata, como revisar redes sociales o consumir contenido digital, en lugar de dedicarse a responsabilidades académicas que requieren esfuerzo sostenido.

Estudios en población escolar latinoamericana evidencian que la procrastinación académica afecta a un porcentaje importante de adolescentes. Malpica (2023) encontró que más de la mitad de los estudiantes evaluados presentaban niveles significativos de postergación de tareas, vinculados con dificultades en la gestión del tiempo y la autoeficacia académica. En el contexto peruano, investigaciones recientes también han identificado niveles moderados y altos de procrastinación en secundaria (Amesquita, 2023; Calderón, 2025), lo que confirma que esta conducta forma parte de la realidad educativa actual.

En el Perú, además, el Ministerio de Salud ha advertido que el uso excesivo del celular en adolescentes puede asociarse con ansiedad, dificultades de concentración y problemas en el rendimiento académico (Ministerio de Salud, 2024). Esta situación resulta especialmente relevante en un escenario postpandemia, donde el dispositivo móvil pasó de ser un recurso

complementario para convertirse en una herramienta principal para el aprendizaje remoto, reforzando su presencia constante en la vida escolar.

En la región Cusco, los estudios que analizan conjuntamente la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria son escasos. En la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos se observa, de manera cotidiana, que muchos estudiantes asisten con su teléfono móvil y presentan dificultad para mantenerse concentrados durante las clases. Es frecuente notar la revisión constante del dispositivo, incluso en momentos académicamente relevantes. Del mismo modo, se evidencia postergación de tareas, incumplimiento de plazos y organización deficiente del tiempo, situaciones que repercuten en el desempeño escolar.

Estas conductas no necesariamente implican que todos los estudiantes presenten un problema clínico; sin embargo, sí sugieren la posible interacción entre el uso problemático del celular y la tendencia a postergar actividades académicas. A pesar de ello, no se dispone de información empírica que permita establecer si ambas variables están relacionadas en esta población específica.

Frente a esta realidad, resulta pertinente preguntarse si existe relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos durante el año 2025. La respuesta a esta interrogante permitirá comprender mejor el impacto del uso del teléfono móvil en la conducta académica adolescente y ofrecer información útil para el diseño de estrategias preventivas desde el ámbito educativo y psicológico.

1.2 Formulación del Problema

1.2.1 Problema General

¿Cuál es la relación que existe entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

1.2.2 Problemas Específicos

¿Cuál es el nivel de nomofobia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

¿Cuál es la relación que existe entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

¿Cuál es la relación que existe entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión pérdida de conexión de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?

1.3 Objetivos de la Investigación

1.3.1 Objetivo General

Determinar la relación que existe entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

1.3.2 Objetivos Específicos

Identificar el nivel de la nomofobia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco – 2025.

Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco – 2025.

Determinar la relación que existe entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Determinar la relación que existe entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Determinar la relación que existe entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Determinar la relación que existe entre la dimensión pérdida de conexión de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Determinar la relación que existe entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Determinar la relación que existe entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

1.4 Justificación e Importancia de la Investigación

1.4.1 Justificación Teórica

La importancia del estudio radica en su objetivo, que es conocer la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco – 2025. Los resultados permiten dar a conocer nuevos datos científicos, aportando teóricamente a la psicología y enriqueciendo la comprensión de ambas variables. Si bien se cuenta con estudios previos sobre nomofobia y procrastinación académica, estas se dieron de manera individual o con otras variables; es por ello que se enfoca esta investigación en la población específica de la Institución Educativa Secundaria Mariano Santos de Urcos – Cusco – 2025, con lo que se busca entender de manera más precisa cómo estos factores afectan a los estudiantes en un entorno particular.

La investigación se realiza para proporcionar información valiosa a la institución y a la sociedad; de este modo, ellos pueden diseñar intervenciones adaptadas a las necesidades locales, sino que también contribuye al conocimiento científico general sobre la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica.

1.4.2 Justificación Metodológica

Desde un enfoque metodológico, este estudio permitió aplicar herramientas psicométricas validadas (como escalas de nomofobia y procrastinación académica) dentro de un enfoque cuantitativo, permitiendo establecer correlaciones y posibles patrones de comportamiento. El diseño de corte transversal y correlacional nos permitió describir la relación entre las variables en un momento determinado, así como identificar subgrupos de riesgo dado este caso, estudiantes con existencia de nomofobia y procrastinación académica. Asimismo, se utilizó un análisis estadístico inferencial que aporte firmeza a los hallazgos y permita reproducir en otras poblaciones o contextos educativos. Es así como este estudio

servirá como antecedente a futuras investigaciones relacionadas con estas variables, así como a estudios que contemplan la misma metodología empleada en dicha investigación.

1.4.3 Justificación Práctica

A nivel práctico, los hallazgos del estudio permiten obtener datos objetivos de las variables de estudio, a partir de los cuales se podría proponer, desde el Departamento de Psicología, programas preventivos y estrategias en beneficio de la población estudiada; las autoridades podrán adaptar estrategias que les permitan abordar estas problemáticas de manera efectiva. Asimismo, esta investigación se realizó para que sirva como una referencia y un antecedente para las futuras investigaciones que se puedan llevar a cabo.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la Investigación

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Ramsses et al. (2025) llevaron a cabo un estudio titulado *Niveles de nomofobia en estudiantes de nivel terciario superior en la preparatoria N° 23 "Jacob Najera Hernández" Guerrero, México*. La presente investigación tuvo como objetivo principal medir los niveles de nomofobia en la población estudiantil mencionada. El estudio utilizó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental y un alcance descriptivo, transversal. Participaron 99 estudiantes matriculados en dicha preparatoria, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicó el cuestionario de nomofobia (NMP-Q), adaptado al español por González-Cabrera et al. (2017). Los resultados de las puntuaciones totales obtenidas por los 99 participantes en las cuatro dimensiones de la prueba NMP-Q mostraron un puntaje del 57.91 % en la dimensión “no poder comunicarse”. Esto sugiere que los adolescentes de la investigación experimentan una mayor ansiedad ante la idea de no poder comunicarse con otros debido a la falta de su dispositivo móvil; por otro lado, en la dimensión “no ser capaz de acceder a la información”, donde el puntaje promedio fue del 54.62 %, y se observa una preocupación considerable por la incapacidad de acceder a la información cuando se necesita, estas dos dimensiones representan las puntuaciones más altas obtenidas en la prueba. El puntaje promedio en la dimensión “renunciar a la comodidad” fue del 47.07 %, lo que muestra que prescindir de la comodidad proporcionada por los dispositivos móviles genera cierto grado de disgusto en los estudiantes. Por último, el puntaje promedio más bajo se registró en la dimensión “la pérdida de internet o de las redes sociales conexión”, con un 42.40 %. Esto indica una preocupación moderada por la posibilidad de perder la conexión. Se concluyó que existe una alta prevalencia de nomofobia o riesgo de desarrollarla entre los participantes del

estudio. Un 55.56 % está en riesgo de desarrollarla, un 27.27 % presenta nomofobia moderada y un 9.09 % se clasifica como nomofóbico. Estos resultados subrayan que más del 90 % de la muestra tiene algún nivel de riesgo o ya sufre de nomofobia.

Villagómez et al. (2023) en su estudio de procrastinación académica y dependencia del dispositivo móvil en estudiantes universitarios de la carrera de Turismo de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo en Ecuador, durante el período académico abril-septiembre 2022. El estudio fue de enfoque cuantitativo, diseño no experimental-transversal y de alcance correlacional. La muestra fue de 167 estudiantes que completaron los instrumentos: Escala de Procrastinación Académica y Test de Dependencia al Dispositivo Móvil. La mayoría de los participantes pertenecieron al sexo femenino (66,5 %). En los resultados respecto a niveles de las dimensiones de la procrastinación académica en función del género, se halló un predominio del nivel bajo en la autorregulación académica; mientras que la categoría alto sobresalió en cuanto a la postergación de actividades (31,1 % en mujeres y un 15 % en hombres), aunque por un margen muy reducido con respecto al valor de escala bajo (28,1 % y un 14,4 % respectivamente). Respecto a niveles de dependencia al dispositivo móvil, según género, se observó un nivel moderado (59,3 %) que dominó en todos los géneros (37,1 % en mujeres y un 20,4 % en hombres). En relación entre la postergación de actividades y la dependencia al dispositivo móvil, los resultados de la prueba Kolmogorov-Smirnov mostraron una distribución de los datos que no cumplía con los criterios de normalidad ($p < 0,01$). Los valores de coeficiente de Spearman ($p < 0,05$) permitieron establecer la presencia de correlación entre la postergación de actividades y la dependencia al dispositivo móvil, siendo directa con una intensidad de moderada a fuerte ($r = 0,485$). Se infiere que prevalece un nivel bajo en la autorregulación académica en los géneros estudiados; mientras que el nivel alto sobresalió en lo relativo a la postergación de actividades, pero con un margen muy reducido con respecto al valor de escala bajo. Existe un valor moderado respecto a la dependencia del dispositivo móvil

y una correlación moderada fuerte entre la postergación de actividades y la dependencia al dispositivo móvil.

Cevallos et al. (2021) llevaron a cabo una investigación sobre factores sociodemográficos y educativos asociados a la procrastinación académica en adolescentes ecuatorianos. Esta investigación responde a un diseño empírico, descriptivo, cuantitativo no experimental de corte transversal con alcance comparativo entre género, procedencia y situación económica familiar, así como también relacionar entre la edad y el año escolar. La investigación tuvo una muestra de 210 estudiantes de educación básica y bachillerato de una institución educativa de Salcedo (Ecuador) con una media de $M=13.81$ años y una desviación estándar de $DE=1.81$ años. Para ello se aplicó la escala de Procrastinación Académica (EPA); los resultados de esta se analizaron con factores como el género, la procedencia (urbano/rural), el año académico, la situación económica y las actividades extracurriculares (estudiar y apoyar en empresas familiares o solo estudiar). En cuanto a los resultados del EPA, se encuentran valores de $M = 28.19$; $DE = 7.31$; con una puntuación máxima de $Máx. = 52$ y una mínima de $Mín = 13$. Además de que se distribuyen de manera normal ($K-S= .06$; $p>.05$). Se establece el punto de corte una desviación por encima de la media, es decir, en 35.5. En este caso, los resultados revelan que la presencia de procrastinación académica no es generalizada en la muestra analizada. Por lo tanto, se puede observar un aumento de la procrastinación a partir del segundo año del bachillerato, siendo que en los años de secundaria se reporta un nivel de procrastinación mucho menor. Se concluyó que los niveles de procrastinación en la muestra se encuentran por debajo del punto de corte referencial de una desviación estándar sobre la media. Si bien es cierto que existen actividades procrastinadoras en el contexto escolar en grupos específicos de adolescentes, este no se encuentra generalizado entre los estudiantes; por lo tanto, el nivel de procrastinación, al ser relativamente bajo, debería repercutir positivamente en el desempeño escolar de los participantes.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Calderón (2025), en su tesis, *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Villa María del Triunfo, 2023*, busca identificar la asociación entre la nomofobia y la procrastinación académica en alumnos de secundaria de una institución educativa pública de Villa María del Triunfo. A nivel metodológico, este fue un estudio correlacional, de diseño no experimental y transversal, con una muestra de 325 escolares. Se administró el Cuestionario de nomofobia – NMPQ de Yildirim y Correia (2015), y la Escala de procrastinación académica – EPA de Busko (1998). En la relación entre nomofobia y la dimensión de la procrastinación, autorregulación académica expone una correlación directa y significativa para nomofobia y autorregulación académica ($\rho = .243$; $p = .000$), evidenciándose un efecto bajo. Por otro lado, en la relación entre la nomofobia y postergación de actividades, no se encontró conexión entre nomofobia y postergación de actividades ($\rho = .020$, $p = .716$), observándose un efecto reducido. En cuanto a la relación entre procrastinación académica y no poder comunicarse, no hay asociación para procrastinación y no poder comunicarse ($\rho = .029$; $p = .605$), con tamaño de efecto reducido. En el análisis de la relación entre procrastinación académica y pérdida de conexión, hay relación directa y significativa para procrastinación académica y pérdida de conexión ($\rho = .193$, $p = .000$), entre la procrastinación académica y no poder acceder a la información, se halló que no existe relación entre procrastinación y no poder acceder a la información ($\rho = .094$, $p = .092$). Finalmente, entre la procrastinación académica y renunciar a la comodidad, no hay vínculo entre procrastinación y renuncia a la comodidad ($\rho = .068$; $p = .222$).

Apaza (2024), en su estudio, *Nomofobia y procrastinación académica en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Cesa Vallejo Mendoza de Upina - Ituata 2023*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria César Vallejo Mendoza

del centro poblado de Upina, distrito de Ituata, Carabaya, 2023. La metodología está dentro del enfoque cuantitativo, el diseño es no experimental correlacional y transaccional, y pertenece a la investigación de tipo básica. La población estuvo conformada por los estudiantes de primero a quinto grado, que estuvo conformada por 164 estudiantes; la muestra la conformaron 116. Se aplicó la técnica de la encuesta y el instrumento fue el cuestionario para ambas variables. Se administró el Cuestionario de nomofobia – NMPQ de Yildirim y Correia (2016), y la Escala de procrastinación académica – EPA de Busko (1998). Los resultados mostraron que los estudiantes con nomofobia de nivel leve, en un 25.0 %, su procrastinación académica es de nivel bajo; del 5.2 %, es de nivel moderada; del 3.4 %, es de nivel alto. Del mismo modo, los estudiantes con nomofobia de nivel moderada, en un 9.5 %, su procrastinación académica es de nivel bajo; del 47.4 %, es de nivel moderada; del 6.0 %, es de nivel alto. También los estudiantes con nomofobia de nivel severa; en un 1.7 %, su procrastinación académica es moderada y del 1.7 % es de nivel alto. Dimensión: No poder acceder a información y la procrastinación académica con nivel leve, en un 16.4 %; la procrastinación académica es de nivel bajo en un 11.2 %, es de nivel moderado, y un 2.6 % es de nivel alto. Del mismo modo, los estudiantes con nomofobia en la dimensión no poder acceder a información de nivel moderada, en un 18.1 %, su procrastinación académica es de nivel bajo; del 37.9 %, es de nivel moderado; del 7.8 %, es de nivel alto. También los estudiantes con nomofobia en la dimensión no poder acceder a información de nivel severa, en un 5.2 % su procrastinación académica es moderada y del 0.9 % es de nivel alto. Dimensión darse por vencido y la procrastinación académica con nivel leve, en un 23.3 %; su procrastinación académica es de nivel bajo, del 8.6 % es de nivel moderado, del 4.3 % es de nivel alto. Del mismo modo, los estudiantes con nomofobia en la dimensión darse por vencido de nivel moderado, en un 11.2 %, su procrastinación académica es de nivel bajo; del 41.4 %, es de nivel moderado; del 4.3 %, es de nivel alto. También los estudiantes con nomofobia en la dimensión darse por vencido de nivel

severo, en un 4.3 %; su procrastinación académica es moderada y del 2.6 % es de nivel alto. Dimensión: no poder comunicarse y la procrastinación académica en los estudiantes con nivel leve; en un 19.0 %, su procrastinación académica es de nivel bajo, del 3.4 % es de nivel moderado, del 3.4 % es de nivel alto. Del mismo modo, los estudiantes con nomofobia en la dimensión no poder comunicarse de nivel moderada, en un 13.8 %, su procrastinación académica es de nivel bajo; del 45.7 %, es de nivel moderado; del 6.9 %, es de nivel alto. También los estudiantes con nomofobia en la dimensión no poder comunicarse de nivel severo, en un 1.7 %, su procrastinación académica es de nivel bajo; del 5.2 % es moderada y del 0.9 % es de nivel alto. Dimensión: Perder la conexión y la procrastinación académica con nivel leve, en un 22.4 %; su procrastinación académica es de nivel bajo, del 6.9 % es de nivel moderado, del 3.4 % es de nivel alto. Del mismo modo, los estudiantes con nomofobia en la dimensión perder la conexión de nivel moderada, en un 12.1 %, su procrastinación académica es de nivel bajo; del 44.8 %, es de nivel moderado; del 6.9 %, es de nivel alto. También los estudiantes con nomofobia en la dimensión perder la conexión de nivel severa, en un 2.6 % su procrastinación académica es moderada y del 0.9 % es de nivel alto.

Gaspar (2024), en su tesis *Nomofobia en adolescentes de la Institución Educativa 1044 María Reiche Newmann, El Agustino, 2023*, propone identificar el nivel de nomofobia en adolescentes de la Institución Educativa 1044 María Reiche Newmann, El Agustino, 2023. El tipo de metodología fue de nivel descriptivo con enfoque cuantitativo, tipo básica, método teórico, diseño no experimental de tipo transversal, población 129 estudiantes, muestra censal, instrumento de cuestionario de nomofobia (NMP-Q), adaptado por Ramírez y Vargas. Los resultados del nivel de nomofobia en adolescentes de la Institución Educativa 1044 María Reiche Newmann, El Agustino, 2023; en la cual se observó que la mayoría presentó un nivel moderado (59,7 %), mientras que el nivel leve fue un 33,3 % y un grupo presentó nivel severo con un 7 %. En el nivel de nomofobia en adolescentes en su dimensión no ser capaz de acceder

a la información, la mayoría presenta nivel moderado (56,6 %), seguido del nivel leve (32,6 %) y luego el nivel severo (10,9 %). Se presentó el nivel de nomofobia en adolescentes en su dimensión de renunciar a la comodidad. La mayoría presentó nivel moderado (48,1 %); de igual manera, un grupo significativo obtuvo un nivel leve (41,1 %) y, por último, el nivel severo (10,9 %). El nivel de nomofobia en adolescentes en su dimensión no poder comunicarse: la mayoría obtuvo un nivel moderado (61,2 %), seguido del nivel leve (21,7 %) y, por último, nivel severo (17,1 %). En los resultados del nivel de nomofobia en adolescentes, en su dimensión pérdida de conexión, evidencia que la mayoría presenta un nivel leve (51,9 %), seguido del nivel moderado (41,1 %); por último, el nivel severo (7,0 %). En conclusión, el nivel de nomofobia en la mayoría de los adolescentes fue moderado, lo que los predispone a tener efectos físicos, psicológicos y dificultando su vida diaria, al no ser capaces de acceder a la información, renunciar a la comodidad y no poder comunicarse.

Amesquita (2023), en su tesis, *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022. El tipo de investigación es descriptivo de corte transversal; el diseño que se trabajó es no experimental correlacional. La población estuvo conformada por 230 estudiantes y la muestra por 144; el tipo de muestreo fue el no probabilístico según los criterios de inclusión y exclusión. El instrumento utilizado para las dos variables fue el cuestionario NMP-Q y EPA. En los resultados sobre cómo se relacionan la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes, se comprobó que los estudiantes con nomofobia leve, en un 20.1 %, tienen una procrastinación académica de nivel bajo; en un 18.8 %, procrastinación académica de nivel moderado y en un 1.4 %, procrastinación académica de nivel alto. También los estudiantes con nomofobia moderada, en un 1.4 %, tienen una procrastinación académica de nivel bajo; el 45.1

%, procrastinación académica de nivel moderado; y el 9.7 %, procrastinación académica de nivel alto. Del mismo modo, los estudiantes con nomofobia severa en un 1.4 % tienen procrastinación académica de nivel moderada y el 2.1 %, procrastinación académica de nivel alta. Con relación al nivel de nomofobia en los estudiantes, donde el 56.3 % posee nomofobia de nivel regular, el 40.3 % tiene nomofobia de nivel leve y el 3.5 % nomofobia de nivel severo. Con relación al nivel de procrastinación académica en los estudiantes, donde el 65.3 % posee procrastinación académica de nivel moderado, el 21.5 % tiene procrastinación académica de nivel bajo y el 13.2 % procrastinación académica de nivel alto. Las conclusiones indican que existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la institución educativa secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022, ya que la significancia es 0,000 y es menor a 0,05 ($p = 0,000 < 0,05$). Es decir, cuando la nomofobia sea más severa, la procrastinación académica será alta. El nivel de la nomofobia en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022, es regular en un 56.3 %, leve en un 40.3 % y severa en un 3.5 %. El nivel de la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022, es moderada en un 65.3 %, baja en un 21.5 % y alta en un 13.2 %.

Sancho (2022), en su tesis *Procrastinación y dependencia al celular en los estudiantes del nivel secundario de una institución educativa pública de Arequipa-2021*, tuvo como objetivo determinar la relación entre la procrastinación y la dependencia al celular en los estudiantes de nivel secundario de una institución educativa pública de Arequipa-2021. El estudio fue de tipo básico no experimental, de nivel descriptivo correlacional y diseño transversal. La muestra consideró a 100 estudiantes de cuarto y quinto año de edades entre 16 y 18 años. Los instrumentos usados son la escala de procrastinación en adolescentes (EPA) y la prueba de dependencia al teléfono celular (DCJ). Los resultados evidenciaron una correlación entre procrastinación y dependencia al celular; dicha correlación se representa

como muy baja, directa y significativa, lo que significa que, a mayor dependencia al celular, mayor será la procrastinación. Conclusión: Existe una correlación baja, directa y significativa entre la procrastinación y la dependencia al celular en los estudiantes de nivel secundario de una institución educativa pública de Arequipa, por cuanto a mayor procrastinación, mayor será la dependencia al celular. Se presenta un bajo nivel de procrastinación en los estudiantes de nivel secundario. Existe una relación inversa, directa entre la dependencia y la dependencia al celular, por lo que a mayor dependencia al celular, menor será la dependencia en la procrastinación.

Rengifo y Arapa (2021), en su trabajo *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes del cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021*, plantean determinar si existe relación significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca. La metodología pertenece a un diseño no experimental, de tipo correlacional, con un enfoque cuantitativo, de corte transversal. Se encuestó a 96 estudiantes con matrículas vigentes en la institución; se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia. Las características de la población evidencian que son de ambos sexos, siendo la mayoría de sexo femenino; sus edades oscilan entre 14 y 17 años. Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario de nomofobia (NMP-Q). En los resultados, si bien hay un alto porcentaje de estudiantes que presentan nomofobia leve (42.7 %), existe un grupo significativo que evidencia un nivel de nomofobia grave (20.8 %); es decir, estos estudiantes (14 a 17) tienen un miedo irracional a no llevar consigo su celular, quedarse sin su teléfono celular o simplemente sentirse obstaculizados de usar su teléfono móvil. También se aprecia en las dimensiones no poder comunicarse (47.9 %), pérdida de conexión (49.0 %), no ser capaz de acceder a la información (49.0 %) y renunciar a la comodidad (52,1 %) que la mayoría presentan un nivel de nomofobia moderado. Sin embargo, existe un grupo importante

(del 21.9 % a un 26.0 %) que presenta nomofobia grave, lo que significa que un buen grupo necesita mejorar su condición frente a la nomofobia. Finalmente, se observa que solo el 1.0 % de los estudiantes evidencia ausencia de nomofobia.

El 77.1 % de la población encuestada evidencia un nivel medio de procrastinación académica; el 15.6 % de estudiantes presenta un nivel alto; es decir, que estos estudiantes postergan sus actividades escolares reemplazándolas con actividades gratificantes, lo cual repercute significativamente en su rendimiento académico. Respecto a las dimensiones, se observa que el 95.8 % de los estudiantes presenta un nivel alto de procrastinación por autorregulación académica, lo que significa que estos estudiantes presentan dificultades para regular sus diferentes pensamientos, motivaciones y comportamientos. También se observó que el 68.8 % presenta un nivel alto de procrastinación por postergación de actividades. A partir del procesamiento estadístico, se encontró que no existe relación estadísticamente significativa ($\rho = .092$; $p > .05$) entre la nomofobia y procrastinación académica. Sin embargo, se encontró relación negativa estadísticamente significativa ($\rho = -.234$; $p < .05$) entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información y procrastinación académica; es decir, a mayor no ser capaz de acceder a la información, menor será la procrastinación académica. Como conclusión, se tuvo que no existe relación estadísticamente significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021; no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión no poder comunicarse y procrastinación académica; no existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión pérdida de conexión y procrastinación académica. Por otro lado, existe relación estadísticamente significativa entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información y la procrastinación académica en estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021; no existe relación estadísticamente significativa entre

dimensión renunciar a la comodidad y procrastinación académica en estudiantes de cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Nomofobia

En el transcurso de los años, nuevas fobias han surgido relacionadas con la sociedad moderna, como, por ejemplo, las llamadas “tecnofobias”. Algunos ejemplos de ellas son la ciberfobia (fobia a las computadoras) y la nomofobia, relacionada con los teléfonos móviles (Brosnan, 1998).

Félix et al. (2017) mencionan lo importante al considerar que el Internet y los teléfonos inteligentes son medios tecnológicos de uso cotidiano; por ello, es importante detectar, prevenir e intervenir cuando su uso se vuelve una adicción, con el fin de establecer control sobre el uso adecuado y los tiempos. La palabra “nomofobia” se originó en Inglaterra y deriva de la expresión “fobia a estar sin un teléfono móvil”. Es un término que refiere a un repertorio de comportamientos o síntomas relacionados con el uso abusivo del teléfono móvil (Amar y Sánchez, 2022).

Para León-Mejía et al. (2021), la nomofobia es el miedo a no estar cerca de un teléfono móvil. Esta conducta es calificada por los psiquiatras como compulsiva. Por otra parte, la nomofobia aún no es considerada en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-5), dependiendo de los síntomas y la forma en que se manifiesta. Según el DSM-5, una fobia específica es un trastorno de ansiedad que se caracteriza por un temor intenso e irracional causado por un estímulo particular, ya sea un objeto o una situación. Originalmente, se denominó fobia simple en el DSM-3 y en el DSM-3-TR se cambió el nombre a fobia específica. A partir de la versión del DSM-IV, se incluyeron cinco tipos de fobias específicas: fobia a la sangre/inyección/lesión, fobia a los animales, fobia al entorno natural, fobia situacional (miedo en determinadas situaciones) y otras fobias.

Gonzales (2017) indica que la nomofobia, o miedo intenso e irracional a quedarse sin el móvil, se define como el temor a ser incapaz de comunicarse a través del móvil o como un trastorno propio de la sociedad contemporánea digital, que produce ansiedad, nerviosismo, malestar y angustia cuando se pierde el contacto con el móvil o el ordenador. Este término hace referencia a la abreviatura en inglés *no mobile phone phobia* se relaciona con los usos problemáticos de internet y con los llamados trastornos del uso de internet, que producen un aumento del tiempo empleado en actividades en línea, lo cual puede llegar a perturbar la vida de un individuo. Este alude a un miedo patológico; el temor se centra en quedarse sin el teléfono móvil o no poder usarlo cuando se desea, algo que el individuo nomofóbico busca evitar a toda costa.

Armayones (2016) considera a la nomofobia como una patología tecnológica moderna, siendo un miedo irracional al quedarse sin el teléfono móvil, ya sea olvidándolo en casa o al momento de perderlo. La idea irracional de salir a la calle sin el móvil o el no estar cerca de él significa que las nuevas tecnologías hacen la vida más fácil. Asimismo, también generan adicción. Debido a los avances tecnológicos, las redes sociales y la presencia de internet, los síntomas se manifiestan cuando las personas sienten miedo excesivo e irracional a estar sin el teléfono móvil. La nomofobia es distinguida como la nueva enfermedad del siglo XXI; los sujetos con este síndrome sienten ansiedad cuando se agota la batería del móvil.

Yildirim (2014) menciona que para referirse a las personas con nomofobia se introdujeron y utilizaron otros dos términos: *nomofobó* y *nomofóbico*. Un *nomofobó* es un sustantivo y se refiere a alguien que sufre de nomofobia, y el término *nomofóbico*, por otra parte, es un adjetivo que se utiliza para describir las características de los nomofóbicos o comportamientos relacionados con la nomofobia. Asimismo, menciona 4 dimensiones acerca de la nomofobia; tales son:

- a) No poder comunicarse: Se refiere a los sentimientos de perder la comunicación instantánea con las personas y no ser capaz de utilizar los servicios que permiten una comunicación instantánea.
- b) Pérdida de conexión: Está relacionado con la sensación de perder la conectividad omnipresente que proporcionan los teléfonos inteligentes, y desconectarse de la propia identidad en línea (especialmente en los medios sociales).
- c) No ser capaz de acceder a la información: Refleja la incomodidad de perder el acceso generalizado a la información a través de los teléfonos inteligentes, siendo incapaz de recuperar información a través de teléfonos inteligentes y buscarla en ellos.
- d) Renunciar a la comodidad: Relacionados con los sentimientos de renunciar a los teléfonos inteligentes de conveniencia, proporcionan y reflejan el deseo de utilizar la conveniencia de tener un teléfono inteligente.

2.2.1.1 Causas de la nomofobia

- a) Causas sociales: Se habla de una dependencia enfermiza de este aparato que ha conseguido la falta de comunicación verbal con los demás e incluso cambiar el modo en relacionarse con las personas y familia, el uso de este teléfono móvil es una nueva adicción en estos tiempos porque, la mayor parte de nosotros conoce a alguien que hace un uso desmesurado del teléfono. Muchos jóvenes y adolescentes son fácilmente influenciados por tener un estatus social, y generalmente son personas que muestran una autoestima baja y recurren al móvil como medio de escape y para bajar su ansiedad. El uso del teléfono es actualmente tan atractivo para tantas actividades y con tantas herramientas que nos facilitan la vida y que son accesibles de manera sencilla e inmediata, incluso nos permite decidir cuando estamos disponibles y cuando no. De esta manera, el uso del teléfono va ocupando cada vez más nuestra vida cotidiana y desplazando otras actividades laborales, sociales y familiares (Tolentino et al., 2020).

b) Causas personales: Según Tolentino et al. (2020), el motivo que lleva a adquirir esta adicción se debe a la rutina y presión social que es ejercida en diversas actividades cotidianas como el trabajo, el estudio, y la sociedad en general. En la época moderna, con la tecnología a nuestro alcance, es más fácil inclinarnos a las redes sociales y escapar del estrés, sobre todo en los adolescentes, pues ellos prefieren escapar de la realidad, ya que ellos llevan una vida sedentaria que presenta las causas a nivel personal; se deben a la rutina molesta de la forma de vida. Moderna como la presión ejercida en diversos campos como el estudio, el trabajo, la sociedad, etc., muchos de los jóvenes sufren de estrés y creen que, para poder librarse de todo, necesitan estar conectados y así le dan un mayor uso e importancia al teléfono móvil. Para Escobar (2016), la necesidad de estar frecuentemente conectado a la red tiene relación con un problema de autoestima y de relación interpersonal e intrafamiliar. Incluso esta falta de autoestima y seguridad en uno mismo es una causa para desarrollar nomofobia; y esta se evidencia mucho más en la población juvenil, pues ellos necesitan ser aceptados dentro de su grupo de pares. Sin embargo, Rodríguez-García et al. (2020) manifiestan que se relaciona con diferentes problemas psicológicos, tales como el trastorno de pánico, estrés, depresión, ansiedad y la obsesión. También pueden estar asociados a la personalidad.

2.2.1.2 Síntomas de la Nomofobia

Echeburúa (2010) señala que, para identificar un problema de adicción a nivel personal o en un miembro de la familia, es importante reconocer lo siguiente:

- Dormir menos para estar conectado: La adicción al celular puede alterar el ciclo de sueño, causando cansancio, irritabilidad y dificultad para concentrarse.
- Ignoran actividades importantes: La adicción al celular puede llevar a ignorar otras actividades importantes, como el trabajo, los estudios, las relaciones sociales o el

cuidado de la salud. Esto podría tener efectos perjudiciales en la vida de la persona, como problemas laborales, académicos o personales.

- Recibir quejas de otros: Las personas cercanas a alguien adicto al celular pueden notar cambios en su comportamiento y expresar su preocupación. Estos cambios pueden incluir un cambio en el estado de ánimo, una disminución en el rendimiento académico o un aislamiento social.
- Pensar en el celular en todo momento: Incluso cuando no están conectados, las personas adictas a Internet pueden experimentar pensamientos obsesivos sobre él. Esto puede dificultar su concentración en otras tareas.
- Intentar limitar el tiempo de conexión sin conseguirlo: Las personas adictas al celular pueden intentar reducir la cantidad de tiempo que pasan conectadas, pero no pueden hacerlo. Esto puede ser el resultado de que la adicción se ha convertido en un hábito difícil de abandonar.
- Mentir sobre la cantidad de tiempo que se pasa conectado: Las personas adictas al celular pueden mentir sobre la cantidad de tiempo que pasan conectadas, ya sea para ocultar su adicción o para justificarla. Esto puede ser una señal de que su vida está siendo afectada por la adicción.
- Aislarse socialmente, mostrarse irritable y tener malas notas: Puede causar aislamiento social, irritabilidad y bajo rendimiento académico, debido a que el individuo tiene más interés en estar conectado al celular que en participar en otras actividades.
- Cuando se conecta al celular siente una sensación de euforia y activación extraña: Cuando las personas se conectan a internet, pueden experimentar euforia y activación inusuales. Esto podría ser el resultado de la liberación de dopamina, un neurotransmisor relacionado con el placer.

- Cuando el celular se encuentra al 100 % de batería siente felicidad; por consiguiente, si baja al 70 %, comienzas a sentir ansiedad. Si llega al 1 %, se presenta pánico.

2.2.1.3 Niveles de la Nomofobia

- Leve: Refiere a las personas que experimentan una leve ansiedad, por ejemplo, cuando se olvidan el teléfono en casa, tienen que pasar un día entero sin él o incluso cuando se sienten “atrapados” en un lugar sin WIFI ni señal de móvil; se manifiesta con una ansiedad no exagerada y puede llegar a ser controlada por el individuo.
- Moderada: El individuo presenta cierta dependencia o está muy apegado a su teléfono, es decir, revisa su celular mientras camina o mientras habla con un amigo, puesto que se siente ansioso cuando está desconectado.
- Grave: La persona tiene una tendencia a la ansiedad o miedo de no tener funcionando en la mano el teléfono móvil, generando problemas mentales. Así pues, le conducirá a una dependencia al celular, generando un abandono de actividades esenciales, como el sueño, horarios de alimentos, aseo personal y necesidades fisiológicas.

2.2.1.4 Consecuencias de la Nomofobia

Existen innumerables consecuencias negativas, como la falta de regulación emocional, toma de decisiones, inhibición, control impulsivo; disminuyen sus habilidades de comunicación no verbal, como la comprensión de expresiones faciales o reacciones emocionales. También pueden ser capaces de obtener algunos trastornos, como puede ser la ansiedad o inclusive llegar a tener una depresión, impulsividad y soledad; el revisar compulsivamente los mensajes y notificaciones aumenta el estrés. Además, se muestran menos sensibles hacia sus propios comportamientos e inflexibles en la comunicación. También está asociado con problemas de salud física, como una especie de calambres y dolor punzante que se produce después de mirar un teléfono durante demasiado tiempo; pueden sufrir fatiga visual

digital, visión borrosa, ojos secos, picazón y ardor en los ojos, dolor o molestia en los dedos, el cuello, la espalda y los hombros (Essau y Delfabbro, 2020).

2.2.2 Procrastinación Académica

Se entiende la procrastinación como un complejo desajuste del comportamiento que afecta en mayor o menor medida a una población de personas de diversas edades, estatus y sexo. Consiste en postergar de forma sistemática aquellas tareas que deberían llevarse a cabo, que son cruciales para el desarrollo y que son reemplazadas por otras que son irrelevantes, pero más placenteras de llevar a cabo. Es asumida popularmente como simple pereza (Society of 2000, 2006).

Ferrari y Emmons (1995, como se citó en Álvarez, 2010) mencionan que el procrastinador asume un bajo autoconcepto y pospone la finalización de las tareas, ya que se considera incapaz de desarrollar una actividad académica o en general de manera satisfactoria. Lay (1992, como se citó en Álvarez, 2010) refiere que la procrastinación es la tendencia irracional de demorar tareas que pretenden finalizarse. Ruiz (2007, como se citó en Vallejos et al., 2008) refiere que la procrastinación es la evitación o postergación consciente de lo que se percibe como desagradable o incómodo. Argumedo y Calderón (2005) mencionan que en ambientes clínicos, se han centrado en estudiar las diferencias de las conductas de postergación y de procrastinación, las primeras se describen como el habitual aplazamiento de una tarea con el objetivo de darle prioridad a una más productiva en ese momento y que no es un perjuicio para la persona; y las segundas hacen referencia a un desorden clínico caracterizado por la intención de hacer una tarea y una falta de rapidez para empezarla, para desarrollarla o para finalizarla, y que en el proceso generalmente existen sentimientos de nerviosismo o inquietud abatimiento.

2.2.2.1 Tipos de procrastinadores

Según Ospina y Vergara (2015), existen tres tipos de procrastinadores.

- a) Procrastinadores por activación, que son personas que se encuentran en constante búsqueda de sensaciones, lo que consiguen realizando las tareas a último momento, hecho que les produce esa sensación de activación y de éxito al mismo tiempo (Barrantes, 2018; Simpson y Pychyl, 2009).
- b) Procrastinadores por evasión, que suelen evitar la realización de la tarea por miedo al fracaso. Estas personas evitan desarrollar la tarea por miedo a una evaluación negativa de los otros o de sí mismos.
- c) Procrastinadores por indecisión: Son aquellos que no pueden decidir el inicio de la tarea, suelen organizarse una y otra vez, sin encontrarse conformes con lo que planean y la consecuencia final es no hacer la tarea dentro de los plazos establecidos.

2.2.2.2 Modelos teóricos de la procrastinación académica

- a) Teoría psicodinámica: El rol de la angustia al evitar una tarea fue explicada por Freud (1926, como se citó en Álvarez, 2010) en *Inhibidores, síntoma y angustia*, menciona que dicha angustia es realizada como una señal de alerta para el yo, al mostrarle el material inconscientemente reprimido que trata de emerger de modo amenazante, y una vez que esta angustia es detectada, el yo desarrolla una variedad de mecanismos de defensa que le permitan evitar la tarea.

Por su parte, Sommer (1990, como se citó en Natividad, 2014) señala que la procrastinación académica es una conducta de tipo manifiesto que expresa rebelión ante las figuras de autoridad, que en edades tempranas referían a los padres; es así como, al llegar a la escuela, el estudiante procrastina como un acto de rebeldía privada contra su docente (autoridad).

- b) Teoría Motivacional: Esta teoría sustentada por Steel y König (2006), citados por Ayala et ál. (2020), proponen unificar la teoría económica con la teoría motivacional para un mejor entendimiento del comportamiento humano; por lo que recalcan que para evitar la procrastinación se tiene que presentar una “motivación alta” seguida de una “expectativa” de éxito con un “valor” suficiente para realizar la tarea; si se cumple adecuadamente esto, la procrastinación no se llevará a cabo.

$$\text{Motivación} = \frac{\text{expectativa} \times \text{valor}}{1 + \text{impulsividad} \times \text{retraso}}$$

- c) Teoría conductual: Desde el enfoque conductual, la procrastinación se entiende como una conducta aprendida y se mantiene debido a los refuerzos inmediatos que se producen. De acuerdo con Skinner (1977, como se citó en Skinner y Belmont, 1993), las conductas se repiten cuando se generan recompensas, lo que lleva a los individuos a priorizar la gratificación inmediata frente a objetivos que requieren de esfuerzo prolongado. En este sentido, los estudiantes tienden a postergar sus responsabilidades escolares porque estas implican beneficios a largo plazo, mientras que la procrastinación ofrece recompensas inmediatas que refuerzan este comportamiento (Ferrari y Emmons, 1995, como se citó en Chan, 2011). Asimismo, la procrastinación se define como el aplazamiento de tareas poco atractivas para realizarlas posteriormente (Quant y Sánchez, 2012). Estas conductas se aprenden desde la infancia y se fortalecen con el tiempo, ya que ha sido condicionado a postergar una actividad por una recompensa a corto plazo; esto conlleva retrasar los esfuerzos de desarrollar una tarea (Carranza y Ramírez, 2013).

d) Teoría cognitiva: Esta teoría plantea que la procrastinación está asociada con un procesamiento de la información de carácter disfuncional, donde los individuos mantienen una reflexión constante sobre su tendencia a postergar tareas. Esta forma de pensamiento favorece la aparición de esquemas cognitivos desadaptativos que afectan de manera negativa el desempeño académico y personal, generando percepciones de incapacidad y temor al rechazo social al momento de cumplir con una tarea determinada (Wolters, 2003). Asimismo, se evidencia que cuando las personas no logran alcanzar sus metas establecidas, desarrollan pensamientos obsesivos y presentan dificultades para planificar, organizar y administrar su tiempo, lo que conlleva un bajo rendimiento y reiteradas experiencias de fracaso (Stainton et al. 2000, como se citó en Wolters, 2003).

Valle (2017) señala que la perspectiva cognitiva está vinculada a los pensamientos, ya que estos suelen mantenerse relativamente estables en la vida diaria de las personas. Al momento en que los individuos deciden llevar a cabo una actividad, sus esquemas mentales influyen al advertirles sobre su capacidad para realizar una tarea específica. Estos pensamientos surgen de manera automática y pueden convertirse en un elemento decisivo para el logro o fracaso de la persona.

e) Teoría cognitivo-conductual: Según Ellis y Knaus (2002), refieren que la procrastinación se origina a partir de creencias irracionales que la persona tiene sobre sí misma y sobre la capacidad para afrontar las tareas, lo cual genera malestar a nivel cognitivo conductual y emocional. En este sentido, la persona llega a creer que no es capaz de realizar una actividad o que no podrá tolerar la frustración que esta le produce, lo que la lleva a postergarla. Se describe un ciclo repetitivo de once pasos que caracterizan un comportamiento procrastinador:

- Desea realizar una tarea
- Toma la decisión de hacerlo
- Retrasa innecesariamente
- Observa la desventaja
- Continúa posponiendo las tareas
- Se regaña por procrastinador
- Continúa postergando
- Completa tareas en el último minuto
- Se siente fastidiado
- Se asegura de no postergar de nuevo y
- Poco después, vuelve a procrastinar

Durante este proceso, la persona experimenta sentimientos desagradables como ansiedad, depresión y desesperación, acompañados de baja autoestima y sentimientos de incapacidad, lo que fortalece aún más las creencias irracionales y perpetúa la procrastinación. Por ello, el enfoque cognitivo-conductual se considera un modelo adecuado para explicar y comprender este comportamiento (Ellis y Knaus, 2002).

Modelo ABC de Ellis

Laureano y Ampudia (2019) indican que Albert Ellis, en su teoría de la terapia racional emotiva, propuso el modelo ABC para complementar el estudio de la procrastinación. El fundamento principal de este modelo es el contenido y la forma de pensar de la persona; es decir, la manera en que interpreta circunstancias y las creencias que ha desarrollado sobre sí mismo, las demás personas y el mundo en general. El modelo ABC establece que A representa el evento activo, el cual puede ser real o imaginado; B constituye las interpretaciones o creencias respecto a ese evento, y C las consecuencias (Ellis, 1999).

Por otro lado, Álvarez (2010) señaló que existen dos tipos de procrastinación, que son:

- Procrastinación general: “Es la tendencia a demorar o evitar tareas en general que deben ser completadas en cierto periodo de tiempo” (p. 164).
- Procrastinación académica: “Es la tendencia de siempre o casi siempre posponer tareas académicas que se le asignan a los alumnos” (p. 164).

A su vez, Steel (2007, como se citó en Manzanares, 2018) señala que la procrastinación se debe a una falla en el proceso de autorregulación, ya que este permite activar y mantener pensamientos, conductas y emociones que se orientan a conseguir metas personales.

Por su parte, Busko (1998) alude a que el principal indicador de la procrastinación académica es el perfeccionismo, para el cual, a través del modelo factorial, estudia la serie de variables que intervienen en este proceso. El esquema trabajado por el autor maneja diez variables de tipo exógenas: la psicológica social (autoridad parental y autoeficacia), la social demográfica (nivel socioeconómico, estado civil, número de hermanos y comunidad de origen) y las variables individuales (edad, sexo, nivel de estudios); por otra parte, señala tres variables de tipo endógenas: el logro académico, el perfeccionismo auto orientado y la procrastinación académica.

Dimensiones de la procrastinación académica

a. Autorregulación Académica

Es un proceso activo en el que se desarrollan objetivos para alcanzar un determinado grado de aprendizaje mediante el seguimiento, la regulación y la dirección de la motivación y el comportamiento de los alumnos. Además, examina la capacidad de los alumnos para gestionar y controlar sus ideas, motivaciones y comportamientos. En pocas palabras, la autorregulación es un proceso proactivo y constructivo de reacciones dirigidas a la consecución de objetivos de aprendizaje (Álvarez, 2010).

b. Postergación de Actividades

Es una tendencia a posponer las acciones, que se refiere a la sustitución de temas que requieren importancia y urgencia por tareas irrelevantes y transitorias. Este aplazamiento de las actividades académicas afecta a la capacidad de toma de decisiones de los jóvenes, ya que son incapaces de elegir entre realizar su trabajo o satisfacer los placeres de su entorno (Alvarez, 2010).

2.3 Definición de términos básicos

- **Autorregulación:** Capacidad que tiene una persona para controlar y dirigir sus pensamientos, emociones y comportamientos hacia el logro de sus objetivos, especialmente en contextos de aprendizajes. Transformar habilidades mentales en habilidades académicas a través de la planificación y la autorreflexión sobre su propio desempeño (Zimmerman, 2000).
- **Autorregulación académica:** Hace referencia a la capacidad del estudiante para planificar, supervisar, s y evaluar sus propios procesos de aprendizaje, incluyendo así sus habilidades como la gestión de sus tiempos, establecerse metas, automotivación y el uso de estrategias cognitivas y metacognitivas para cumplir con sus tareas académicas (Zimmerman, 2002).
- **Incapacidad para comunicarse:** Sentimiento de no poder contactar con la gente y ser contactado y de no poder utilizar los servicios que permiten la comunicación instantánea (Yildirim y Correia, 2015).
- **No ser capaz de acceder a la información:** Incomodidad ante la pérdida de acceso a la información de internet y la imposibilidad de recuperar y buscar información a través del móvil (Yildirim y Correia, 2015).

- **Nomofobia:** Trastorno del siglo XXI caracterizado por generar malestar o ansiedad cuando se está fuera de contacto tanto con el teléfono móvil como con el ordenador (King et al. 2010).
- **Perdida de conexión:** Sensación de perder la conectividad y de estar desconectados de su identidad en línea (especialmente en las redes sociales) (Yildirim y Correia, 2015).
- **Postergación de actividades:** Consiste en retrasar de manera intencional las responsabilidades académicas como las tareas, proyectos, estudiar para un examen, etc. Aun cuando se conoce las consecuencias negativas de estas, estos aplazamientos están influenciado por factores emocionales, motivacionales y cognitivos que se manifiesta en dejar para último momento la realización de trabajos académicos (Steel, 2007).
- **Procrastinación académica:** Propensión a postergar tareas o trabajos que guardan relación con los estudios, como estudiar a última hora para un examen, entrega de trabajos, tareas, aun sabiendo que la demora de estas podría tener consecuencias negativas. Fracaso en autorregulación, retrasar voluntariamente una acción planificada (Steel, 2007).
- **Renunciar a la comodidad:** Sentimiento de renuncia a la comodidad que proporcionan los móviles con todos los servicios y aplicaciones que ofrecen (Yildirim y Correia, 2015).

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis

3.1.1 Hipótesis General

Ha: Existe relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

H0: No existe relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

3.1.2 Hipótesis Específicas

Hipótesis específica 1

Ha: Existe una relación entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

H0: No existe una relación entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Hipótesis específica 2

Ha: Existe relación entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

H0: No existe relación entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Hipótesis específica 3

Ha: Existe relación entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

H0: No existe relación entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Hipótesis específica 4

Ha: Existe relación entre la dimensión perdida de conexión de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

H0: No existe relación entre la dimensión perdida de conexión de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Hipótesis específica 5

Ha: Existe relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

H0: No existe relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Hipótesis específica 6

Ha: Existe relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

H0: No existe relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

3.2 Definición de Variables

3.2.1 Nomofobia:

Miedo irracional o ansiedad intensa que experimenta una persona al no tener acceso a su teléfono móvil o no poder utilizarlo. Caracterizada por una necesidad constante de estar conectado y disponible a través del dispositivo (Yildirim y Correa, 2015).

3.2.2 Procrastinación Académica:

Conducta de posponer la realización o culminación de actividades escolares que usualmente está asociado a consecuencias académicas negativas como bajas notas y abandono de cursos (Álvarez, 2010).

3.3 Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICION CONCEPTUAL	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	VALORACION
V1: NOMOFobia	“La nomofobia es una patología moderna de aparición reciente que es conceptualizada como el miedo a quedarse sin el móvil ya sea momentáneamente o para siempre” (Correia y Yidirim, 2015, p.2).	La nomofobia es el miedo patológico a quedarse sin el equipo móvil, evaluado con el Cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) elaborada por Yildirim y Correia (2016). Compuesto por cuatro dimensiones.	Incapacidad para comunicarse Perdida de conexión No ser capaz de acceder a la información. Renunciar a la comodidad	10,11,12,13,14,15 y 16 17,18,19,20 1,2,3,4 5,6,7,8,9	Es de tipo Likert del 1 al 7. 1= Totalmente en desacuerdo. 7= totalmente de acuerdo
V2: PROCRASTINACIÓN	“La procrastinación académica es la acción de evadir una actividad de comprometerse algún trabajo, pero se lo deja para último momento excusa o se justifica para huir de la tarea académica”. (Busko 1998, p.4).	La procrastinación es el retraso voluntario de una actividad académica medido mediante la Escala de Procrastinación Académica (EPA) elaborada por Busko (1988), compuesta por dos dimensiones.	Autoregulación académica Postergación de actividades	2,5,6,7,10,11,12,13,14 1,3,4,8,9,15,16	Es de tipo Likert del 1 al 5 Siendo: 1= nunca y 5= siempre

Nota. Elaboración propia.

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA

4.1 Método, tipo y niveles de investigación

El método fue hipotético deductivo, el cual se caracteriza por partir de fundamentos teóricos previos para formular hipótesis que posteriormente son contrastadas mediante la observación y el análisis empírico de los datos. Hernández-Sampieri et al. (2014) señalan que este método sigue una lógica que va de lo general a lo particular y permite someter a prueba proposiciones teóricas a través de procedimientos sistemáticos.

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, debido a que las variables nomofobia y procrastinación académica fueron medidas mediante instrumentos estructurados, lo que permitió la obtención de datos numéricos y su posterior análisis estadístico. De acuerdo con Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), este enfoque se orienta a la medición objetiva de las variables y a la verificación de hipótesis con base en el análisis estadístico, lo cual resulta pertinente para examinar la relación entre fenómenos observables.

En cuanto al tipo de investigación, esta fue de carácter básico, dado que su finalidad principal fue contribuir al conocimiento teórico existente sobre la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica, sin perseguir una aplicación práctica inmediata. Según Hernández-Sampieri et al. (2014), la investigación básica se centra en ampliar y profundizar el conocimiento científico, permitiendo una mejor comprensión de los fenómenos estudiados.

Respecto al nivel de investigación, el estudio fue descriptivo-correlacional, ya que, en una primera etapa, se describieron las características de la nomofobia y la procrastinación académica en la población de estudio y, posteriormente, se analizó el grado de asociación entre ambas variables. Hernández-Sampieri et al. (2014) indican que los estudios descriptivos permiten detallar

las propiedades de las variables, mientras que los correlacionales buscan identificar la relación existente entre ellas, sin establecer vínculos causales.

4.2 Diseño de la investigación

El diseño fue no experimental, debido a que las variables no se manipularon intencionalmente, sino observadas tal como se presentan en su contexto natural. Hernández-Sampieri et al. (2014) indican que en este tipo de diseño el investigador se limita a analizar los fenómenos sin intervenir en ellos. Asimismo, el estudio fue de corte transversal, ya que la recolección de datos se realizó en un solo momento del tiempo, con el propósito de analizar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en un periodo específico (Hernández-Sampieri y Mendoza, 2018).

4.3 Población

La población del presente trabajo de investigación estuvo conformada por los estudiantes que únicamente pertenecen a la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos, de nivel secundario, que corresponde a los grados de 3ro a 5to, de edades entre los 14 a 17 años, con el total de población de 105 estudiantes.

4.4 Muestra

Para el presente estudio se ha considerado como muestra al total de la población que son 105 estudiantes que cursan entre el tercer y quinto de secundaria matriculados en el año lectivo 2025, de junio a julio, las edades oscilan entre 14 y 17 años de ambos géneros masculino y femenino. A la aplicación del presente estudio se logró aplicar los cuestionarios a 104 estudiantes. Tavakol y Dennick (2011) señalan que para estudios correlacionales y descriptivos en poblaciones finitas, un tamaño de muestra superior a 100 participantes es considerado suficiente para garantizar

la fiabilidad de las estimaciones estadísticas, siempre que se mantenga un nivel de confianza del 95 % y un margen de error del 5 %.

4.4.1 Tipos de Muestreo

Se utilizó el muestreo probabilístico, ya que todos los individuos de la población tienen la misma probabilidad de ser seleccionados, este tipo de muestreo se caracteriza por basarse en procedimientos aleatorios, lo que contribuye a la representatividad de la muestra y a la validez de los resultados obtenidos.

Al respecto, Hernández-Sampieri et al. (2014) señalan que el muestreo probabilístico permite realizar inferencias estadísticas a partir de la muestra hacia la población, siempre que se respeten los principios de aleatoriedad y tamaño muestral adecuado. En este sentido, la aplicación de este tipo de muestreo resultó pertinente para analizar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica, ya que favorece la generalización de los resultados dentro del contexto de estudio.

Asimismo, Hernández-Sampieri y Mendoza (2018) indican que el uso del muestreo probabilístico es especialmente recomendable en investigaciones de enfoque cuantitativo y de nivel correlacional, debido a que reduce el sesgo de selección y fortalece la confiabilidad de los hallazgos.

4.4.2 Criterios de Inclusión

- Estudiantes matriculados en el presente año lectivo en la Institución Educativa Mariano Santo de Urcos – Cusco - 2025.
- Estudiantes pertenecientes a tercero, cuarto y quinto de secundaria
- Estudiantes con rango de edades de 14 a 17 años

- Estudiantes que contaban con el consentimiento informado, firmado por los padres de familia o apoderados.
- Estudiantes que asistieron el día de la aplicación de los instrumentos.

4.4.3 Criterios de Exclusión

- Estudiantes que no se matricularon en el presente año lectivo en la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.
- Estudiantes que no pertenezcan al tercero, cuarto y quinto de secundaria.
- Estudiantes que no estuvieron dentro del rango de 14 a 17 años.
- Estudiantes que no cuenten con el consentimiento informado, firmado por los padres de familia o apoderados.
- Estudiantes que no asistieron el día de la aplicación de los instrumentos.

4.4 Técnica de Recolección de Datos

Para la presente investigación, que tuvo como propósito analizar la relación que existe entre la nomofobia y la procrastinación en los estudiantes del colegio Mariano Santo de Urcos – Cusco - 2025, utilizamos la técnica de la encuesta, ya que esta nos “permitió obtener información de una muestra significativa mediante un cuestionario que se aplica de forma uniforme y controlada” (Hernández et al. 2014, p. 220).

Para el presente estudio se aplicaron los cuestionarios:

4.4.1 Ficha Técnica Cuestionario de Nomofobia NMP-Q

Nombre original	Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)
Traducción	Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q)
Autores	Caglar Yildirim y Ana-Paula Correia
Procedencia	Estados Unidos
Año	2015
Autores de la versión española	Ana León-Mejía, Esther Calvete, Carmen Patino-Alonso, Juan M. Machimbarrena, Joaquín Gonzales-Cabrera.
Año	2019
Población Objetivo	Su administración inicial fue en estudiantes universitarios, aunque se ha generalizado a adolescentes, jóvenes y adultos en general.
Ítems	Está compuesto por 20 ítems
Tiempo	Entre 10 y 15 minutos.
Rango de puntuaciones	Varía entre 20 y 140 puntos. La puntuación más alta se relaciona con mayor nivel de nomofobia.
Dimensiones	Incapacidad para comunicarse (7 ítems); Pérdida de conexión (4 ítems); No ser capaz de acceder a la información (4 ítems); Renunciar a la comodidad (5 ítems)
Alternativas	De 1 (totalmente en desacuerdo) hasta el de 7 (totalmente de acuerdo)

Administración	Individual o en colectivo.
Propiedades psicométricas	Respecto a las propiedades psicométricas originales, León-Mejía et al. (2021) señalan que el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) establecieron un modelo jerárquico de cuatro factores con uno de orden superior con valores de ajuste adecuados (CFI=.980, NNFI=.977, RMSEA=.072, SRMR=.063); la confiabilidad encontró coeficiente de $\omega=.78$ y $\omega=.92$. se concluye que el NMP-Q permite evaluar de forma adecuada la nomofobia.
Autores versión adaptada al Perú	Adaptada al contexto nacional por Ramírez y Vargas (2018), este instrumento permite medir la nomofobia en adolescentes, jóvenes y adultos, tanto hombre como mujeres.
Año	2018.
Niveles	La calificación presenta tres niveles: Bajo (20-60 puntos) Medio o Moderado (61-100 puntos) Severo (101-140 puntos) Incapacidad para comunicarse (ítems 10,11,12,13,14,15,16)
Ítems por dimensiones	Perdida de conexión (ítems 17,18,19,20), No ser capaz de acceder a la información (ítems

1,2,3,4)

Renunciar a la comodidad (ítems 5,6,7,8,9)

Validez

Para la validación del instrumento Cuestionario de nomofobia (NMP-Q), Ramírez y Vargas lo validaron mediante el juicio de 10 expertos. De los 20 ítems, 2 obtuvieron una V de Aiken 0,80; 8 obtuvieron una V de Aiken de 0,90 y 10 obtuvieron una V de Aiken de 1,00. En general, el cuestionario obtuvo una V de Aiken total de 0,94, lo que indica que es válido para medir la nomofobia.

Confiabilidad

Para la confiabilidad del instrumento Cuestionario de nomofobia (NMP-Q), Ramírez y Vargas, usaron una muestra de 98 estudiantes y la confiabilidad del cuestionario de nomofobia se evaluó mediante el estadístico Alpha de Cronbach. Las cuatro dimensiones del cuestionario obtuvieron los siguientes valores de confiabilidad: No ser capaz de acceder a la información (NCI): 0,807; renunciar a la comodidad (RC): 0,829; no poder comunicarse (NPC): 0,937; pérdida de conexión (PC): 0,869. El puntaje total del cuestionario obtuvo un valor de confiabilidad de 0,942. De hecho, este valor se considera excelente, ya que supera el valor mínimo recomendado de 0,7.

4.4.2 Escala de Procrastinación Académica en Adolescentes (EPA)

Escala	Escala de Procrastinación Académica
Autor	Deborah Ann Busko
País	Ontario, Canadá
Ítems Escala de Procrastinación Académica (EPA)	16 reactivos
Administración	Individual o colectiva
Tiempo	Entre 8 a 12 minutos y el tiempo total de aplicación del objetivo de la prueba no suele superar los 17 minutos
Escala	Tipo Likert – cinco puntos 1. Siempre (me ocurre siempre) 2. Casi siempre (me ocurre mucho) 3. A veces (me ocurre alguna vez) 4. Pocas veces (me ocurre pocas veces o casi nunca) 5. Nunca (no me ocurre nunca)
Confiabilidad	Utilizo la consistencia interna a través del coeficiente Alfa de Cronbach. Los resultados indican que se obtuvo un coeficiente alfa para la procrastinación general de 0.82 y de 0.86 para la académica. Los errores de medición obtenidos alcanzaron valores de 0.191 y 0.123, respectivamente.

Validación Perú

Álvarez Blas, Óscar Ricardo, Procrastinación académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana.

Año

2010

Confiabilidad escala de procrastinación académica (EPA)

Se observa que el coeficiente de consistencia interna Alfa de Cronbach asciende a 0.80, lo que permite concluir que la EPA presenta confiabilidad

El análisis de la validez de constructo de la EPA efectuado con la aplicación del análisis factorial exploratorio, permite observar que:

a) La medida de adecuación del muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin alcanza un valor de 0.80, lo cual indica que las variables tienen un adecuado potencial explicativo.

Análisis factorial escala de procrastinación académica (EPA)

b) El test de esfericidad de Bartlett alcanza un valor que es significativo (Chi- cuadrado = 701.95p<.05), lo cual indica que las correlaciones entre los ítems del instrumento son lo suficiente elevados como para continuar con el análisis factorial.

Calificación

Escala de procrastinación académica (EPA; Busko, 1998). Se utilizó la adaptación a universitarios limeños

(Domínguez et al. 2014) que consta de dos dimensiones, Postergación de actividades (siete ítems) y Autorregulación académica (nueves ítems). Los ítems cuentan con cinco opciones de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre, Siempre). La interpretación de los puntajes es directa: a mayor puntaje, mayor presencia de la conducta evaluada.

Al corregirse en escala invertida, mientras más alto es el puntaje, la autorregulación es menor. Mientras más puntué la persona, mayor es su tendencia a postergar.

En lo que concierne a la corrección de la escala, cabe precisar algunos aspectos: el factor 1 (Autorregulación académica), al corregirse en escala invertida, mientras más alto es el puntaje, la autorregulación es menor. En cuanto al factor 2 (Postergación de Actividades), mientras más puntué la persona, mayor es su tendencia a postergar.

La calificación presenta tres niveles:

0-39 Baja

40-53 Moderada-Promedio

54-80 Alta.

Niveles

Normas de corrección y calificación

Para la corrección de la escala se debe considerar los cuestionarios que tengan todos los ítems contestados.

Las puntuaciones directas representan la suma de todos los ítems que conforman la escala total y cada una de las dimensiones, teniendo en cuenta los ítems con puntuaciones inversas (1, 3, 4, 8, 9,16). Escala total: se obtiene mediante la suma de todos los ítems del instrumento. PD (EPA) Ítem 1+ ítem 2 + ítem 3+ ítem 4 + ítem 5 + ítem 6 + ítem 7 + ítem 8 + ítem 9 + ítem 10 + ítem 11 + ítem 12 + ítem 13 + ítem 14 + ítem 15 + ítem 16. Donde el puntaje mínimo será 16 puntos y el máximo será 80 puntos.

Dimensión autorregulación académica: Se obtiene mediante la suma de 9 ítems del instrumento. PD (AA): ítem 2 + ítem 5 + ítem 6 + ítem 7 + ítem 10 + ítem 11 + ítem 12 + ítem 13 + ítem 14. Donde el puntaje mínimo será 9 puntos y el máximo será 45 puntos.

Dimensión postergación de actividades: Se obtiene mediante la suma de 7 ítems del instrumento. PD (PA): ítem 1 + ítem 3 + ítem 4 + ítem 8 + ítem 9 + ítem 15 + ítem 16. Donde el puntaje mínimo será 7 y el máximo será 35 puntos.

4.5 Procedimiento de Recolección de Datos

- a) Se solicitó autorización a las autoridades pertinentes de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025, para realizar la aplicación de ambos cuestionarios a los estudiantes de manera presencial.
- b) El Comité de Ética de la Universidad Continental realizó una evaluación y aprobación de la aplicación de los consentimientos informados y la aplicación de los cuestionarios a los estudiantes de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.
- c) Se realizó la coordinación del horario para la aplicación de los cuestionarios con el director y docentes responsables del horario académico, con el fin de no interrumpir las clases, el tiempo estimado no será mayor a 20 minutos, ya que los reactivos son cortos y fáciles de comprender.
- d) Se envió y recibió los consentimientos informados para los padres o apoderados.
- e) Los investigadores nos apersonamos a los salones en los horarios establecidos con los paquetes armados y con un consentimiento informado para el estudiante, así como el voluntario asentimiento de los estudiantes. Se garantizó confidencialidad y anonimato en sus respuestas.
- f) Se explicó el objetivo del presente estudio, seguidamente se leyeron las instrucciones de los cuestionarios en voz alta junto con los estudiantes y se respondió toda la interrogante que hubo.
- g) Se recogieron los paquetes y se verificó que toda la información este rellena por el estudiante.

4.6 Técnicas de Análisis de Datos

La técnica que se utilizó en el procesamiento de datos fue la de estadística descriptiva que consiste en “resumir y describir información de manera clara y comprensible los datos recolectados mediante medidas numéricas y tablas figuras o gráficos” (Rendón et al. 2016, 397-407).

Para esto se emplearon tablas estadísticas y se procesó la información mediante el paquete estadístico SPSS V27. Se hizo la descripción de cada variable para analizar la relación que existe entre las variables de estudio y sus dimensiones para responder a las preguntas de investigación y objetivos planteados.

CAPÍTULO V

RESULTADOS

5.1 Presentación de Resultados

Para el cumplimiento del supuesto de normalidad se evaluó los datos mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar el apropiado uso de técnicas paramétricas o no paramétricas.

Tabla 1

Prueba de Normalidad

Kolmogorov-Smirnov^a

	Estadístico	gl	Sig.
Nomofobia	0.090	104	0.036
Procrastinación Académica	0.085	104	0.060

Los resultados muestran que la variable nomofobia obtuvo un valor de $p=0.036$, mientras que la variable procrastinación académica presenta un valor de $p=0.060$. De acuerdo con el criterio convencional ($p < 0.05$), los datos de nomofobia no siguen una distribución normal, mientras que los datos de procrastinación académica si presentan una distribución normal ($p > 0.05$). Los resultados nos muestran datos no paramétricos y por ello para las correlaciones de nuestras variables se utilizó el coeficiente de Spearman.

Regla de decisión

Si $p < 0,05$ rechazamos la H_0 y aceptamos la H_a

Si $p > 0,05$ aceptamos la H_0 y rechazamos la H_a

A. Resultados para el Objetivo general

Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco – 2025.

Tabla 2

Correlación entre la nomofobia y la procrastinación Académica

			Nomofobia	Procrastinación
Rho de Spearman	Nomofobia	Coefficiente de correlación	1.000	,274**
		Sig. (bilateral)		0.005
		N	104	104
	Procrastinación	Coefficiente de correlación	,274**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.005	
		N	104	104

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Se aplicó la prueba Rho de Spearman para analizar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica (N=104). Se obtuvo una correlación positiva baja ($\rho = 0.274$) con significancia estadística ($p = 0.005 < 0.05$). Por lo tanto, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna, concluyendo que existe relación significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica.

B. Resultados para el objetivo específico 1

Nivel de Nomofobia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos - Cusco – 2025.

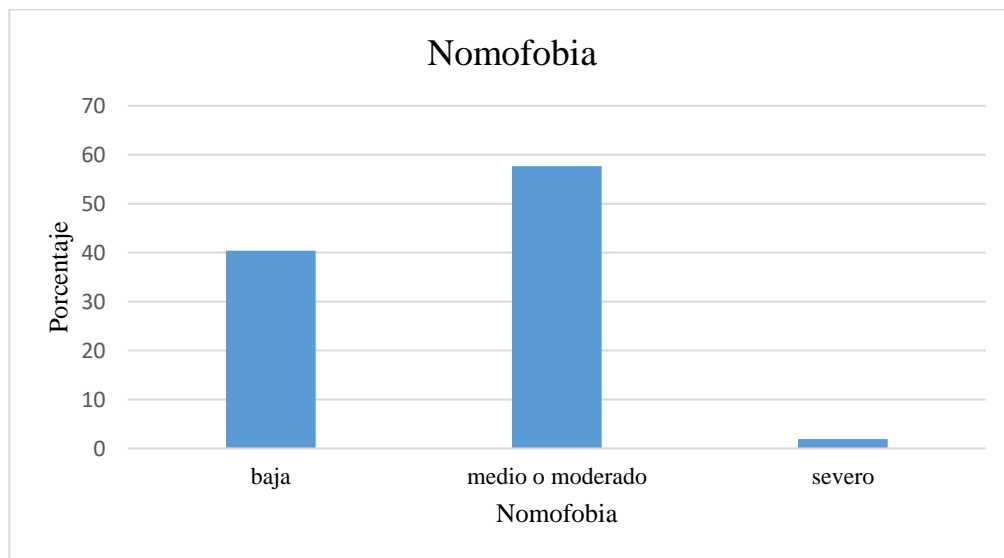
Tabla 3

Nivel de Nomofobia

Nomofobia		
	N	%
Baja	42	40.4%
Medio o moderado	60	57.7%
Severo	2	1.9%

Figura 1

Niveles de Nomofobia



Los resultados muestran que el 40.4 % presenta nivel bajo, el 57.7 % nivel moderado y el 1.9 % nivel severo de nomofobia. Predomina el nivel moderado en la muestra evaluada.

C. Resultados para el objetivo específico 2

Nivel de Procrastinación Académica en Estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

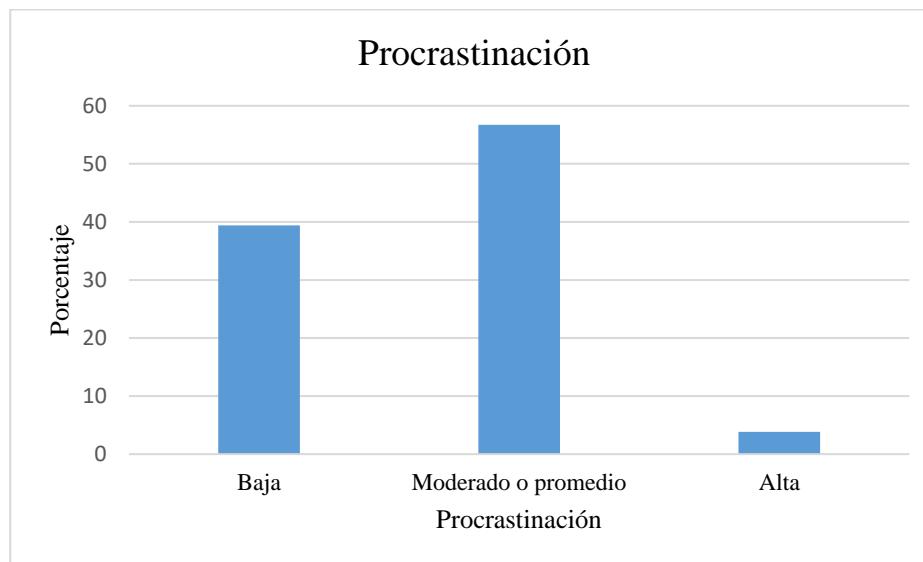
Tabla 4

Nivel de procrastinación académica

Procrastinación Académica		
	N	%
Baja	41	39.4%
Moderado o promedio	59	56.7%
Alta	4	3.8%

Figura 2

Niveles de la procrastinación académica



El 39.4 % presenta nivel bajo, el 56.7 % nivel moderado y el 3.8 % nivel alto de procrastinación académica. Predomina el nivel moderado.

D. Resultados para el objetivo específico 3

Determinar la relación de nomofobia y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Tabla 5

Correlación entre Nomofobia y Autorregulación Académica

		Nomofobia		Autorregulación académica	
Rho de Spearman	Nomofobia	Coeficiente de correlación	1.000	,260**	
		Sig. (bilateral)		0.008	
		N	104	104	
	Autorregulación académica	Coeficiente de correlación	,260**	1.000	
		Sig. (bilateral)	0.008		
		N	104	104	

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Se encontró una correlación positiva baja ($\rho = 0.260$) y significativa ($p = 0.008 < 0.05$). Se rechaza la hipótesis nula y se concluye que existe relación significativa entre nomofobia y autorregulación académica.

E. Resultados para el objetivo específico 4

Correlación de nomofobia y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Tabla 6

Correlación de Nomofobia y Postergación de Actividades

			Nomofobia	Postergación de actividades
Rho de Spearman	Nomofobia	Coeficiente de correlación	1.000	0.165
		Sig. (bilateral)		0.094
		N	104	104
	Postergación de actividades	Coeficiente de correlación	0.165	1.000
		Sig. (bilateral)	0.094	
		N	104	104

Se obtuvo una correlación positiva muy baja ($\rho = 0.165$) no significativa ($p = 0.094 > 0.05$).

No se rechaza la hipótesis nula. No existe relación estadísticamente significativa.

F. Resultado para el objetivo específico 5

Correlación de incapacidad para comunicarse y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Tabla 7

Correlación de Incapacidad Para Comunicarse y Procrastinación Académica

			D1. Incapacidad para comunicarse	Procrastinación Académica
Rho de Spearman	D1. Incapacidad para comunicarse	Coefficiente de correlación	1.000	,273**
		Sig. (bilateral)		0.005
		N	104	104
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	,273**	1.000
		Sig. (bilateral)	0.005	
		N	104	104

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Se halló correlación positiva baja ($\rho = 0.273$) significativa ($p = 0.005 < 0.05$). Se rechaza la hipótesis nula. Existe relación significativa entre la dimensión incapacidad para comunicarse y procrastinación académica

G. Resultado para el Objetivo específico 6

Correlación de Perdida de Conexión y Procrastinación Académica en Estudiantes de Secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Tabla 8

Correlación de Perdida de Conexión y Procrastinación Académica

			D2. Perdida de conexión	Procrastinación Académica
Rho de Spearman	D2. Perdida de conexión	Coefficiente de correlación	1.000	0.127
		Sig. (bilateral)		0.198
		N	104	104
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	0.127	1.000
		Sig. (bilateral)	0.198	
		N	104	104

Se obtuvo correlación positiva muy baja ($\rho = 0.127$) no significativa ($p = 0.198 > 0.05$). No se rechaza la hipótesis nula. No existe relación significativa entre dimensión perdida de conexión y procrastinación académica.

H. Resultados para el objetivo específico 7

Correlación de no ser capaz de acceder a la información y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.

Tabla 9

Correlación de No ser Capaz de Acceder a la Información y Procrastinación Académica

		D3. No ser capaz de acceder a la información		
		Procrastinación Académica		
Rho de Spearman	D3. No ser capaz de acceder a la información	Coefficiente de correlación	1.000	0.183
		Sig. (bilateral)		0.063
		N	104	104
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	0.183	1.000
		Sig. (bilateral)	0.063	
		N	104	104

Se encontró correlación positiva muy baja ($\rho = 0.183$) no significativa ($p = 0.063 > 0.05$). No se rechaza la hipótesis nula. No existe relación significativa entre dimensión no ser capaz de acceder a la información y procrastinación académica.

I. Resultados para el objetivo específico 8

Renunciar a la comodidad y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos - Cusco – 2025.

Tabla 10

Renunciar a la Comodidad y Procrastinación Académica

		D4. Renunciar a la comodidad	Procrastinación Académica
Rho de Spearman	D4. Renunciar a la comodidad	Coefficiente de correlación	,294**
		Sig. (bilateral)	0.002
		N	104
	Procrastinación académica	Coefficiente de correlación	,294**
		Sig. (bilateral)	0.002
		N	104

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Se obtuvo correlación positiva baja ($\rho = 0.294$) significativa ($p = 0.002 < 0.05$). Se rechaza la hipótesis nula. Existe relación significativa entre esta dimensión y la procrastinación académica.

5.2 Discusión de resultado

El propósito del presente estudio fue concretar la existencia de una relación entre la nomofobia y la procrastinación académica; a partir del procesamiento estadístico que mostró un valor de ($p=0.005$, $<0,05$), se demuestra que existe una correlación. Estos hallazgos se respaldan con el estudio realizado por Amesquita (2023), en estudiantes de nivel secundario de la Institución Educativa Gran Unidad Escolar San Juan Bosco (2022), quien encontró una relación significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica ($p=<.05$). Estos resultados muestran que, cuando los niveles de nomofobia son regulares, el nivel de procrastinación académica aumenta considerablemente. De igual manera, Apaza (2024), en su estudio realizado en estudiantes de la Institución Educativa Cesar Vallejo Mendoza Upina – Ituata, reportó hallazgos similares a los obtenidos en esta investigación, cuyos análisis reportan que existe una correlación entre la nomofobia y la procrastinación académica; es decir, a mayores niveles de nomofobia, mayor presencia de procrastinación académica.

Los resultados en cuanto a los niveles de nomofobia evidencian que la nomofobia se manifiesta en niveles moderados entre los estudiantes de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos, con un 57,7 % de la muestra ubicada en este nivel, seguido por un 40,4 % que presenta un nivel bajo y un porcentaje mínimo (1,9 %) que alcanza un nivel severo. Estos hallazgos indican que, si bien la mayoría de los estudiantes no presenta una ansiedad por no tener el teléfono móvil, existe una proporción considerable que experimenta malestar o ansiedad ante la imposibilidad de acceder a su dispositivo, lo cual puede repercutir de manera progresiva en su desempeño académico. Los resultados obtenidos guardan coherencia con lo reportado por Amesquita (2023), quien identificó que el 56,3 % de los estudiantes presentaba un nivel moderado de nomofobia, el 40,3 % un nivel leve y solo el 3,5 % un nivel severo. Asimismo, el estudio de Apaza (2024)

evidenció una tendencia similar, al señalar que el 54,3 % de los estudiantes se ubicó en el nivel moderado, mientras que el 34,5 % presentó un nivel leve y el 11,2 %, un nivel severo. Estas coincidencias permiten afirmar que la nomofobia moderada constituye un patrón recurrente en estudiantes del nivel secundario, lo que sugiere una dependencia funcional del teléfono móvil asociada a hábitos cotidianos de comunicación, entretenimiento y acceso a información. No obstante, los resultados difieren de los hallazgos reportados por Ramsses et al. (2025), quien encontró que más del 90 % de los estudiantes de nivel superior evaluados presentaban riesgo de desarrollar nomofobia o ya manifestaban esta condición en distintos grados. Esta diferencia puede explicarse por factores contextuales y evolutivos, tales como la mayor autonomía en el uso de dispositivos móviles, la menor supervisión familiar, aspectos que incrementan la probabilidad de presencia de nomofobia. Los resultados del estudio permiten concluir que la nomofobia, aunque no se presenta de forma severa en la mayoría de los estudiantes, sí constituye una problemática latente que se expresa principalmente en niveles moderados.

Los niveles de procrastinación académica revelan que predomina en un nivel moderado (56.7 %). Este hallazgo sugiere que, si bien la mayoría de los estudiantes no postergan sus deberes de forma crítica, existe una tendencia latente a retrasar actividades académicas, lo cual podría afectar su rendimiento a largo plazo. Este predominio del nivel moderado guarda una estrecha relación con los hallazgos de Amesquita (2023) y Rengifo y Arapa (2021), quienes reportaron un 65.3 % y un 77.1 %, respectivamente, en la misma categoría. Estas similitudes permiten inferir que la procrastinación moderada es un fenómeno común en el contexto escolar actual, posiblemente influenciado por factores como la gestión del tiempo y la sobrecarga de tareas en el nivel secundaria. Por el contrario, se observa una discrepancia significativa con el estudio de Sancho (2022), donde el 72 % de los adolescentes mostraron un nivel bajo de procrastinación. Esta

diferencia es notable, ya que en el presente estudio solo el 39.4 % se ubica en el nivel bajo. Esta divergencia podría atribuirse a variables contextuales o demográficas propias de la zona de Urcos, Cusco, tales como: Acceso a tecnología, expectativas de la familia. La estructura de las clases en la institución de Urcos podría estar influyendo en la autonomía de los alumnos. Si bien los resultados confirman que los estudiantes conviven con niveles medios de postergación, los bajos índices de “procrastinación alta” (3.8 %) en esta investigación son un indicador positivo, sugiriendo que existen mecanismos de control o supervisión que evitan que el problema se vuelva crónico en la mayoría de los estudiantes.

Respecto a la correlación entre nomofobia y autorregulación académica, los resultados evidencian un nivel de significancia estadística ($p = 0.008 < 0.05$), indicando que existe una correlación entre ambas variables. Estos resultados son congruentes con lo reportado por Calderón (2025), quien identificó una correlación directa y significativa para nomofobia y autorregulación académica ($Rho = 0.243$, $p = 0.000$). Es decir que la presencia de nomofobia incrementa la autorregulación académica, lo que sugiere que los estudiantes que presenten nomofobia pueden utilizar este comportamiento para planificar y organizar sus tareas, lo cual puede estimular el desarrollo de la autorregulación académica. En este contexto, la presencia de nomofobia funciona como una herramienta de apoyo para la organización de tiempo y acceso inmediato a la información. No obstante, aunque la nomofobia se asocie a la autorregulación académica, es importante considerar que esta relación podría depender del uso funcional y controlado de la tecnología.

La correlación entre nomofobia y la postergación de actividades muestra que el valor de significancia es ($p = 0.094 > 0.05$), confirmando la inexistencia de una correlación. Los resultados coinciden con los hallazgos reportados por Calderón (2025); no se evidenció una relación

significativa entre nomofobia y postergación de actividades, dado que el coeficiente de correlación fue ($Rho=0.002$) y el valor de significancia no resultó relevante ($p=0.716$). Los resultados coincidentes refuerzan la idea de que la postergación de actividades no está asociada directamente con la nomofobia, sino que podría atribuirse a factores externos en los cuales intervienen variables contextuales personales y motivacionales más allá de la presencia de nomofobia.

Con relación a los resultados entre la dimensión incapacidad para poder comunicarse y procrastinación académica, el análisis reportó que existe correlación significativa ($p=.005$), lo que indica que, a mayor dificultad para comunicarse, mayor tendencia a postergar las actividades académicas. Este hallazgo sugiere que la incapacidad para poder comunicarse puede generar inseguridad o evitación de situaciones académicas, lo cual favorece conductas procrastinadoras en los estudiantes. Estos resultados son consistentes con lo reportado por Apaza (2024), quien encontró un valor de ($p=0.000<0.05$) en estudiantes de la institución educativa secundaria César Vallejo Mendoza del centro poblado de Upina, distrito de Ituata—Carabaya. Reforzando así que la incapacidad para poder comunicarse influye de manera negativa en el cumplimiento de las responsabilidades académicas. Sin embargo, los resultados no coinciden con los de Rengifo y Arapa (2021), quienes no encontraron una relación estadísticamente significativa entre la dimensión no poder comunicarse y procrastinación académica ($\rho = .092; p > .05$), en estudiantes de cuarto y quinto de nivel secundario de una institución educativa pública de Juliaca. Asimismo, Calderón (2025), en su estudio, obtuvo datos distintos ($r = .029; p = .605$), indicando que no existe relación entre incapacidad de poder comunicarse y procrastinación académica. Estas discrepancias podrían atribuirse a diferencias en el contexto de los estudiantes. En consecuencia, los resultados respaldan la relevancia de la dimensión incapacidad para poder comunicarse como un factor asociado a la procrastinación académica.

Revisando la relación de pérdida de conexión y procrastinación académica, los resultados evidencian que no existe una relación significativa ($p=,198>0.05$), es decir, que ambas variables no influyen directamente en la población estudiada. Los hallazgos son similares a los de Rengifo y Arapa (2021), quienes tampoco hallaron una relación significativa entre ambas variables en estudiantes de nivel secundaria, lo que refuerza que la desconexión digital no necesariamente conduce a la postergación de actividades académicas. No obstante, estos hallazgos contrastan con estudios como el de Calderón (2025), quien identificó una relación directa, débil pero significativa, entre la pérdida de conexión y procrastinación académica; de igual manera, Apaza (2024) encontró una relación significativa entre pérdida de conexión y procrastinación académica, lo que evidencia que factores contextuales como el acceso a internet, el entorno educativo y el grado de dependencia a la identidad en línea pueden mediar dicha relación. En conjunto, los resultados evidencian que la pérdida de conexión, entendida como la sensación de desconexión de identidad digital, no presenta una influencia directa y uniforme sobre la procrastinación académica.

Para la relación entre no ser capaz de acceder a la información y procrastinación académica, los resultados de este estudio evidencian que no existe una correlación significativa ($p = .063 > 0.05$). Este resultado indica que la limitación en el acceso inmediato a la información digital no influye de manera directa en la postergación de actividades académicas, lo que sugiere que los estudiantes tienen alternativas para cumplir con sus responsabilidades académicas. Estos resultados se asemejan a los hallados por Calderón (2025), quien indica que la procrastinación académica no guarda vínculo con la falta de acceso a la información ($\rho=.094$), evidenciando que dicha conducta estaría más asociada a factores intrínsecos como la autorregulación, la motivación académica y la gestión de tiempo. No obstante, los resultados difieren de lo encontrado por Apaza (2024), quien identificó una relación significativa ($p = .026 < 0,05$) entre la incapacidad de acceder

a la información y la procrastinación académica en estudiantes de la institución educativa secundaria César Vallejo Mendoza del centro poblado de Upina, distrito de Ituata—Carabaya. Así como los estudios realizados por Rengifo y Arapa (2021), quienes reportaron una correlación significativa e inversa entre ambas variables ($\rho = -.234$; $p < .05$). Estas diferencias en los resultados pueden explicarse con el grado de uso del teléfono móvil como recurso principal para el desarrollo de las actividades académicas. En consecuencia, si bien la falta de acceso a la información digital genera incomodidad en los estudiantes, esta no constituye un factor determinante en la procrastinación académica, posiblemente porque desarrollan estrategias u otras alternativas para cumplir con sus responsabilidades, como el uso de materiales impresos o acceso diferido a recursos digitales.

El análisis de la relación de renunciar a la comodidad y procrastinación académica indica que existe una relación significativa ($p = .002 < 0.05$); este resultado se asemeja al estudio realizado por Apaza (2024), quien encontró un valor de ($p = 0.000 < 0.05$) entre las variables mencionadas. Las coincidencias de estos resultados nos muestran que los estudiantes que sacrifican un confort inmediato tienden a postergar menos sus actividades académicas. La renuncia a la comodidad constituye un factor importante en el desarrollo de conductas reguladoras orientadas al cumplimiento de responsabilidades académicas y reducción de procrastinación académica. Sin embargo, la discrepancia con las investigaciones de Rengifo y Arapa (2021), así como la de Calderón (2025), quienes no hallaron vínculo entre renunciar a la comodidad y procrastinación académica.

CONCLUSIONES

- Se comprobó la existencia de una relación significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco, 2025, evidenciando que un mayor temor a permanecer sin el teléfono móvil se asocia con mayores niveles de postergación de tareas académicas.
- Se identificó que el nivel de nomofobia predominante es el moderado (57.7 %), seguido de niveles bajos y un porcentaje reducido de nivel severo, lo que indica una presencia frecuente de dependencia funcional al teléfono móvil en la población estudiada.
- La procrastinación académica se presenta mayormente en nivel moderado (56.7 %), observándose también un grupo importante con nivel bajo, lo que muestra una tendencia general a la postergación parcial de responsabilidades escolares.
- No se halló relación significativa entre la nomofobia y la autorregulación académica, lo que sugiere que la capacidad de organización y gestión del tiempo de estudio no depende directamente del miedo a estar sin el celular.
- La relación entre nomofobia y postergación de actividades resultó débil y no significativa, indicando que la conducta de aplazamiento académico está influida por otros factores adicionales.
- La dimensión incapacidad para comunicarse sin el teléfono móvil mostró relación significativa con la procrastinación académica, constituyéndose como un factor asociado a mayores niveles de postergación.
- No se encontró relación significativa entre la dimensión pérdida de conexión y la procrastinación académica, por lo que la disponibilidad de red no representa un predictor relevante de esta conducta.

- Tampoco se evidenció relación significativa entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información y la procrastinación académica, descartándose su influencia directa.
- La dimensión renunciar a la comodidad presentó relación significativa con la procrastinación académica, indicando que la evitación del esfuerzo y la incomodidad asociada a las tareas escolares incrementa la tendencia a postergar.

RECOMENDACIONES

Al director, se recomienda realizar entrevistas y encuestas breves a docentes, tutores y padres de familias para conocer sobre los hábitos del uso del celular en los estudiantes. Con base en esos resultados, coordinar y solicitar al equipo de psicología el diseño de un plan anual de charlas y talleres referentes a la nomofobia y manejo de tiempo académico incorporándolos en el plan de tutoría.

A los docentes se recomienda supervisar y orientar el uso adecuado de los dispositivos móviles, establecer en cada curso normas explícitas del uso del celular durante la clase y registrar su cumplimiento. Incorporar estrategias de aprendizaje activo (trabajo colaborativo, debates guiados, actividades prácticas) para reducir la distracción digital.

Al equipo de psicología, se sugiere realizar charlas informativas y talleres dirigidos a los padres de familia orientada a informar, sensibilizar y guiar sobre la importancia de establecer límites en el uso del celular en casa y de fomentar rutinas de estudios adecuados. Implementar talleres dirigidos a los estudiantes centrado en técnicas de planificación semanal, priorización de tareas y control de distractores digitales utilizando fichas de seguimiento del tiempo de estudio. Ejecutar escuelas de padres con pautas concretas de control parental, establecimiento de horarios de uso del celular y acuerdos familiares de desconexión digital.

A los padres de familia se les recomienda establecer normas respecto al uso de celular en casa, particularmente durante los horarios alimentación, estudio y descanso, promover espacios de comunicación familiar sin dispositivos electrónicos. Acompañar y supervisar las tareas académicas fomentando la autonomía y responsabilidad.

A los estudiantes, se recomienda organizar un horario de estudio que incluya pausas y momentos libre de dispositivos móviles. Practicar actividades recreativas y sociales fuera del

entorno digital para reducir la dependencia al teléfono celular, así también buscar apoyo cuando sientan que el uso del teléfono interfiere en su rendimiento académico.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez Blas, Ó. R., (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, (13), 159-177.
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., y Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de investigación*, 1(2), 2523-2886. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Amar, V., & Sánchez, B. (2022). Nomofobia: Un estudio sobre la opinión de un grupo de futuros maestros de primaria. *Doxa Comunicación*, 35, 193–210.
<https://doi.org/10.31921/doxacom.n35a131743ff-818d-c52326f969c3>
- Amesquita Pauro, J. D. (2023). *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022* [Tesis de Grado, Universidad Autónoma del Perú]. AUTONOMA-Institucional.
<https://hdl.handle.net/20.500.13067/3664>
- Apaza Llanos, M. (2024). *La nomofobia en los estudiantes de la Institución Educativa Bolivariana y Emblemática Gran Unidad Escolar San Carlos* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio UNAP.
<https://repositorio.unap.edu.pe/handle/20.500.14082/21869>
- Argumedo, D., Díaz, K., Calderón, A., Díaz, J.F. y Ferrari (2005). Evaluación de la confiabilidad y la estructura factorial de tres escalas de procrastinación crónica. *Revista de Psicología de la PUCP*, 23(1), 115-138.
- Armayones, M. (2016). El efecto Smartphone. Editorial UOC. España.
- Atmoko, A., Sari, I., Da Costa, A., Utami, N., y Wahyuni, E. (2022). Smartphone addiction among adolescence students: Its implication toward family communication learning,

- guidance and counselling. *Journal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 1–9.
<https://doi.org/10.17977/um001v7i12022p1-9>
- Binu Joe and C. C. Linson. (2021). A Study to Assess the Prevalence of Nomophobia among School Going Children, *Journal of Pharmaceutical Research International*, 33(48A), pp. 205–211. DOI: 10.9734/jpri/2021/v33i48A33240.
- Brosnan, MJ (1998). El impacto de la ansiedad informática y la autoeficacia en el rendimiento. *Journal of Computer Assisted Learning*, 14(3), 223–234. <https://doi.org/10.1046/j.1365-2729.1998.143059.x>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: structural equation model* [Tesis de pregrado, University of Guelph]. Repositorio de la University of Guelph <https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/handle/10214/20169>.
- Caba-Machado, V., Machimbarrena, J. M., Díaz-López, A., Sevilla-Fernández, D., Pérez-Sancho, C., & González-Cabrera, J. (2023). Nomophobia questionnaire short-form: Psychometric properties and longitudinal association with anxiety, stress, and depression in adolescents. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 39(1), 1–11.
<https://doi.org/10.1080/10447318.2023.2215626>
- Ccahuantico Cahuatico, E. (2024). *Procrastinación escolar y logro de aprendizaje en comunicación en estudiantes del cuarto grado de la IE Mx 50500 San Martin de Porres, Huasao - Cusco, 2024* [Tesis de grado, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. UNSAAC-Institucional. <http://hdl.handle.net/20.500.12918/10108>
- Calderón Soriano, A. Y. (2025). *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Villa María del Triunfo, 2023* [Tesis de grado,

- Universidad Autónoma del Perú]. AUTONOMA-Institucional.
<https://hdl.handle.net/20.500.13067/3664>
- Carranza, R., y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios*, 3(2), 95-108.
<https://www.redalyc.org/pdf/4676/467646127006.pdf>.
- Cevallos-Bósquez, E. A., Larzabal-Fernández, A., Mayorga-Lascano, M. P., & Moreta-Herrera, C. R. (2021). Factores sociodemográficos y educativos asociados a la procrastinación académica en adolescentes ecuatorianos. *Revista de Investigación Psicológica*, 26, 119–130. <https://doi.org/10.53287/hcbg2761op29h>
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Revista Unifé, Temática psicológica*, 7I(1), 53-62.
<https://doi.org/10.33539/tematpsicol.2011.n7.807>.
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (2022). *Estudio sobre el uso de tecnologías digitales en América Latina y el Caribe*. Recuperado de <https://www.cepal.org>
- Echeburúa E, Corral P. Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*; 2010. 22:91-6. Ç
- Edgar Salvador Inciso-Mendo, Gilberto Luis-Mamani, Jose Jeremias Caballero-Cantu, Juan Méndez Vergaray, Mercedes Evangelina Lopez-Almeida, Rosa Huaraca Aparco. (2023). Procrastination in High School Students in Times of COVID-19, Lima-Perú: A Psychological Respective. *Journal for ReAttach Therapy and Developmental Diversities*, 6(9s), 1322–1331. Retrieved from <https://jrtd.com/index.php/journal/article/view/1734>

- Ellis, A. (1999). *Una terapia breve más profunda y duradera. Enfoque teórico de la terapia racional emotivo-conductual*. Editorial Paidós
- Ellis, A. y Knaus, W.J. (2002). *Overcoming procrastination*. New York: New American Library.
- Essau, C., y Delfabbro, P. (2020). *Adolescent Addiction. Adolescent Addiction*, 2da edición.
<https://doi.org/10.1016/C2018-0-04203-6>
- Félix, V., Mena, M., Ostos-Robles, R. M., & Acosta-Trejo, D. (2017). Nomofobia como factor nocivo para los hábitos de estudio. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(15), 1–17.
- Gaspar Ramos, A. (2024). *Nomofobia en adolescentes de la Institución Educativa 1044 María Reiche Newmann, El Agustino, 2023* [Tesis de grado, Universidad Ricardo Palma]. URP-Tesis. <https://repositorio.urp.edu.pe/handle/20.500.14138/8444>
- González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptación al español del cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) en una muestra de adolescentes. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(4), 137–144.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill Education.
- Hernández-Sampieri, R., y Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw-Hill Education.
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Baczynski, T., Carvalho, M. R., y Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 26(5), 912–914. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.02.005>

- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., y Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140–144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- Laureano, C. A., y Ampudia, L. G. (2019). Procrastinación: revisión teórica. *Revista de investigación en psicología*, 22(2), 363-378.
- León-Mejía, A., Calvete, E., Patino-Alonso, C., Machimbarrena, J. M., y González-Cabrera, J. (2021). Nomophobia Questionnaire (NMP-P): Factorial structure and cut off points for the Spanish version [Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q): estructura factorial y puntos de corte de la versión española]. *Adicciones*, 33(2), 137-148. <https://doi.org/10.20882/adicciones.1316>
- Malpica Chavarria, E. (2023). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria: evaluación, caracterización y análisis de variables asociadas. Bogotá D.C: Fundación Universitaria Konrad Lorenz, 2023. Disponible en: <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/5475>
- Ministerio de Educación del Perú (MINEDU). (2021). *Balance de la respuesta del sector educativo frente a la pandemia del COVID-19: Lecciones aprendidas y desafíos*. <https://www.minedu.gob.pe/>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios*. [Tesis de doctorado, Universidad de Valencia]. Repositorio institucional. <http://hdl.handle.net/10550/37168>.
- Nguyen, H. T., Pham, T. Q., y Le, M. N. (2024). *Smartphone use, nomophobia, and academic achievement in Vietnamese high school students*. *Computers in Human Behavior Reports*, 14, Article 100418. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2024.100418>

Ospina, J. y Vergara, C. (2015). Si no es ahora ¿cuándo?. *Dinero*, 511(28).

<https://issuu.com/geed./docs/tesis-procastinación>

Pychyl, T. (2018). *La solución a la procrastinación*. Ediciones Urano.

Quiñones Sare, M. M. (2018). *Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio institucional.

<https://hdl.handle.net/20.500.12759/4371>

Quant, D. M., y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista vanguardia psicológica clínica teórica y práctica*, 3(1), 45-59.

Park, N., y Lee, H. (2014). *Nature of youth smartphone addiction in family and school contexts: A review of literature*. *Computers in Human Behavior*, 39, 437–446.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.08.028>

Ransses, O., Benítez, A., & Valente. (2025). Nomofobia en estudiantes del nivel medio superior. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*.

<https://doi.org/10.46377/dilemas.v12i3.4604>

Rehman, W., & Singh, A. (2022). How effectively does nomophobia work on students? *Journal of Medicine and Health Research*, 7(2), 33–37.

<https://doi.org/10.56557/jomahr/2022/v7i27863>

Rendón-Macías, M. E., Villasis-Keever, M. A., & Miranda-Morales, M. G. (2016). Estadística descriptiva. *Revista Alergia México*, 63(4), 397–407.

- Rengifo Acho, D., y Arapa Turpo, F. (2021). *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes del cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021* [Tesis de grado, Universidad Nacional del Altiplano].
- Rodríguez-García, A.-M., Moreno-Guerrero, A.-J., y López Belmonte, J. (2020). Nomophobia: An Individual's Growing Fear of Being without a Smartphone—A Systematic Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 580. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020580>
- Sancho Anahua, R. S. (2022). *Procrastinación y dependencia al celular en los estudiantes de nivel secundario de una institución educativa pública de Arequipa – 2021* [Tesis de grado, Universidad Nacional de San Agustín]. UNSA-Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12773/16299>
- Skinner, E. y Belmont, M. (1993). Motivation in the classroom: Reciprocal effects of teacher behavior and student engagement across the school year. *Journal of Educational Psychology*, 85, 571–581. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-0663.85.4.571>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65–94.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*.
- Tavakol, M., y Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53–55. <https://doi.org/10.5116/ijme.4dfb.8dfd>
- Tolentino, R. E., Luy-Montejo, C., Medina Gamero, A., Garcés Lopez, J., Eloy, R., y Escarcena, T. (2020). Nomofobia. *Stadium Veritatis*. 18(24), 43-69. <https://doi.org/10.35626/SV.24.2020.313>

- Valdiviezo Cacay, M. H., Ramón Pineda, M. Á., Gómez Calero, R. E., Espinoza Jiménez, M. D., y Yangua Jaramillo, C. del R. (2025). La nomofobia y procrastinación en sociedades posmodernas. Un estudio en Machala, Ecuador. *Horizonte Académico*, 5(1), 166–182. <https://doi.org/10.70208/3007.8245.v5.n1.74>
- Valle, M. (2017). *Procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución educativa N.º 126 “Javier Pérez de Cuéllar”, Lima-2017*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio institucional. <https://bit.ly/3r4FP7h>
- Villagómez Vacacela, D. C., Moreano Jara, L. J., y Chavez Contreras, D. M. (2023). Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. *Revista Eugenio Espejo*, 17(3), 42-51. <https://doi.org/10.37135/ee.04.18.05>
- Wolters, C. (2003). Entendimiento de la procrastinación del self-regulación de perspectiva. *Revista de educación Psicológica*, 95(1), 179-187.
- Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research* (Doctoral dissertation, Iowa State University). Available: <https://lib.dr.iastate.edu/etd>
- Yildirim, C. y Correia, AP (agosto de 2015). Entendiendo la nomofobia: Una fobia moderna entre estudiantes universitarios. En la Conferencia Internacional sobre Tecnologías de Aprendizaje y Colaboración (pp. 724-735). Cham: Springer International Publishing.
- Zimmerman, B. J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory into Practice*.

Zimmerman, B. J. (2000). *Attaining self-regulation: A social cognitive perspective*. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, y M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.

Anexos

MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	METODOLOGIA		
<p>¿Cuál es la relación que existe entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p>	<p>Objetivo general Determina la relación que existe entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>	<p>Hipótesis general Ha: Existe relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025. H0: No existe relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>	<p>Variable X Nomofobia D1. Incapacidad para comunicarse. D2. Pérdida de conexión. D3. No ser capaz de acceder a la información. D4. Renunciar a la comodidad.</p> <p>Variable Y Procrastinación académica D1. Autorregulación académica. D2. Postergación de actividades</p>	<p>Enfoque Cuantitativo</p> <p>Tipo de estudio Básica</p> <p>Nivel de investigación Correlacionar</p> <p>Diseño de investigación No experimental</p> <p>Corte transversal</p> <p>Población Está compuesta por 105 alumnos de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos 2025.</p>
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas		
<p>¿Cuál es la relación que existe entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p>	<p>Determinar la relación que existe entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>	<p>Ha: Existe una relación entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025. H0: No existe una relación entre la nomofobia y la autorregulación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>		

<p>¿Cuál es la relación que existe entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p>	<p>Determinar la relación que existe entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p> <p>Determinar la relación que existe entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>	<p>Ha: Existe relación entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025. H0: No existe relación entre nomofobia y la postergación de actividades en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p> <p>Ha: Existe relación entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025. H0: No existe relación entre la dimensión incapacidad para comunicarse de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>		
--	--	---	--	--

<p>¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión pérdida de conexión de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p> <p>¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p>	<p>Determinar la relación que existe entre la dimensión pérdida de conexión de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p> <p>Determinar la relación que existe entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>	<p>Ha: Existe relación entre la dimensión pérdida de conexión de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025. H0: No existe relación entre la dimensión pérdida de conexión de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p> <p>Ha: Existe relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025. H0: No existe relación entre la dimensión no ser capaz de acceder a la información de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>		
--	--	---	--	--

<p>¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p> <p>¿Cuál es el nivel de nomofobia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p> <p>¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025?</p>	<p>Determinar la relación que existe entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p> <p>Identificar el nivel de la nomofobia en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco – 2025.</p> <p>Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco – 2025.</p>	<p>Ha: Existe relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025</p> <p>H0: No existe relación entre la dimensión renunciar a la comodidad de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025.</p>		
---	--	---	--	--

ESCALA DE NOMOFOBIA

CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)

Sexo: F () M ()

Grado:

Edad:

INSTRUCCIONES: A continuación, encontraras una serie de preguntas. Lee atentamente y contesta a cada enunciado con un “X” de acuerdo con la escala de valoración. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase; simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

Por favor indique que tan de acuerdo o en desacuerdo esta con cada enunciado en relación con tu teléfono celular		Muy en desacuerdo				Muy de acuerdo		
		1	2	3	4	5	6	7
1	Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi teléfono celular.							
2	Me molestaría si no pudiera consultar información a través de mi teléfono celular cuando quisiera.							
3	Me pondría nervioso/a si no pudiera acceder a las noticias (p.ej. sucesos, predicción meteorológica, etc.) a través de mi teléfono celular.							
4	Me molestaría si no pudiera utilizar mi teléfono celular y/o sus aplicaciones cuando quisiera.							
5	Me daría miedo si mi teléfono celular se quedase sin batería.							
6	Entraría en pánico si estuviera a punto de quedarme sin saldo o de alcanzar mi límite de “megas”							
7	Si me quedara sin señal de datos o no pudiera conectarme a una red Wifi, estaría comprobando constantemente si he recuperado la señal o logro encontrar una red.							
8	Si no pudiera utilizar mi teléfono celular, tendría miedo de quedarme tirado/a en alguna parte.							
9	Si no pudiera consultar mi teléfono celular durante un rato, sentiría deseos de hacerlo							
10	Me inquietaría no poder comunicarme al momento con mi familia y/o amigos.							
11	Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.							
12	Me pondría nervioso/a por no poder recibir mensajes de texto ni llamadas.							
13	Estaría inquieto/a por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos.							

14	Me pondría nervioso/a no poder saber si alguien ha intentado contactar conmigo.							
15	Me inquietaría haber dejado de estar constantemente en contacto con mi familia y/o amigos							
16	Me pondría nervioso/a por estar desconectado/a de mi identidad virtual.							
17	Me sentiría mal por no poder mantenerme al día de lo que ocurre en los medios de comunicación y redes sociales.							
18	Me sentiría incomodo/a por no poder consultar las notificaciones sobre mis conexiones y redes virtuales.							
19	Me agobiaría por no poder comprobar si tengo nuevos mensajes de correo electrónico.							
20	Me sentiría raro/a porque no sabría qué hacer.							

INSTRUMENTO DE PROCRASTINACIÓN ACADADÉMICA

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

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

S	Siempre (me ocurre siempre)
CS	Casi siempre (me ocurre mucho)
A	A veces (me ocurre alguna vez)
CN	Casi nunca (me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	Nunca (no me ocurre nunca)

Nº	ÍTEM	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6	Asisto regularmente a clases.					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14	Me tomo tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					
15	Ocasionalmente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16	Disfruto la mezcla de desafíos con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES O APODERADOS.

Institución : Universidad Continental
Investigadoras : Br. Jeny Erika Bejar Condori - Br. Diene Gutierrez Quispe
Título: “Nomofobia y Procrastinación Académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos – Cusco - 2025”.

Propósito del Estudio:

Estimados padres de familia, estamos invitando a participar a sus menores hijos en una investigación titulada: “Nomofobia y Procrastinación Académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos –Cusco- 2025”.

Esta investigación tiene como propósito estudiar si existe niveles de nomofobia y procrastinación académica en los estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos –Cusco.

Antes de decidir si desea que su menor hijo(a) participe o no, le brindaré la información necesaria, para que pueda tomar una decisión informada, puede usted realizar todas las preguntas que desee y las responderé gustosamente. Este proceso se denomina **Consentimiento Informado**.

Procedimientos:

Si acepta la participación de su menor hijo(a) en este estudio se le solicitará completar dos instrumentos de recolección de datos:

1. Cuestionario de Nomofobia - NMP-Q
2. Cuestionario de Escala de Procrastinación Académica –EPA

Asimismo, el tiempo de aplicación de cada instrumento será de 10 a 20 de minutos aproximadamente.

Beneficios:

Esta investigación tiene como beneficio generar un nuevo conocimiento respecto a las variables estudiadas permitiéndonos conocer y comprender la situación en la cual se encuentran los estudiantes, permitiendo detectar a tiempo conductas que interfieren en el desempeño académico. Reflexionar sobre actitudes creencias y comportamientos dentro de la comunidad educativa para acceder y desarrollar políticas educativas y campañas de concienciación sobre el uso responsable del celular en entornos escolares, así como la toma de conciencia de la afectación emocional tras la práctica de la procrastinación.

Riesgos:

No se contemplan riesgos físicos o psicológicos en esta etapa de la investigación. El llenado de los instrumentos de recolección de datos no implica un esfuerzo que pueda repercutir sobre la integridad de su salud.

Confidencialidad:

Se asignará códigos aleatorios a los instrumentos de recolección de datos que su hijo(a) llene, evitando la exposición de sus nombres y apellidos; así mismo, si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita la identificación de las personas que

participaron.

La información documentada no se mostrará a ninguna persona ajena al estudio sin su consentimiento.

Uso futuro de la información obtenida:

La información será almacenada para la posterior publicación de los hallazgos relevantes en formato de artículo original en una revista científica indexada.

Derechos del participante:

Si usted decide que su hijo(a) participe del estudio, podrá retirarse de éste en cualquier momento, o no participar en una parte del estudio sin perjuicio alguno. Si tiene alguna duda adicional acerca del estudio, por favor pregunte al personal investigador Br. Jeny Erika Bejar Condori y Br. Diene Gutierrez Quispe.

Si usted tiene preguntas sobre los aspectos éticos del estudio, o cree que ha sido tratado injustamente puede contactar al Comité de Ética de la Universidad Continental.

DECLARACIÓN DEL PARTICIPANTE

Manifiesto que he leído y me ha sido explicado la hoja de información que se me ha entregado. He hecho las preguntas que me surgieron sobre el proyecto y he recibido información suficiente sobre el mismo. Si luego tengo más preguntas acerca del estudio, puedo comunicarme con la investigadora Br. Diene Gutierrez Quispe, al teléfono 922 957 673.

Comprendo que la participación de mi menor hijo(a) es totalmente voluntaria, que puedo retirarme del estudio cuando quiera sin tener que dar explicaciones.

Presto libremente mi conformidad para participar en el Proyecto de Investigación titulado “Nomofobia y Procrastinación Académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos –Cusco- 2025”.

Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

Padre y/o Apoderado
Nombre:
DNI:

Fecha

Investigador
Nombre: Jeny Erika Bejar Condori
DNI: 46616183

Fecha

Investigador
Nombre: Diene Gutierrez Quispe
DNI: 47174358

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES

ASENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES EN INVESTIGACIÓN

Estimado/a

Estudiante:

En la actualidad nos encontramos realizando una investigación sobre el tema; Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de secundaria, por eso quisiéramos contar con tu valiosa colaboración. El proceso consiste en la aplicación de dos cuestionarios que deberán ser completados con una duración de aproximadamente de 15 a 20 minutos. Los datos recogidos serán tratados confidencialmente y utilizados únicamente para fines de este estudio.

De aceptar participar en la investigación, debes firmar este documento como evidencia de haber sido informado sobre los procedimientos de la investigación.

En caso tengas alguna duda con respecto a las preguntas que aparecen en los cuestionarios, solo debes solicitar la aclaración y se te explicará cada una de ellas.

Gracias por tu gentil colaboración.

Acepto participar voluntariamente en la investigación.

Lugar:Fecha: / /

FIRMA

SOLICITUD PARA REALIZAR EL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”.

Cusco, 13 de agosto de 2025.

SOLICITO: Permiso para realizar Trabajo de investigación y consentimiento para el uso del nombre de la I.E.


Señor: Mg. José Fernández García.
Director de la Institución Educativa Mariano Santos
Urcos- Quispicanchi- Cusco.

Presente. –

Es grato dirigimos a su digna persona, para expresar nuestro cordial saludo y a la vez solicitar su autorización para llevar a cabo nuestro trabajo de investigación y el uso del nombre de la I.E. en ella, denominado: **“Nomofobia y Procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos”**, realizando la aplicación de dos pruebas psicológicas denominadas: Cuestionario de Nomofobia NMP-Q y Cuestionario de Escala de Procrastinación Académica EPA, a los alumnos que cursan 3ro, 4to y 5to del nivel secundario, como parte de la elaboración de nuestra tesis para obtener el grado de licenciado en psicología en la Universidad Continental del Perú. La aplicación de los cuestionarios se desarrollaría de manera presencial, garantizando que toda la información será tratada confidencialmente y se realizara única y estrictamente para fines académicos.

Agradeciendo con antelación la atención prestada a la presente, ruego a usted acceder a nuestra solicitud.

Atentamente:



Br. Diene Gutierrez Quispe
DNI: 47174358



Br. Jeny Erika Bejar Condori
DNI: 46616183



AUTORIZACIÓN DE APLICACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS Y EL USO DEL NOMBRE DE LA I.E.

“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”.

Cusco, 14 de agosto de 2025.

CARTA DE ACEPTACION

ASUNTO: Autorizo llevar a cabo vuestro trabajo de investigación y el uso del nombre de la I.E Mariano Santos de Urcos.

REFERENCIA:

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes, con la finalidad de saludarlas cordialmente y en atención a la solicitud presentada por los bachilleres de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Continental: Br. Diene Gutierrez Quispe con DNI N° 47174358 y Br. Jeny Erika Bejar Condori con DNI N° 46616183, **dando autorización para el uso del nombre de la I.E y la aplicación de los instrumentos: Escala de Procrastinación Académica (EPA) y Escala de Nomofobia (NMP-Q)**, que corresponde a su trabajo de investigación “Nomofobia y Procrastinación académica”, en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa Mariano Santos de Urcos 2025.

Se expide el presente documento a petición de los interesados, para los fines expresados, sin otro particular nos suscribimos de ustedes.

Atentamente,



MINISTERIO DE EDUCACIÓN
REGIONAL QUESIPICANCHI
Mg. José Fernández García
DNI 23945529
DIRECTOR

APROBACIÓN DEL COMITÉ DE ÉTICA EN INVESTIGACIÓN DE LA UNIVERSIDAD CONTINENTAL



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Huancayo, 22 de Agosto del 2025

OFICIO N°1047-2025-CIEI-UC

INVESTIGADORES:

JENY ERIKA BEJAR CONDORI
DIENE GUTIERREZ QUISPE

Presente-

Tengo el agrado de dirigirme a ustedes para saludarles cordialmente y a la vez manifestarles que el estudio de investigación titulado: **NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA MARIANO SANTOS DE URCOS CUSCO – 2025.**

Ha sido APROBADO por el comité institucional de ética en investigación, bajo las siguientes precisiones:

- El Comité puede en cualquier momento de la ejecución del estudio solicitar información y confirmar el cumplimiento de las normas éticas.
- El Comité puede solicitar el informe final para revisión final.

Aprovechamos la oportunidad para renovar los sentimientos de nuestra consideración y estima personal.

Atentamente,



Walter Calderón Gerstein
Walter Calderón Gerstein
Presidente del Comité de Ética
Universidad Continental

C.c. Archivo.

Arequipa

Av. Los Incas S/N,
José Luis Bustamante y Rivero
(054) 412 030

Calle Alfonso Ugarte 607, Yanahuara
(054) 412 030

Huancayo

Av. San Carlos 1980
(084) 481 430

Cusco

Urb. Manuel Prado - lote 8, N°7 Av. Collasuyo
(084) 480 070

Sector Argosúña KM. 10,
carretera San Jerónimo - Sayla
(084) 480 070

Lima

Av. Alfredo Mendola 5210, Los Olivos
(01) 213 2760

J. Luján 355, Miraflores
(01) 213 2760

ucontinental.edu.pe