

Escuela de Posgrado

MAESTRÍA EN EDUCACIÓN CON MENCIÓN EN DOCENCIA
EN EDUCACIÓN SUPERIOR

Tesis

**Relación entre adicción a redes sociales y la
procrastinación académica en estudiantes de
Medicina Humana de la región Junín - 2019**

Roy Pedro Inga Verastegui
Franks Mascaro Huanay
Rosario Elizabeth Salome Cervantes

Para optar el Grado Académico de
Maestro en Educación con Mención en
Docencia en Educación Superior

Huancayo, 2021

Repositorio Institucional Continental
Tesis digital



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

Asesor

Mg. Isabel Sonia Chuquillanqui Galarza.

Dedicatoria

La presente investigación está dedicada a nuestros padres por su apoyo incondicional en cada una de las etapas de nuestras vidas, por su aliento durante nuestras caídas y por sus parabienes en nuestros logros. Una dedicación especial a nuestros pequeños hijos, quienes con tan sólo sus miradas motivan nuestras vidas y quienes con tan sólo un porque nos abren las puertas a la luz del conocimiento.

Agradecimiento

A Dios por poner el manto de su protección en cada uno de nosotros desde el primer día de nuestras vidas hasta hoy y por siempre.

A la Universidad Continental por acompañarnos en todo momento en el desarrollo y en la culminación satisfactoria de nuestro objetivo.

A nuestros asesores por sus alcances en la obtención del conocimiento de esta investigación.

A todos y cada uno de los docentes de ésta nuestra casa de estudios quienes colaboraron con nuestra formación académica.

A las instituciones universitarias de nuestra región y a sus respectivos estudiantes quienes fueron partícipes activos de esta investigación.

Índice

Asesor	i
Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de Tablas	vii
Índice de Figuras	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xi
Capítulo I Planteamiento del estudio	12
1.1. Planteamiento y formulación del problema	12
1.1.1. Planteamiento del problema	12
1.1.2. Formulación del problema	14
A. Problema general	14
B. Problemas específicos	14
1.2.1. Objetivo general	14
1.2.2. Objetivos específicos	14
1.3. Justificación e importancia y del estudio	15
1.4. Limitaciones del estudio	16
Capítulo II Marco Teórico	17
2.1. Antecedentes del problema	17
2.2. Bases teóricas	23
2.2.1 Adicción a las redes sociales	23
A. Modelo de adicciones biopsicosocial de Griffiths	23
B. Redes sociales	24
C. Dimensiones de la adicción a redes sociales (Escurrea & Salas (2014)	26
2.2.2 Procrastinación académica	27
A. Modelo cognitivo – conductual de la procrastinación	27
B. Tipos de Procrastinación:	28
C. Dimensiones de la procrastinación de Ferrari (2012)	30
2.3. Definición de términos básicos	31
2.3.1 Adicción a las redes sociales	31

2.3.2	Procrastinación académica.....	31
Capítulo III	Hipótesis y Variables.....	32
3.1.	Hipótesis.....	32
3.1.1.	Hipótesis general	32
3.1.2.	Hipótesis específicas	32
3.2.	Operacionalización de variables.....	32
3.2.1.	Adicción a redes sociales	32
3.2.2.	Procrastinación académica.....	33
Capítulo IV	Metodología.....	35
4.1.	Método, tipo o alcance de la investigación	35
4.1.1.	Método de investigación	35
4.1.2.	Tipo o alcance de investigación.....	35
4.2.	Diseño de la Investigación.....	35
4.3.	Población y muestra	36
4.3.1.	Población	36
4.3.2.	Muestra.....	36
4.4.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	37
4.5.	Técnicas de análisis de datos	39
Capítulo V	Resultados y Análisis de Resultados.....	40
5.1.	Resultados de la adicción a las redes sociales	40
5.2	Resultados de procrastinación académica	43
5.3.	Prueba de normalidad de las variables	46
5.4.	Prueba de hipótesis.....	47
5.5.	Discusión de los resultados.....	52
5.5.1.	Discusión de los datos sociodemográficos	53
5.5.2.	Discusión de la variable adicción a las redes sociales	53
5.5.3.	Discusión de la variable procrastinación académica	56
5.5.4.	Discusión de la correlación	58
Conclusiones.....		61
Recomendaciones.....		62
Referencias Bibliográficas		64
Anexos		69
Anexo 1:	Escala para evaluar la procrastinación académica (EPA)	69

Anexo 2: Escala de evaluación de la adicción a las redes sociales.....	72
Anexo 3: Matriz de consistencia	74

Índice de Tablas

Tabla 1 Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales	34
Tabla 2 Operacionalización de la variable procrastinación académica	34
Tabla 3 Nivel de adicción a las redes sociales.....	40
Tabla 4 Nivel de adicción a las redes sociales según sus dimensiones	40
Tabla 5 Nivel de adicción a las redes sociales según el sexo.....	41
Tabla 6 Nivel de adicción a las redes sociales según la universidad de procedencia	41
Tabla 7 Nivel de adicción a las redes sociales según el año académico	42
Tabla 8 Nivel de adicción a las redes sociales según las ciencias básicas y clínicas	43
Tabla 9 Nivel de procrastinación académica.....	43
Tabla 10 Nivel de procrastinación académica según sus dimensiones	44
Tabla 11 Nivel de procrastinación académica según el sexo	44
Tabla 12 Nivel de procrastinación académica según la universidad de procedencia	45
Tabla 13 Nivel de procrastinación académica según el año académico.....	45
Tabla 14 Prueba de normalidad de la variable adicción a las redes sociales	46
Tabla 15 Prueba de normalidad de la variable procrastinación	47
Tabla 16 Prueba de la hipótesis general.....	48
Tabla 17 Prueba de la hipótesis específica 1.....	49
Tabla 18 Prueba de la hipótesis específica 2.....	51
Tabla 19 Prueba de la hipótesis específica 3.....	52

Índice de Figuras

Figura 1. Fórmula del nivel de confianza.....	37
--	----

Resumen

La investigación que presentamos aborda sobre la adicción a redes sociales, entendida como el uso compulsivo y excesivo de las redes sociales provocando deterioro en el funcionamiento de las personas (Watters et al., 2013) y la procrastinación académica como la postergación continua de las tareas en el ámbito académico. El objetivo que nos guio fue determinar la relación entre adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de medicina humana de la Región Junín – 2019.

La Investigación fue cuantitativa, de tipo aplicada, con alcance correlacional, diseño no experimental-transversal correlacional; la muestra estuvo constituida por 496 estudiantes de las facultades de medicina humana de la Universidad Nacional del Centro del Perú, de la Universidad Peruana Los Andes y de la Universidad Continental, obtenida a través de un muestreo no probabilístico. Se recolectó los datos con dos instrumentos: la Escala de evaluación de la adicción a redes sociales (Ecurra y Salas 2014) y la Escala de procrastinación académica (E.P.A.) (Gonzales 2014), los cuales fueron aplicados y cuentan con validez de constructo.

Los resultados de la investigación fueron obtenidos mediante el coeficiente de correlación de Spearman, donde se halló que existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica ($\rho=281$) ($p<0,05$), ocurriendo lo mismo con las dimensiones de la variable adicción a redes sociales y de la variable procrastinación académica, concluimos de esa manera que, a mayor conducta adictiva a las redes sociales, mayor será la procrastinación académica. A causa del incremento del uso de las redes sociales que conlleva a la adicción de las mismas condicionando cambios en la conducta de los estudiantes como la procrastinación académica.

Palabras claves: adicción a redes sociales, procrastinación académica, estudiantes de la facultad de medicina.

Abstract

The research we present addresses addiction to social networks, understood as the compulsive and excessive use of social networks causing deterioration in the functioning of people, and academic procrastination such as the continuous postponement of tasks in the academic field. The objective that guided us was to determine the relationship between addiction to social networks and academic procrastination in human medicine students from the Junín Region - 2019.

The research was quantitative, applied type, with correlational scope, non-experimental-cross-correlational design; The sample consisted of 496 students from the faculties of human medicine of the National University of the Center of Peru, the Peruvian University Los Andes and the Continental University, obtained through a non-probabilistic sampling. Data was collected with two instruments: the Social Media Addiction Assessment Scale (Escurra and Salas 2014) and the Academic Procrastination Scale (E.P.A.) (Gonzales 2014), which were applied and have construct validity.

The results of the research were obtained using the Spearman correlation coefficient, where it was found that there is a significant relationship between addiction to social networks and academic procrastination ($\rho = 0.281$ ($p < 0.05$), the same happening with the dimensions of the addiction to social networks variable and of the academic procrastination variable, we conclude in this way that, the more addictive behavior to social networks, the greater the academic procrastination. Because of the increase in the use of social networks that leads to their addiction, conditioning changes in the behavior of students such as academic procrastination.

Key words: addiction to social networks, procrastination, students of the medical school.

Introducción

Conocer la relación entre la procrastinación académica y la adicción a redes sociales en los estudiantes de medicina humana de la región es de gran importancia para el desarrollo de la carrera, ya que según un estudio de meta análisis la procrastinación académica es un comportamiento prevalente en la población universitaria mundial, se estima que del 80% al 90% experimentó procrastinación esporádica, y 75% se considera procrastinador (Steel, 2007). Actualmente conocemos que el uso de redes sociales se encuentra incrementada, en algunos casos llega hasta la adicción, datos que de forma global vienen siendo obtenidos en investigaciones analizadas.

El presente estudio tuvo como finalidad probar que existe una relación directa y significativa entre procrastinación académica y la adicción a redes sociales. Además de ello que existe alto nivel y prevalencia de los mismos en estudiantes de la facultad de medicina humana de la región Junín.

El estudio está organizado en cinco capítulos, el capítulo I titulado planteamiento del estudio aborda el planteamiento y la formulación del problema, los objetivos, la justificación y limitaciones del estudio, asimismo el capítulo II contiene los antecedentes, las bases teóricas y la definición de términos básicos, por otro lado el capítulo III trata sobre la hipótesis y las variables. También encontramos el capítulo IV que asume sobre la metodología del estudio, Por otro lado el capítulo V desarrolla los resultados y su análisis, por último se presenta las conclusiones, las recomendaciones y los anexos donde encontramos los instrumentos y la matriz de consistencia.

Los autores.

Capítulo I

Planteamiento del estudio

1.1. Planteamiento y formulación del problema

1.1.1. Planteamiento del problema

La procrastinación es un comportamiento caracterizado por la postergación de una o diferentes actividades importantes (Fernie et al., 2016). También se ha descrito este comportamiento como la quinta esencia del fracaso de autorregulación, a pesar de tener conocimiento de las posibles consecuencias negativas, éstas son superiores que las consecuencias positivas de la postergación (Rebetez et al., 2018).

El uso de las redes sociales en la actualidad es una realidad incuestionable, a la juventud actual se le puede denominar como personas “Digitales”, no por nacer en estos tiempos, sino por el hecho de que la mayoría de sus actividades se encuentran vinculadas a las redes sociales, las mismas que son percibidas de forma natural (Marín et al., 2019).

Respecto a las adicciones sociales Sánchez et al. (2016), señalan que el diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V) y la American Psiquiatric Asociation (APA, 2013) no reconocen las adicciones a las redes sociales por el número de horas que las personas están conectadas, sino cuando se vincula con el juego y cuanto entra a tañar el dinero, (como se citó en Marín et al., 2019). Sin embargo, es necesario conocer como los estudiantes universitarios pasan la mayor parte de sus horas conectados en la web, principalmente en las redes sociales. Así también, las adicciones a los servicios de redes sociales son tratadas e investigadas como tal. (García, 2013).

La procrastinación es un comportamiento frecuente alcanzando una prevalencia de hasta 70 - 85 % en los estudiantes y 20% en personas mayores de 40 años, manifestando de esta manera un problema de gran alcance en estudiantes universitarios. (Matalinares et al., 2017).

En nuestra región se han registrado estudios que mencionan niveles altos de procrastinación llegando a un 71%, siendo las formas comunes la procrastinación como conductas modificadas por hábitos socioculturales. (Sotelo, 2019).

Existe un campo de las adicciones conductuales asociadas a los usos tecnológicos y van en aumento exponencial desde 1995, están inmersas en este amplio grupo de adicciones las “Redes sociales”, relacionada con problemas en el uso de internet. (Lian et al. 2018). El año 2017 según el registro estadístico de la Unión Internacional de Comunicación (UIT) y cifras de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) mencionan que 3578 millones de personas usaban el internet (en comparación con 985 millones del año 2001), de los cuales 830 millones eran jóvenes.

Es cierto que las redes sociales pueden contribuir en generar nuevas estrategias de enseñanza y mayor alcance a la información científica mundial; sin embargo, también se han generado diversos sucesos que perjudican al estudiante universitario que prioriza su uso inadecuadamente perjudicando de esta manera su formación profesional una de aquellas consecuencias negativas y que será estudiada es la procrastinación (Huang, 2011).

No contando actualmente con estudios que analizan la relación entre estas dos variables en nuestra región ni en nuestra casa superior de estudios y siendo fundamental para optimizar el rendimiento académico la creación de centros de apoyo psicológico planteamos el problema como: ¿Existe una relación significativa entre la adicción

a redes sociales, y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019?

Y el propósito que orientó nuestro trabajo fue: Determinar la relación entre la adicción a redes sociales, y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

1.1.2. Formulación del problema

A. Problema general

¿De qué manera se relacionan la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019?

B. Problemas específicos

- ¿Cuál es la relación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019?
- ¿Cuál es la relación entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019?

1.2.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la adicción a redes sociales, y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

1.2.2. Objetivos específicos

- Establecer la relación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

- Establecer la relación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.
- Establecer la relación entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

1.3. Justificación e importancia y del estudio

La procrastinación académica es uno de los problemas que demanda mayor atención a todos los niveles en especial en el nivel superior ya que su incremento causa impacto tanto en el desarrollo del estudiante como el de la institución (Gómez et al., 2017).

La procrastinación tiene una prevalencia muy alta entre los estudiantes (Ferne et al., 2016) y tiene una relación negativa con el rendimiento académico y con el bienestar personal (Atalayin et al., 2017 y De Palo et al., 2017). Existe la necesidad de realizar estudios que determinen la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación (Ferne et al., 2016, Atalayin et al., 2017, Matalinares et al., 2017) entre los estudiantes de medicina humana de la región Junín con el fin de proporcionar información que lleven al desarrollo de programas en la intervención preventiva de la procrastinación académica, además que a la fecha no se cuenta con un estudio de tal magnitud.

En el presente estudio se respondieron cuestionarios de adicción a redes sociales y de procrastinación académica entre los estudiantes de medicina humana de la región Junín donde se buscó una correlación de asociación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación como lo refieren Matalinares et al. (2017), por la necesidad de investigar sobre dichos temas, y así poder brindar la mayor información posible.

El estudio busca, a través de la información proporcionada, nuevas perspectivas para beneficiar el rendimiento académico y el bienestar personal

(De Palo et al., 2017) de los estudiantes de medicina humana de la región Junín mediante una posible intervención preventiva en lo relacionado con la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, variables que fueron estudiadas en el presente trabajo.

1.4. Limitaciones del estudio

Una de las limitaciones que tuvimos en el estudio se debe al tipo de muestreo no probabilístico, ya que no se puede generalizar los resultados obtenidos estadísticamente ya que encontramos ciertas diferencias socioeconómicas, de edades y de sexo, lo que puede llevar a error en la generalización de los hallazgos (De Palo et al., 2017).

Una limitación a tener en cuenta se debe al tipo de diseño del estudio, el cual es de corte transversal, lo cual, limita realizar mediciones de inferencias causales (Fernie et al., 2016). Al tener como instrumento de medida, las encuestas, las cuales, son medidas de autoinforme, son susceptibles a sesgos, entre ellas la conveniencia social, pudiendo existir un cierto número de participantes que no hayan brindado una verdadera respuesta de acuerdo a factores personales. Para evitar dichas limitaciones se sugiere realizar trabajos de diseño longitudinal (Rebetez et al., 2018).

Capítulo II

Marco Teórico

2.1. Antecedentes del problema

Cabe señalar lo importante que son los estudios previos que se relacionan con nuestro trabajo, es así que a nivel internacional tenemos a: Marín et al. (2019) con su artículo Determinación del uso problemático de las redes sociales por estudiantes universitarios, publicado en la Revista Iberoamericana de Educación a Distancia, en la Universidad de Córdoba de España, cuyo objetivo es analizar el uso del software social en los estudiantes universitarios de Educación Infantil y Primaria de dicha universidad, para ello diseñaron una metodología descriptiva inferencial y correlacional, con un total de 715 estudiantes de la universidad en mención, llegando a la conclusión general de que estos estudiantes universitarios no presentaban problemas con el uso de las redes sociales, sin embargo, los autores consideran tomar con cautela dicha conclusión y que se debería seguir estudiando dicho tema.

Azizi et al. (2019) en su artículo de investigación The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study, publicado en la revista BCM Psychology, tiene como objeto buscar la relación entre la adicción al software social y el rendimiento académico en los estudiantes de Irán, para dicho propósito realizaron un estudio transversal con muestreo aleatorio transversal con la participación de 360 estudiantes, en dicho estudio se utilizó un formulario de información personal y la escala de adicción a las redes sociales de Bergen, además, se consideró la calificación general como indicador de rendimiento académico. Los autores llegaron a la conclusión de que la adicción a las redes sociales se encontraba en un nivel moderado y que los varones tenían un mayor nivel de adicción en comparación con las mujeres, asimismo, encontraron una relación negativa y significativa entre el uso general de las redes sociales y el rendimiento académico de los estudiantes.

Lian et al. (2016) en su artículo de investigación Social networking site addiction and undergraduate students' irrational procrastination: The mediating role of social networking site fatigue and the moderating role of effortful control en China, publicado en la revista PLoS ONE, que tuvo como objetivo examinar el mecanismo de asociación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación irracional. Para ello se realizaron encuestas las cuales fueron completadas por un total de 1 085 estudiantes universitarios chinos. Llegaron entre otras a la conclusión de que la adicción a las redes sociales tiene una relación positiva con la procrastinación irracional.

Huang (2011) en su tesis Social Media Addiction among Adolescents in Urban China: An Examination of Sociopsychological Traits, Uses and Gratifications, Academic Performance, and Social Capital de la Universidad de Hong Kong en China, para obtener el grado de Doctor de Filosofía en Comunicación se propuso entre otras cosas determinar si existe adicción a las redes sociales entre los adolescentes de la zona urbana de China, cuáles son sus síntomas y hasta qué grado son adictos, y en qué medida esta adicción se relaciona con su rendimiento académico, para dicho propósito combinó métodos cualitativos y cuantitativos con una total de 1549 adolescentes, llegando entre otras a las siguientes conclusiones, el 15,6% de los estudiantes fueron considerados adictos a las redes sociales, quienes experimentaron principalmente preocupación, consecuencias adversas, alivio de emociones negativas y pérdida de interés por las actividades sociales, asimismo, concluyó que la adicción a las redes sociales tiene una relación inversa significativa con el rendimiento académico.

Marín et al. (2015) en su artículo ¿Son adictos a las redes sociales los estudiantes universitarios? publicado como artículo científico en la Revista Complutense de Educación, en la Universidad de Córdoba de España, teniendo como principal objetivo determinar si los estudiantes universitarios muestran adicción a las redes sociales de internet. El diseño del estudio fue de tipo descriptivo correlacional con una muestra de 373 estudiantes de las provincias de Granada, Sevilla, Málaga y Córdoba empleando el cuestionario

de Young. En dicho estudio se llegó a la conclusión de que los estudiantes no se sienten adictos a las redes sociales, hallazgos que se contraponen a los encontrados en otros trabajos, por lo que proponen que los estudiantes podrían encontrarse en la fase de negación de las adicciones.

Kuss y Griffiths (2011) en su artículo científico *Online Social Networking and Adiccition – A Review of the Psychological Literature* publicado en la revista *International Journal of Environmental Research and Public Health* por la Universidad de Nottingham Trent del Reino Unido, y que tuvo por objeto proporcionar una visión empírica y conceptual sobre el fenómeno emergente de la adicción a las redes sociales. En el trabajo se realizó una búsqueda de estudios en la base de datos de Web of Knowledge y Google Scholar, identificándose 43 estudios empíricos de los cuales cinco trataban con especificidad la adicción a las redes sociales. Llegaron entre otras a la conclusión de que la dimensión negativa del uso de redes sociales incluye la disminución de la participación de la comunidad social y el rendimiento académico, así como los problemas de relación, cada uno de los cuales puede ser indicativo de una posible adicción.

Darren et al. (2010). En su estudio *Evaluación Del Cuestionario De Factores Asociados Con El Éxito Académico Y Personal* de tipo descriptivo con el objetivo primario de encontrar los factores asociados al éxito académico y personal, evaluó a 231 estudiantes universitarios de la Universidad Privada de Artes Liberales de Alberta, Canadá el año 2010 quienes completaron un diario de 5 días con 71 preguntas. En el estudio se concluye que como principales factores asociados se encuentran gestión del tiempo, inteligencia, tiempo dedicado al estudio, uso de una computadora personal, menos tiempo a descanso pasivo y dieta saludable. Este estudio nos ayuda a reforzar y dar importancia a que menos actitudes procrastinadoras tienen como beneficio tanto el éxito académico, como el éxito personal.

A nivel nacional, tenemos a Arones y Barzola (2018) con su tesis *Adicción a redes sociales y rendimiento académico en estudiantes de Psicología en*

Ayacucho para obtener el grado de Magíster en Psicología Educativa de la Universidad Cesar Vallejo, estos autores se propusieron como objetivo determinar la relación existente entre la adicción a las redes sociales y el rendimiento académico en los estudiantes de la Escuela de Psicología de la Universidad Alas Peruanas, para tal propósito realizaron un diseño de investigación cualitativa, no experimental y descriptiva de tipo correlacional transversal, cuya muestra fue de 20 estudiantes del VI ciclo, llegando a la conclusión de que la adicción a las redes sociales tiene una relación directa, positiva y débil con el rendimiento académico de los estudiantes.

Matalinares et al. (2017) en su artículo científico Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima publicado en la revista Horizonte de la Ciencia de la Universidad Nacional del Centro del Perú de la ciudad de Huancayo, cuyo diseño de investigación descriptivo, comparativo correlacional incluyó a 402 estudiantes universitarios de pre y post grado de la ciudad de Lima entre las edades de 16 hasta los 65 años, encontrando una relación directa y positiva entre dichas variables, lo que indica que un mayor nivel de procrastinación se asocia con una mayor adicción al software social.

Cholán y Valderrama (2016) en su tesis para obtener el grado profesional de Licenciado en Psicología, Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, filial Tarapoto, se plantean el objetivo de determinar el tipo de relación existente entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica entre los estudiantes de dicha institución, para lo cual diseñaron un estudio correlacional de corte transversal, donde incluyeron a 400 estudiantes voluntarios utilizando los instrumentos “Inventario de adicción a redes sociales” y la “Escala de procrastinación académica”, obteniendo la conclusión de que a mayor grado de adicción a las redes sociales, mayor nivel de procrastinación académica entre dichos estudiantes.

En nuestra región tenemos trabajos relacionados con la procrastinación, sin embargo, ninguno de ellos hace una correlación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación. Es así que tenemos a Sotelo (2019) con su tesis para obtener el grado de Maestro en Investigación y Docencia Universitaria, *Relación entre la calidad de vida y procrastinación académica en los estudiantes de psicología de la Universidad Continental de Huancayo* publicada en la Universidad Peruana de Ciencias e Informática, la cual tiene como objetivo determinar la relación que existe entre la calidad de vida y la procrastinación académica en dichos estudiantes, para tal propósito diseñó una investigación descriptiva correlacional de diseño no experimental, donde participaron 280 estudiantes entre varones y mujeres, de los ciclos del I al X, por medio de una encuesta sobre la calidad de vida de Olson y Barnes y de la procrastinación académica, llegando a la conclusión de que existe una relación inversa y significativa entre ambas variables.

Pérez (2017) en su tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología, *La procrastinación académica y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes de Psicología de la Universidad Continental de la ciudad de Huancayo*, que tuvo como objetivo determinar la asociación que existe entre la procrastinación académica y la inteligencia emocional entre dichos estudiantes, con tal propósito diseñó un estudio cuantitativo con un diseño correlacional descriptivo, teniendo como muestra a 163 estudiantes del III al X ciclo, a quienes se les aplicó dos instrumentos a maneras de encuestas, una de ellas la escala de procrastinación académica y la otra el inventario emocional de Bar-On, llegando a la conclusión de que existe una correlación inversa significativa entre dichas variables.

Mejía et al. (2017) en su artículo *Uso del Smartphone y de Facebook asociado a la autopercepción del rendimiento académico en estudiantes de Medicina peruanos*, publicado en el repositorio de la Universidad Continental, tiene como propósito principal determinar la relación que existe entre el uso del Smartphone y el Facebook con la autopercepción del rendimiento académico en estudiantes universitarios de medicina humana de la Universidad

Continental de Huancayo, para lo cual realizaron un estudio observacional, analítico, transversal y prospectivo, teniendo como muestra a 173 estudiantes de dicha facultad, a quienes se les aplicaron instrumentos a manera de encuestas, llegando a la conclusión de que existe una relación inversa entre el tiempo de uso del Smartphone y de Facebook con el rendimiento académico.

Zevallos (2016) en su tesis para obtener el grado de Maestro en Psicología Educativa, Funcionamiento familiar y procrastinación académica en estudiantes de ciencias de la salud de la Universidad Peruana Los Andes, publicado en la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo que tiene como objeto principal establecer la relación que existe entre el funcionamiento familiar y la procrastinación académica en los estudiantes de ciencias de la salud de dicha universidad, realizando una investigación científica de diseño no experimental y transversal correlacional con una muestra de 349 estudiantes a quienes aplicó una encuesta de las variables en evaluación, llegando a la conclusión de que existe relación indirecta baja entre el funcionamiento familiar y la procrastinación académica, sin embargo, creemos que este tema debería seguir en estudio.

Tarazona et al. (2016) en su artículo de investigación básica, Procrastinación académica en estudiantes de Lenguas, Literatura y Comunicación: características, modos y factores, que tiene como objeto establecer los grados, modos, características y factores relacionados con la procrastinación académica entre dichos estudiantes, para ello realizaron una investigación de diseño descriptivo, contando con una muestra de 169 estudiantes de los semestres pares desde el II al X del ciclo 2015 II de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú, a quienes se les aplicó dos instrumentos, uno elaborado por Tuckman en el año 1990 que evalúa la procrastinación académica, y otro que evalúa los hábitos socioculturales, llegando entre otras a las siguientes conclusiones, existe una clara tendencia a la procrastinación académica realizando acciones irrelevantes en sus smartphones, tabletas u otros objetos personales, y que existe una relación

inversa con el grado de estudio, es decir, mientras menor es el grado de estudios, mayor es el grado de procrastinación, y si el grado de estudios es mayor, menor es el grado de procrastinación.

2.2. Bases teóricas

2.2.1 Adicción a las redes sociales

A. Modelo de adicciones biopsicosocial de Griffiths

Griffiths, referido por García (2013) compara el abuso de sustancias como el alcohol y las drogas con las adicciones conductuales como la adicción a las tecnologías, y al igual que en las primeras, los síntomas que desarrollan las personas están relacionados con cambios en sus comportamientos cotidianos como refieren Echeburúa y Corral referidos por García (2013). Para el sustento de una teoría de las adicciones, estas deben cumplir, según Griffiths, con los componentes básicos siguientes:

1. La teoría debe sintetizar los aspectos farmacológicos, culturales, familiares y comunitarios.
2. Debe tomar en cuenta la naturaleza cambiante de las adicciones en las diferentes culturas.
3. Debe tomar en cuenta las concordancias entre las adicciones.
4. Debe ser fiel con la experiencia humana.

En tal sentido, Kuss y Griffiths (2011) plantea las siguientes dimensiones o parámetros en su modelo, incluyendo:

- La saliencia, referida como aquella actividad que se torna como la parte más importante del individuo controlando sus pensamientos, sentimientos y conductas, como permanecer conectado a las redes sociales estando en clases.
- La modificación del humor, referida a las experiencias subjetivas que manifiestan las personas al estar implicadas

- en alguna actividad en peculiar, como estar aburrido en clases porque no están conectados en las redes sociales.
- La tolerancia, entendida como el aumento de la necesidad de una cosa, para sentir lo mismo que se sentía en un inicio, como por ejemplo sentir la gran necesidad de permanecer conectado a las redes sociales.
 - La abstinencia o el síndrome de abstinencia, en relación con sentimientos de incomodidad en la parte física, psicológica o social cuando el tiempo que le dedicas a una actividad se reduce de manera inmediata, como sentirse ansioso cuando no puedes conectarte a las redes sociales.
 - El conflicto, que se puede presentar de manera tanto intra como interpersonal, interviniendo en las actividades cotidianas a sabiendas que tienen un problema el cual no lo pueden controlar, como pensar en las redes sociales aun cuando realizan otras actividades.
 - La recaída, que es la tendencia a volver a realizar las actividades adictivas después de cierto periodo de abstinencia, como proponerse controlar los malos hábitos sin lograr conseguirlo.

B. Redes sociales

Actualmente, la tecnología de información se ha desarrollado vertiginosamente en especial con los aparatos móviles y las redes sociales, de gran uso entre los niños, adolescentes, jóvenes, adultos e incluso adultos mayores, promoviendo una mejor relación de socialización entre las personas y de intercambio de información entre los cibernautas de diferentes partes del mundo; sin embargo, también ha condicionado, lo que algunos denominan como una situación paradójica en su uso, mejorando la comunicación humana a distancia entre los internautas (con una gran rapidez a bajo costo), a expensas de

la comunicación cara a cara entre las personas, la cual ha sufrido un gran deterioro (Escurra y Salas, 2014).

Según Kuss y Griffiths (2011), las redes sociales (redes sociales online o virtuales), son todos aquellos espacios virtuales donde las personas pueden crear un perfil e interactuar con otras y donde, además, pueden conocer personas con quienes comparten algunos intereses, creando así comunidades virtuales.

Las redes sociales traen consigo diversos beneficios entre quienes las usan, como por ejemplo promueven la colaboración, el intercambio de información y una mejor socialización entre las personas. No obstante, también pueden representar algún tipo de riesgo o problema, ya que puede traer consigo consecuencias como el fraude, el chantaje o incluso la adicción (Marín et al., 2019).

Las redes sociales no están libres de generar peligros o problemas en la vida personal y laboral de las personas que las usan, ya que pueden generar dispersión de la atención, reducción de la productividad, degradación el lenguaje, adicción a las mismas e incluso delitos, como lo menciona (Caldevilla 2010, mencionado por Marín et al., 2015).

Las adicciones sin sustancias, que se pueden dar con el teléfono, el Internet, los juegos de azar, etc., son un problema actual que generan algún tipo de alteración en la vida personal, social, familiar o académica de las personas, ya que estas personas están en alerta permanente a lo que sucede en sus entornos virtuales, verificando descontroladamente sus ordenadores o Smartphones a toda hora, como lo mencionan Escurra y Salas (2014).

Si bien la adicción a las redes sociales es relativamente nueva ha tenido una diseminación muy rápida, principalmente entre los jóvenes (Escorra y Salas, 2014). La adicción a las redes sociales no podría determinarse por el número de horas que las personas le dedican, sino por los problemas en general que condicionan en los quienes las usan (Marín et al., 2019).

Para Gavilanes (2015), mencionado por Cholán y Valderrama en el 2017, la adicción al software social es la compulsión a estar conectado a la misma, dedicándole gran parte del tiempo a las actualizaciones del perfil, y al estar pendiente a los amigos virtuales y a los mensajes de dicha red social.

Andreassen (2015) referido por (Araujo, 2016) señala que la adicción a las redes sociales conlleva a cuatro tipos de consecuencias adversas, problemas emocionales, en las relaciones, de rendimiento y de salud. Asimismo, Kuss y Griffiths (2011), mencionados en el mismo estudio, refieren otros efectos negativos a la adicción a las redes sociales como son la procrastinación, la distracción y el inadecuado manejo del tiempo.

C. Dimensiones de la adicción a redes sociales (Escorra & Salas (2014)

Escorra y Salas (2014), basaron la elaboración de su cuestionario de adicción a las redes sociales en la DSM IV TR, identificando 3 dimensiones operacionales:

- Obsesión por las redes sociales: se refiere al hecho de pensar constantemente y fantasear con las redes sociales, a la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las mismas.
- Falta de control personal en el uso de las redes sociales: indica el control inadecuado o la falta de interrupción en el

uso de las redes, lo que conlleva al descuido de las labores estudiantiles.

- Uso excesivo de las redes sociales: dificultad para controlar el uso de las redes sociales, lo que indica un exceso en el tiempo de su uso, además, de no ser capaz de disminuir la cantidad de su uso.

Asumimos para nuestra investigación que adicción a redes sociales es el uso compulsivo y excesivo de los mismos provocando malestar y deterioro en el funcionamiento de las personas (Watters et al., 2013).

2.2.2 Procrastinación académica

A. Modelo cognitivo – conductual de la procrastinación

La percepción cognitivo – conductual pionera sobre la procrastinación nos la ofrecieron Ellis y Klaus (1977), en su obra titulada “Overcoming procrastination”, donde llegan a la conclusión de que las creencias irracionales pueden tener como consecuencia la procrastinación y esto causa que las personas comparen su percepción de autoeficacia con su rendimiento. Estos autores definen la procrastinación como el postergamiento de un deber que se debía realizar, y caracterizan a la procrastinación de tres formas que con frecuencia se superponen: autolimitación, baja tolerancia a la frustración y hostilidad.

Este modelo define también la procrastinación como la implicancia de un inadecuado proceso de la información que se relaciona con la incapacidad y el temor a la exclusión social, de los cuales las personas que procrastinan también reflexionan sobre aquello. Es así que las personas mantienen pensamientos obsesivos al no poder realizar una tarea o cuando la fecha límite se acerca, ellos inicialmente están comprometido a realizarlo,

sin embargo, al no hacerlo incrementan sus pensamientos negativos que posteriormente se relacionarán con su baja autoeficacia (Wolters, 2003).

Gonzales (2014, p.27) citado por Córdova (2016): “Los mecanismos cerebrales de las personas que procrastinan se encuentran relacionados por los circuitos de recompensa inmediata, es por ello que aquellas personas al procrastinar actúan bajo el paradigma del placer, reflejado en los logros obtenidos a último momento.”

Gonzales (2014), manifestó diversos tipos de procrastinadores entre los que encontramos los siguientes: los crónicos emocionales, ya que postergan actividades más importantes sintiendo satisfacción inmediata al realizarlas, son eficientes al realizarlo y de esta manera justifican el no hacer sus tareas. Las personas que procrastinan por evitación son aquellas que lo hacen porque perciben las tareas como aversivas, y deciden demorarse en iniciar con su deber, presentan altos niveles de ansiedad y resultados negativos, reflexionan sobre su actuar, presentan obsesiones constantes que al final se vuelven automáticos, relacionado con el proceso de crianza. En tercer lugar, encontramos a los procrastinadores por estímulo demandante, llegan a un alto nivel que sobrepasará el nivel de tolerancia del procrastinador, y, por último, los procrastinadores por incompetencia personal, quienes tienen la autopercepción de incapacidad del desarrollo de sus actividades.

B. Tipos de Procrastinación:

- Procrastinación crónica:

Suelen estar asociados con diversas características, entre las que se encuentran la baja autoestima, falta de competitividad, rapidez del comportamiento o falta de

energía entre otras, las personas tienen un punto de vista irritante e ilógica, se mencionan a las personas como ociosas y poco ambiciosas. Se denomina de esta manera cuando existe de por medio un trastorno psicológico como: la depresión, ansiedad, dependencia de sustancias, ludopatía, etc.

- **Procrastinación académica:**
Asociado con la demora de entrega de los trabajos educativos, genera en la mayoría de las personas ansiedad, después de que los estudiantes esperen el último momento para realizar sus actividades.
- **Procrastinación activa:**
La persona es consciente de qué es lo que posterga y porqué lo hace, también se da cuenta de sus habilidades para la realización de la tarea, sin embargo, las propias personas planifican la postergación. Al momento de enfrentar las tareas de último momento se sienten desafiados y motivados y así se ven inmunes al decaimiento. Es una estrategia de gestión de tiempo autorregulada que hace posible trabajar bajo presión y cumplir los plazos con éxito.
- **Procrastinación pasiva:**
Las personas no planifican la acción de postergar, sino que sólo dejan de hacer la tarea y dudan de su habilidad para completarla y lograr buenos resultados. Cuando más se aproxima la fecha de entrega se sienten presionados, así mismo, incrementa la desconfianza y aparecen sentimientos de culpa y depresión.
Es un proceso autodestructivo en la cual la duda, la ansiedad y la angustia acompañan el incumplimiento de los plazos.

C. Dimensiones de la procrastinación de Ferrari (2012)

Ferrari viene realizando diferentes trabajos de investigación sobre la actitud procrastinadora desde 1992, y clasifica esta variable en 4 dimensiones:

- **Procrastinadores crónicos emocionales:**
Son aquellas personas que no realizan sus actividades por llevar a cabo otras de “mayor importancia”, según la percepción personal, su característica principal es cumplir sus deberes a última hora y esto genera en ellos satisfacción y reforzamiento en su conducta de dilatar sus actividades, sobre todo cuando los resultados son exitosos, volviéndose de esta manera para una próxima vez un estímulo con mayores expectativas (Gonzales, 2014).
- **Procrastinación por aversión a la tarea:**
Es la sensación de hostilidad frente a un deber y/o tarea, al inicio estas personas tienen la voluntad de realizar y ejecutar sus actividades, posterior a ello al pasar el tiempo sienten u observan un ambiente negativo por haber postergado sus actividades, generando frustración y nuevamente la postergación de la actividad.
- **Procrastinación por incompetencia personal:**
Son aquellas personas que no realizan sus deberes debido a la sensación de incapacidad de ejecutarlo (Ferrari, 2008), así mismo Wolters (2003), refiere que a esta sensación manifestada por Ferrari se añade el temor a la exclusión social, acompañando a estas sensaciones los pensamientos obsesivos relacionados altamente con problemas de la autoeficacia.
- **Procrastinación por estímulo demandante:**
Schouwenburg (2004) señala que diversas personas tienden a postergar sus actividades por la presencia de estímulos que superan sus expectativas causando en ellos

sensaciones negativas, ocasionando así un cambio de ideas que genera no realizar las actividades planificadas, así mismo Jackson et al., (2003) refieren que el principal motivo es evitar la sensación de frustración.

Para nuestra investigación procrastinación académica es la postergación en el contexto académico, relacionado con un aplazamiento continuo de tareas (Quant y Sánchez, 2012).

2.3. Definición de términos básicos

2.3.1 Adicción a las redes sociales

Es el uso compulsivo y excesivo de las redes sociales provocando malestar y deterioro en el funcionamiento de las personas perdiendo el control sobre las mismas y repitiendo dichas conductas a pesar de sus consecuencias adversas (Watters et al., 2013 y Araujo, 2016).

2.3.2 Procrastinación académica

Quant y Sánchez (2012), la definen como la postergación en el contexto educativo, ya sea desde el ámbito académico o administrativo, relacionándola con un aplazamiento continuo de tareas.

Capítulo III

Hipótesis y Variables

3.1. Hipótesis

3.1.1. Hipótesis general

Existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

3.1.2. Hipótesis específicas

- Existe una relación directa y significativa entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.
- Existe una relación directa y significativa entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.
- Existe una relación directa y significativa entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

3.2. Operacionalización de variables

3.2.1. Adicción a redes sociales

- A. Definición conceptual: La adicción a las redes sociales se puede entender como el uso compulsivo y excesivo de los mismos, provocando malestar y deterioro en el funcionamiento de las personas como lo refieren Watters et al. (2013), mencionados por Marín et al., 2015, perdiendo el control sobre las mismas y repitiendo dichas conductas a pesar de sus consecuencias adversas (Araujo, 2016).
- B. Definición operacional: Ecurra y Salas (2014), basaron la elaboración de su cuestionario de adicción a las redes sociales

en la DSM IV TR, identificando 3 dimensiones operacionales: la obsesión por las redes sociales, la falta de control personal en el uso de las redes sociales y el uso excesivo de las redes sociales, su cuantificación será mediante un cuestionario con una respuesta tipo Likert.

3.2.2. Procrastinación académica

A. Definición conceptual

Quant y Sánchez (2012), se define como la postergación en el contexto educativo, desde el ámbito académico, relacionado con un aplazamiento continuo de tareas.

B. Definición operacional

Es la segunda variable a estudiar en nuestra investigación y contiene 4 dimensiones: procrastinador crónico, procrastinador por estímulo demandante, procrastinador por incompetencia personal y procrastinador por aversión, su cuantificación será mediante un cuestionario con una respuesta tipo Likert.

Tabla 1*Operacionalización de la variable adicción a las redes sociales*

Variable	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Categoría
Adicción a las redes sociales	Es el uso compulsivo y excesivo de las redes sociales provocando malestar y deterioro en el funcionamiento de las personas perdiendo el control sobre las mismas repitiendo dichas conductas (Watters et al., 2013 y Araujo, 2016)	Obsesión por las redes sociales	2, 3, 5, 6, 7, 13, 15, 19, 22, 23	0=Nunca 1=Casi Nunca
	Se medirá a través de la Escala de evaluación de la adicción a las redes sociales obteniendo la suma de las tres dimensiones, según el resultado podremos determinar el nivel de adicción a las redes sociales:	Falta de control personal en el uso de las redes sociales	4, 11, 12, 14, 20, 24	2=Algunas veces 3=Muchas veces
	Alto = 52-96 Moderado = 29-51 Bajo = 0-28	Uso excesivo de las redes sociales	1, 8, 9, 10, 16, 17, 18, 21	4=Siempre

Fuente: Elaboración propia

Tabla 2*Operacionalización de la variable procrastinación académica*

Variable	Definición Operacional	Dimensiones	Ítems	Categoría
Procrastinación académica	Es la postergación en el contexto educativo, relacionado con un aplazamiento continuo de tareas académicas (Quant y Sánchez, 2012).	Procrastinador crónico emocional	1, 5, 10, 15, 20, 25, 30, 34, 3, 7, 13, 18, 23, 27, 33, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41	0=Nunca 1=Casi Nunca
	Se medirá a través de la Escala de Procrastinación Académica obteniendo la suma de las cuatro dimensiones, según el resultado podremos determinar el nivel de procrastinación:	Procrastinador por estímulo demandante	19,32,16,21,26	2=Algunas veces 3=Muchas veces
	Alto= 83-164 Moderado= 55-82 Bajo = 0-54	Procrastinador por incompetencia personal	24, 26, 28, 29	4=Siempre
		Procrastinador por aversión	2, 4, 6, 8, 9, 11, 12, 14, 17, 22, 31	

Fuente: Elaboración propia

Capítulo IV

Metodología

4.1. Método, tipo o alcance de la investigación

4.1.1. Método de investigación

El presente de trabajo de investigación se realizó a través del método científico ya que para llevar a cabo una buena investigación se requiere la aplicación del rigor científico, como lo refieren Hernández et al. (2014).

4.1.2. Tipo o alcance de investigación

El tipo de investigación es básica ya que busca ampliar el conocimiento teórico y general. Según la secuencia es un estudio transversal, ya que estudiamos diferentes variables simultáneamente en un momento ya establecido. Según el alcance de la investigación es un estudio correlacional pues tiene como objetivo determinar la relación existente entre las variables en un tiempo y contexto determinado para así tratar de predecir el valor de una de las variables a partir del valor de la otra variable. (Hernández et al., 2014).

4.2. Diseño de la Investigación

Es un diseño descriptivo, correlacional, no experimental ya que no existió manipulación deliberada de las variables para observar el resultado de otras variables, este diseño tuvo por función observar aquellos fenómenos que ocurrieron en su contexto natural ya existentes, no se tiene control ni influencia en las variables, posterior a ello son analizadas. Descriptivo porque tuvo como objetivo investigar y medir variables que se encuentran en el enfoque cuantitativo. Correlacional ya que se describió las relaciones entre las variables dependientes e independientes buscando una relación causa – efecto, en diversos estudios (Hernández et al., 2014).

4.3. Población y muestra

4.3.1. Población

Es aquel conjunto de personas, objetos y/o elementos, finitos o infinito que poseen una o más características en común de los cuales se harán referencias en los resultados de la investigación. (De Pelekais et al., 2015).

Estuvo conformada por los estudiantes de la facultad de medicina humana de I a IX ciclo de estudios, de las universidades: Universidad Nacional del Centro del Perú, Universidad Peruana los Andes y Universidad Continental, siendo estas tres universidades aquellas que cuentan con la carrera profesional de medicina humana en toda la región, la primera es una universidad pública y las otras dos universidades privadas.

Participaron aquellos estudiantes que se encontraron presentes en el momento de realizar las encuestas, de ambos sexos, y que se encontraban matriculados en el periodo académico correspondiente.

En el portal transparencia de las universidades se encuentra que para el semestre académico 2019-II hay un total de 296 matriculados en la facultad de medicina humana de la Universidad Nacional del Centro del Perú (UNCP, 2019), 839 en la Universidad Peruana Los Andes (UPLA, 2019) y 963 en la Universidad Continental (Universidad Continental, 2019).

4.3.2. Muestra

El tipo de muestreo fue no probabilístico por conveniencia, ya que la elección de los estudiantes que participaron en el trabajo de investigación no depende de la probabilidad, depende de las causas relacionadas con las características de la población, tomando en cuenta la decisión de los investigadores, obedeciendo de esta manera a los criterios establecidos. (Hernández et al., 2014).

Estuvo conformada 496 estudiantes para un nivel de confianza del 95% y se utilizó la siguiente fórmula de población finita:

$$n = \frac{Z_a^2 \times p \times q}{d^2}$$

Figura 1. Fórmula del nivel de confianza.

Fuente: Hernández et al. (2014).

En donde:

Z = nivel de confianza,

P = probabilidad de éxito, o proporción esperada

Q = probabilidad de fracaso

D = precisión (error máximo admisible en términos de proporción)

4.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

- Para la variable adicción a redes sociales se utilizó el cuestionario desarrollado y validado por Ecurra y Salas en el 2014 que evaluó la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios en nuestro país, tiene como base los indicadores de adicción a sustancia del DSM-IV-TR de la American Psychiatric Association del 2008 (Ecurra y Salas, 2014 y Araujo, 2016), consta de 24 ítems, cuya escala es de tipo Likert con cinco respuestas: nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre, y siempre (Araujo, 2016, y Matalinares et al., 2017). Este cuestionario evaluó las tres dimensiones de la adicción a las redes sociales, las cuales fueron mencionadas anteriormente y son: la obsesión por las redes sociales evaluada por 10 de los ítems, la falta de control personal en el uso de las redes sociales constituida por 6 ítems y el uso excesivo de las redes sociales con formada por 8 de los ítems (Araujo, 2016). Cabe mencionar que este cuestionario que se aplicó evidencia validez y confiabilidad adecuadas, presentando validez de constructo (Araujo, 2016).
- Para valorar el nivel de procrastinación académica se utilizó la Escala de Procrastinación académica (EPA), validada por Gonzales el año 2014 que evalúa las 4 dimensiones planteadas en el modelo teórico

de Ferrari, cada estudiante deberá contestar con veracidad cada ítem llegando a un total de 41, la evaluación del puntaje se dará mediante la suma de la escala de Likert.

El tipo de aplicación fue de manera individual, con un tiempo de duración de 5 minutos aproximadamente.

La dimensión de procrastinación académica emocional se evaluó en los ítems 1, 3, 5, 7, 10, 13, 5, 18, 20, 23, 25, 27, 30, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, por estímulo demandante en los ítems 19, 32, 16, 21, por incompetencia personal en 24, 26, 28, 29 y por aversión a la tarea en 2, 4, 6, 8, 9, 11, 12, 14, 17, 22, 31.

- Las encuestas para evaluar la adicción a redes sociales y procrastinación ya se encuentran validadas y son de uso nacional e internacional, esto se evidencia en las referencias de aquellos trabajos de investigación que han aplicado los cuestionarios.
- Se realizó la gestión con el área de Asuntos académicos de la Facultad de Medicina Humana de cada universidad, a través de una carta avalada por la escuela de post grado que irá dirigida al decano de la facultad de cada universidad, solicitando obtener los permisos respectivos.
- Se estableció un cronograma con las respectivas fechas en las que se realizaron las encuestas teniendo en cuenta el ciclo académico, horario y el tiempo establecido por cada cuestionario.
- Se entregó a cada estudiante el consentimiento informado, y las escalas de evaluación de procrastinación académica y adicción a redes sociales.
- Los investigadores fueron los responsables de aplicar el cuestionario de acuerdo al cronograma propuesto.
- Se realizó una base de datos para codificar cada ficha respetando la confidencialidad de los participantes, elaborando una hoja de cálculo en la cual se procedió a transcribir los datos que fueron obtenidas.

4.5. Técnicas de análisis de datos

Se aplicó la estadística descriptiva para hallar los diversos estadígrafos y gráficos.

La estadística inferencial se aplicó para establecer la correlación entre las variables de adicción a redes sociales y procrastinación académica, se utilizó la prueba de normalidad Kolgomorov-Smimov, sus resultados nos permitieron determinar si presentan normalidad estadística o no, por lo tanto, según los resultados se determinó en usar las pruebas no paramétricas como la correlación de Spearman que analiza o determina la relación entre dos o más variables de tipo ordinales (Vara, 2012).

Capítulo V

Resultados y Análisis de Resultados

En el presente capítulo presentamos los resultados obtenidos de los instrumentos empleados para la evaluación de nuestras variables adicción a las redes sociales y procrastinación académica, así como, el análisis de nuestras hipótesis.

5.1. Resultados de la adicción a las redes sociales

En primer término, revisaremos los resultados obtenidos en cuanto a la variable de adicción a las redes sociales:

Tabla 3

Nivel de adicción a las redes sociales

	Baremo	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0-32	53	10,7
Moderado	33-64	413	83,3
Alto	65-96	30	6,0
Total		496	100

Fuente: Elaboración propia.

De la presente tabla 3, que muestra el nivel de adicción a las redes sociales podemos observar que el 83,3% (413) de la muestra en investigación presenta un grado moderado de adicción, el 6,0% (30) presenta un grado alto y el 10,7% (53) presenta un nivel bajo de adicción.

Tabla 4

Nivel de adicción a las redes sociales según sus dimensiones

Dimensiones	Bajo		Moderado		Alto		Total	
	fi	%	Fi	%	fi	%	fi	%
Obsesión	84	16,9	386	77,8	26	5,2	496	100
Falta de Control	72	14,5	381	76,8	43	8,7	496	100
Uso Excesivo	48	9,7	380	76,6	68	13,7	496	100

Fuente: Elaboración propia.

La tabla 4 nos muestra al nivel de adicción a las redes sociales según las dimensiones, podemos observar que en la dimensión obsesión el 77,8% presentan grado moderado de adicción, el 5,2% presenta grado alto. La dimensión falta de control cuenta con el 76,8% de estudiantes con grado moderado y el 8,7% grado alto; por último, en la dimensión del uso excesivo de las redes sociales el 76,6% presenta grado moderado y el 13,7% grado alto, llegando a ser mayor que el grado leve, en esta dimensión, siendo representada por el 9,7% del total de la muestra.

Tabla 5

Nivel de adicción a las redes sociales según el sexo

Niveles	Femenino		Masculino	
	N	%	N	%
Leve	34	11,8	19	9,1
Moderado	238	82,9	175	83,7
Severo	15	5,2	15	7,2
	287	100	209	100

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 5, que muestra la evaluación de la adicción a las redes sociales según el sexo, podemos observar que tanto las personas de sexo femenino como las de sexo masculino presentan mayoritariamente el grado moderado de adicción, con un 83,7% (175) en el caso de las mujeres y un 82,9% (238) en el caso de los varones; asimismo, se puede observar que el 5,2% (15) del total de las mujeres presentan un grado alto y que el 7,2% (15) de los varones presentan dicho grado, sin una variación porcentual significativa.

Tabla 6

Nivel de adicción a las redes sociales según la universidad de procedencia

Niveles	UNCP		UPLA		Universidad Continental	
	fi	%	fi	%	fi	%
Leve	20	12,3	8	8,0	25	10,7
Moderado	136	84,0	84	84,0	193	82,5
Severo	3	3,7	8	8,0	16	6,8
	162	100	100	100	234	100

Fuente: Elaboración propia.

En la siguiente tabla 6 se logra destacar que la mayoría de los participantes presentan un grado moderado de adicción en la evaluación de cada una de las dimensiones de la adicción a las redes sociales en todas y cada una de las universidades en estudio de la región. Una mención especial en cuanto a la dimensión del uso excesivo de las redes sociales se refiere, la cual muestra una tendencia mayoritaria en los grados moderado y severo en dichas universidades llegando en su conjunto a representar el 90,8% en el caso de los estudiantes de la UNCP, el 92% en el caso de la UPLA y el 89,3% en el caso de la Universidad Continental.

Tabla 7

Nivel de adicción a las redes sociales según el año académico

Niveles	Primero		Segundo		Tercero		Cuarto		Quinto		Sexto	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Leve	8	7,9	26	12,9	8	7,3	4	11,4	6	13,0	3	10,3
Moderado	64	84,2	164	81,6	94	86,2	28	80,0	38	82,6	25	86,2
Severo	6	7,9	11	5,5	7	6,4	3	8,6	2	4,3	1	3,4
	76	100	201	100	109	100	35	100	46	100	29	100

Fuente: Elaboración propia.

De nuestra tabla 7 que relaciona el nivel de adicción a las redes sociales con el año de estudio en nuestra muestra podemos observar que entre el 80% y el 86,2% presentaron un nivel moderado de adicción a las redes sociales en todos los años de estudio sin existir una variación significativa entre los diferentes años. Un dato relevante de este cuadro es que en los años de estudio del primero al cuarto se presentan los mayores porcentajes de adicción en el grado alto, llegando en el cuarto año hasta un 8,6% del total de los participantes. De la misma manera se destaca que en los últimos años de estudios, es decir, del cuarto al sexto año, los porcentajes de adicción en el nivel leve se incrementan, llegando hasta el 13% en el caso de los estudiantes del quinto año.

Tabla 8*Nivel de adicción a las redes sociales según las ciencias básicas y clínicas*

Niveles	Ciencias Básicas		Ciencias Clínicas	
	fi	%	fi	%
Leve	37	10,2	16	11,9
Media	303	83,7	110	82,1
Alta	22	6,1	8	6,0
Total	362	100	134	100

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 8 se muestra el nivel de adicción a las redes sociales según cursos de ciencias básicas y clínicas. Donde observamos que entre en los estudiantes que cursan las ciencias básicas, los primeros tres años de estudio, el 83,70% (303) presentan un grado moderado de adicción y que en el caso de los que cursan ciencias clínicas, quienes estudian en los últimos años de estudios, el 82,10% (110) presentan el grado de moderado, no existiendo diferencia porcentual significativa entre los mismos. Tampoco se evidencia una variación significativa en cuanto los porcentajes observados de adicción a las redes sociales entre los niveles leve y severo en dichos años de estudio.

5.2 Resultados de procrastinación académica

En esta instancia revisaremos los resultados de la procrastinación académica y según los datos obtenidos con referencia a la misma:

Tabla 9*Nivel de procrastinación académica*

Niveles	Baremo	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	0-55	13	2,5
Moderado	56-110	446	90,0
Alto	111-164	37	7,5
Total		496	100,0

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 9 vemos que un 90,0% de los participantes de la muestra presentan un nivel moderado de procrastinación académica (446 estudiantes), seguido por un 7,5% quienes presentan un nivel alto de

procrastinación académica (37 estudiantes) y, por último, sólo el 2,6% de los encuestados presentan un nivel bajo de procrastinación académica (13 estudiantes), lo que muestra una tendencia a procrastinar en moderado grado en los estudiantes de nuestra muestra.

Tabla 10

Nivel de procrastinación académica según sus dimensiones

Dimensiones	Bajo		Moderado		Alto	
	fi	%	fi	%	fi	%
Crónico Emocional	12	2,4	405	81,7	79	15,9
Por Estímulo demandante	51	10,3	363	73,2	82	16,5
Por incompetencia Personal	24	4,8	374	75,4	98	19,8
Por Aversión	7	1,4	422	85,1	67	13,5

Fuente: Elaboración propia.

Con relación a las dimensiones consideradas en la procrastinación académica, observaremos en la tabla 10 que en las cuatro dimensiones se obtuvo un nivel moderado en su gran mayoría, siendo la dimensión “por aversión” en la cual existe un mayor número de estudiantes representado hasta el 85,1%, seguido por la dimensión “Crónico emocional” con 81,7% (405 estudiantes), la dimensión que obtuvo la mayor cantidad de estudiantes con un nivel alto es “Por incompetencia personal” representa por un 19,8% (98 estudiantes) seguido de la dimensiones “Por estímulo demandante” con 82 estudiantes que representa el 16,5%, en el nivel bajo de las cuatro dimensiones aquella con un mayor número de estudiantes (51) que representa el 10,3% es: “Por estímulo demandante”.

Tabla 11

Nivel de procrastinación académica según el sexo

Niveles	Femenino		Masculino	
	fi	%	fi	%
Bajo	8	2,8	5	2,4
Moderado	262	91,3	184	88,0
Alto	17	5,9	20	9,6
Total	209	100	287	100

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 11 observamos que ambos sexos presentan en mayor porcentaje el nivel moderado de procrastinación académica siendo el sexo femenino quien procrastina más con un 91,3% (262 estudiantes), en comparación con el sexo masculino cuyo porcentaje es 88,0 % (184 estudiantes), es importante resaltar que a diferencia de lo mencionado el sexo masculino presenta un mayor porcentaje en el nivel alto con un 9,6% en comparación con el sexo femenino que obtuvo un 5,9%.

Tabla 12

Nivel de procrastinación académica según la universidad de procedencia

Niveles	UNCP		UPLA		U. Continental	
	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	5	3,1	3	3,0	5	2,1
Moderado	143	88,3	89	89	214	91,5
Alto	14	8,6	8	8	15	6,4
Total	162	100	100	100	234	100

Fuente: Elaboración propia.

De los resultados obtenidos según la Tabla 12 del nivel de procrastinación académica según la universidad de procedencia podemos ver que todas las universidades presentan porcentajes altos en el nivel moderado, ocupando el primer lugar la Universidad Continental con un 91,5%, después la UPLA con un 89% y por último la UNCP con un 88,3%, infiriendo que las universidades privadas albergan un mayor número con estudiantes procrastinadores de nivel moderado. Es importante resaltar que, a diferencia del nivel antes mencionado, en el nivel alto encontramos en primer lugar a la universidad estatal, la UNCP con un 8,6% seguido de la UPLA con un 8% y por último la Universidad Continental con 6,4%.

Tabla 13

Nivel de procrastinación académica según el año académico

Niveles	Primero		Segundo		Tercero		Cuarto		Quinto		Sexto	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Bajo	2	2,6	8	4,0	3	2,8	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Moderado	65	85,5	180	89,6	97	89,0	33	94,3	43	93,5	28	96,6
Alto	9	11,8	13	6,5	9	8,3	2	5,7	3	6,5	1	3,4

Niveles	Primero		Segundo		Tercero		Cuarto		Quinto		Sexto	
	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%	fi	%
Total	76	100	201	100	109	100	35	100	46	100	29	100

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla 13, que nos muestra el nivel de procrastinación académica según el año académico podemos observar que los años con el nivel moderado de procrastinación académica entre el primer y sexto año tienen una relación directamente proporcional, ya que van desde el 85,5% hasta el 96,6% respectivamente. Cabe mencionar, que ocurre lo contrario en el nivel alto, pues se le asigna un 11,8% al primer año y un 3,4% al sexto año de estudios. El nivel bajo de procrastinación académica lo observamos en el primer, segundo y tercer años, siendo los valores asignados: 2,6%, 4,0% y 2,8% respectivamente, no encontrando a ningún estudiante con procrastinación baja desde el cuarto año en adelante.

5.3. Prueba de normalidad de las variables

Formulación de las hipótesis Nula (H_0) y Alternativa (H_1):

H_0 : La distribución de la variable adicción a redes sociales no difiere de la distribución normal.

H_1 : La distribución de la variable adicción a redes sociales difiere de la distribución normal.

Tabla 14

Prueba de normalidad de la variable adicción a las redes sociales

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a las redes sociales	,061	396	,001

Fuente: Elaboración propia.

Conclusión: Como el nivel de significancia asintótica bilateral obtenido (0,000) es menor al nivel de significación ($\alpha=0,050$) entonces se acepta H_1 , es decir se acepta que: La distribución de la variable adicción a redes sociales difiere de la distribución normal, por lo que se debe utilizar una prueba no paramétrica.

Formulación de las hipótesis Nula (H_0) y Alternativa (H_1)

H_0 : La distribución de la variable procrastinación no difiere de la distribución normal.

H_1 : La distribución de la variable procrastinación difiere de la distribución normal.

Tabla 15

Prueba de normalidad de la variable procrastinación

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Procrastinación	,070	396	,000

Fuente: Elaboración propia.

Conclusión: Como el nivel de significancia asintótica bilateral obtenido (0,000) es menor al nivel de significación ($\alpha=0,050$) entonces se acepta H_1 , es decir se acepta que: La distribución de la variable procrastinación difiere de la distribución normal, por lo que se debe utilizar una prueba no paramétrica.

5.4. Prueba de hipótesis

Hipótesis general: Existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

a. Formulación de H_0 y H_1

H_0 : No existe una correlación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

H_1 : Existe una correlación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

b. Nivel de significancia

Se trabajó con un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia o riesgo del 5% ($\alpha=0,05$).

c. Prueba estadística

Se utilizó la prueba no paramétrica r_s de Spearman debido a que las dos variables no cumplen con el requisito de normalidad y son del tipo cualitativo ordinal.

Tabla 16

Prueba de la hipótesis general

		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Adicción a las redes sociales	Coefficiente de correlación	0,267**
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	496

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

Fuente: Elaboración propia.

De la Tabla 31, se rechaza la hipótesis nula (H_0) si el p-valor es menor al nivel de significancia $\alpha= 0,05$ donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,267$ y el p-valor=0,000 de donde se concluye en aceptar la hipótesis alterna (H_1).

d. Conclusión estadística

Con un nivel de significación de $\alpha=0,05$ se asevera que: Existe una correlación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019. Al demostrarse la hipótesis alterna, se comprueba la validez de la hipótesis general de investigación: Existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

Hipótesis específicas

Hipótesis específica 1: Existe relación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

a. Formulación de H_0 y H_1

H₀: No existe correlación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

H₁: Existe una correlación directa y significativa entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

b. Nivel de significancia

Se trabajó con un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia o riesgo del 5% ($\alpha=0,05$).

c. Prueba estadística

Se utilizó la prueba no paramétrica r_s de Spearman debido a que las dos variables no cumplen con el requisito de normalidad y son del tipo cualitativo ordinal.

d. Regla de decisión

Tabla 17

Prueba de la hipótesis específica 1

			Procrastinación académica
Rho de Spearman	Dimensión Obsesión	Coefficiente de correlación	0,246**
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	496

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

Fuente: Elaboración propia.

De la Tabla 32 se rechaza la hipótesis nula (H_0) si el p-valor es menor al nivel de significancia $\alpha= 0,05$ donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,267$ y el p-valor= $0,000$ de donde se concluye en aceptar la hipótesis alterna (H_1).

e. Conclusión estadística

Con un nivel de significación de $\alpha=0,05$ se asevera que: Existe una correlación directa y significativa entre la dimensión obsesión y la

procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019. Al demostrarse la hipótesis alterna, se comprueba la validez de la hipótesis específica n°1 de investigación: Existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

Hipótesis específica 2: Existe relación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín – 2019.

a. Formulación de H_0 y H_1

H_0 : No existe una correlación directa y significativa entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

H_1 : Existe una correlación directa y significativa entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019.

b. Nivel de significancia

Se trabajó con un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia o riesgo del 5% ($\alpha=0,05$).

c. Prueba estadística

Se utilizó la prueba no paramétrica r_s de Spearman debido a que las dos variables no cumplen con el requisito de normalidad y son del tipo cualitativo ordinal.

d. Regla de decisión

Se rechaza la hipótesis nula (H_0) si el p-valor es menor al nivel de significancia $\alpha= 0,05$ donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,255$ y el p-valor= $0,000$ de donde se concluye en aceptar la hipótesis alterna (H_1).

e. **Valor de la prueba**

Tabla 18

Prueba de la hipótesis específica 2

			Procrastinación académica
Rho de Spearman	Dimensión falta de control	Coefficiente de correlación	0,255**
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	496

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

Fuente: Elaboración propia.

f. **Conclusión estadística**

Con un nivel de significación de $\alpha=0,05$ se asevera que: Existe una correlación directa y significativa entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019. Al demostrarse la hipótesis alterna, se comprueba la validez de la hipótesis específica n°2 de investigación: Existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

Hipótesis específica 3

Existe relación entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

a. **Formulación de H_0 y H_1**

H_0 : No existe una correlación directa y significativa entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

H_1 : Existe una correlación directa y significativa entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

b. **Nivel de significancia**

Se trabajó con un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia o riesgo del 5% ($\alpha=0,05$).

c. Prueba estadística

Se utilizó la prueba no paramétrica r_s de Spearman debido a que las dos variables no cumplen con el requisito de normalidad y son del tipo cualitativo ordinal.

d. Regla de decisión

Se rechaza la hipótesis nula (H_0) si el p-valor es menor al nivel de significancia $\alpha=0,05$ donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,281$ y el p-valor= $0,000$ de donde se concluye en aceptar la hipótesis alterna (H_1).

e. Valor de la prueba

Tabla 19

Prueba de la hipótesis específica 3

			Procrastinación académica
Rho de Spearman	Dimensión uso excesivo	Coeficiente de correlación	0,281**
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	496

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

Fuente: Elaboración propia.

f. Conclusión estadística

Con un nivel de significación de $\alpha=0,05$ se asevera que: Existe una correlación directa y significativa entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019. Al demostrarse la hipótesis alterna, se comprueba la validez de la hipótesis específica n°3 de investigación: Existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.

5.5. Discusión de los resultados

A causa del incremento diario en el uso de las nuevas tecnologías que trae como consecuencia el aumento del uso habitual de las redes sociales lo que

en muchos casos lleva a cambios en las prácticas diarias de las personas, en su mayoría adolescentes, jóvenes, adultos e incluso adultos mayores, generando alteraciones de su conducta que en muchos de los casos pueden llegar a ser catalogados como eventos adictivos.

5.5.1. Discusión de los datos sociodemográficos

El presente estudio de investigación tiene como muestra a un total de 496 participantes entre varones (42,1%) y mujeres (57,9%) de 17 años de edad a más, quienes pertenecen a los diferentes años académicos, desde el primero al sexto año, de las tres universidades de nuestra región que cuentan con la facultad de medicina humana, la UNCP, la UPLA y la Universidad Continental, con una mayor participación de los estudiantes que pertenecen a las universidades privadas quienes suman el total del 334 participantes (67,4%) del total de la muestra.

La mayoría de las participantes de nuestra muestra son estudiantes de los primeros años de estudios, el 77,9% son de los primeros tres años universitarios, quienes en su mayoría no trabajan (84,9%). La mayoría de las estudiantes provienen de la provincia de Huancayo con un total de 81,9%, seguido por estudiantes que provienen de la región Huancavelica (6%).

5.5.2. Discusión de la variable adicción a las redes sociales

Muchos autores manifiestan la problemática de la adicción a las redes sociales y su incremento en los últimos años debido al gran desarrollo que muestran los nuevos artefactos tecnológicos, así como, las redes sociales, cuyo incremento no sólo se observa en su desarrollo sino también en su uso (Escrura y Salas, 2014, Lian et al., 2018 y Azizi et al., 2019).

Uno de los propósitos del presente trabajo es identificar el grado de adicción a las redes sociales, el cual es un tipo de adicción psicosocial caracterizado por comportamientos repetitivos y placenteros que

pueden generar estados de necesidad algunas veces incontrolables asociándose con niveles altos de ansiedad que sólo se pueden reducir con comportamientos adictivos (Escrura y Salas, 2014).

En relación con los datos obtenidos de nuestra muestra de investigación podemos observar que hay una clara tendencia de los estudiantes universitarios en cuanto a la adicción de las redes sociales se refiere, ya que el 83,3% de los estudiantes universitarios de las facultades de medicina humana de nuestra región tienen un grado moderado de adicción y el 6% de dichos estudiantes muestran un grado alto, llegando entre ambos grados a un total del 89,3%, lo que contrasta con lo obtenido por Matalinares et al. en el 2017, quienes encontraron que el 68,4% de los estudiantes universitarios de pregrado de Lima Metropolitana tienen un grado moderado de adicción a las redes sociales y que el 21,2% de los mismos tienen un grado alto de adicción, llegando entre ambos a un total del 89.6%. Asimismo, nuestros hallazgos contrastan con lo encontrado por Azizi et al., (2019) en su estudio en Irán en estudiantes universitarios de ciencias médicas, en el cual el 70,6% de los participantes de la muestra en estudio presentaron un grado moderado de adicción y el 11,7% un grado severo de adicción que en conjunto suman el 82,3% del total de su muestra.

Los resultados de la relación entre adicción a las redes sociales y el sexo en nuestra muestra de estudio evidencian que el 82,9% de mujeres tienen un grado moderado de adicción y que el 83,7% de varones muestran dicho grado, no existiendo variación significativa en el grado de adicción entre ambos sexos, lo que contrasta con lo hallado por Matalinares et al. en su estudio en Lima, o con lo hallado Cholán y Valderrama (2017) en su estudio en estudiantes universitarios de la filial en Tarapoto de la Universidad Peruana Unión, sin embargo, no se correlaciona con los hallazgos encontrados por Azizi et al. (2019) en su estudio en Irán, quienes mencionan una

mayor adicción a las redes sociales por parte de los varones. Por otro lado, si encontramos diferencia en cuanto al grado de adicción a las redes sociales según el sexo en comparación con los demás estudios, ya que nuestra muestra presenta un mayor porcentaje de estudiantes con grado moderado en ambos sexos, en comparación con los demás estudios en mención quienes encuentran un menor porcentaje con grado moderado.

Azizi et al. (2019) mencionan que existe una variación en cuanto a la adicción de las redes sociales según el sexo, edad y ciertos grupos sociales, sin embargo, en nuestros hallazgos que relacionan del grado de adicción a las redes sociales con las diferentes universidades podemos observar que tanto en la UNCP, la UPLA y la Universidad Continental presentan mayoritariamente estudiantes con grados moderados de adicción a las redes sociales sin variación estadística significativa entre las mismas. Mención aparte que, en el caso de la universidad nacional, la UNCP, se observa mayor porcentaje de estudiantes con grado leve y menor porcentaje de estudiantes con grado severo en comparación con las otras universidades. Asimismo, podemos mencionar que, en la dimensión de uso excesivo de las redes sociales, nuestros participantes tienen los mayores porcentajes en el grado severo en comparación con las otras dimensiones en todas las universidades sin variación significativa entre dichas universidades.

En cuanto al grado de adicción a las redes sociales con el año de grado académico en nuestra muestra podemos observar que no existe variación significativa entre los diferentes años académicos ya que la gran mayoría presentan grado moderado de adicción, probablemente debido a lo que menciona Echeburúa en el 2012, referido por Matalinares et al., quien manifiesta que existe una mayor tendencia en el uso de las redes sociales por parte de los denominados nativos cibernéticos o digitales (aquellas personas

nacidas desde los 90 a más, quienes presentan mayor tendencia al uso de las nuevas tecnologías y de las redes sociales) ya que más del 90% de nuestra muestra la conforman menores de 25 años. Sin embargo, un dato relevante en cuanto a las dimensiones de la adicción a las redes sociales es que existe una mayor tendencia en el grado severo en las dimensiones falta de control y uso excesivo de las redes sociales en los primeros cuatro años de estudios universitarios.

5.5.3. Discusión de la variable procrastinación académica

Los resultados que obtuvimos demuestran un nivel moderado de procrastinación, de igual manera en todas sus dimensiones, la dimensión por aversión es aquella que presenta la mayor cantidad de estudiantes con un nivel moderado de procrastinación lo cual nos quiere decir que los estudiantes procrastinan por tener la sensación hostil frente a sus deberes y posteriormente la frustración genera mayores consecuencias negativas.

Los resultados nos muestran que los estudiantes del sexo femenino tienden a ser más procrastinadores de los del sexo masculino, estos resultados tienen semejanza con el estudio realizado por Mamani y Gonzales (2019) en una institución de educación secundaria de la ciudad de Lima, también coinciden con los resultados de Cholan y Valderrama (2017), un estudio realizado en la ciudad de Tarapoto. Tanto en el sexo femenino como en el masculino la dimensión con mayor número de estudiantes con un nivel moderado de procrastinación fue "Por aversión" siendo el sexo femenino el de mayor porcentaje que difiere de los resultados de Cholan y Valderrama (2017) donde el sexo masculino presentó el mayor número de estudiantes. A diferencia de lo ya mencionado en el nivel alto de procrastinación nuestros resultados evidencian que el sexo con mayor número de estudiantes es el sexo masculino.

La procrastinación según la universidad de procedencia no ha sido estudiada anteriormente, los resultados evidencian que tanto en universidades públicas y privadas existe en mayor porcentaje el nivel de procrastinación moderada, siendo las universidades privadas aquellas con la mayor cantidad de procrastinadores de nivel moderado a diferencia del nivel alto pues el mayor número pertenecen a los estudiantes de la universidad pública, los resultados indican que los estudiantes procrastinan en mayor porcentaje por tener la sensación hostil frente a sus deberes. En la UPLA los porcentajes de un nivel alto nos muestran que los estudiantes no realizan sus deberes por la sensación de la capacidad de ejecutarlo a diferencia de la Universidad continental en la cual el nivel alto de procrastinación es porque postergan sus actividades por la presencia de estímulos que superan sus expectativas generando sensaciones negativas.

Un estudio realizado por Clariana et al. (2012) demostró que la procrastinación académica era menor a medida que los ciclos académicos avanzan, lo cual difieren con nuestro estudio, pues observamos que el nivel moderado de procrastinación fue mayor en los últimos ciclos, siendo el motivo principal de procrastinación la sensación de hostilidad frente a un deber y/o tarea, el nivel alto; sin embargo, se asocia a los resultados del trabajo mencionado siendo el mayor porcentaje de este nivel los estudiantes del primer ciclo y el principal motivo es que no realizan sus actividades por llevar a cabo otras de “mayor importancia”, según la percepción personal, su característica principal es cumplir sus deberes a última hora.

Los resultados según los cursos de ciencias clínicas o ciencias básicas no se han observado en estudios anteriores y es importante resaltar que los estudiantes que cursan las ciencias clínicas presentan un mayor porcentaje de procrastinación en el nivel moderado y procrastinan por la sensación de hostilidad frente a un deber y/o tarea, a diferencia de los estudiantes de ciencias clínicas

que en mayor porcentaje que no realizan sus deberes debido a la sensación de incapacidad de ejecutarlo (Ferrari, 2008).

5.5.4. Discusión de la correlación

En vista que la procrastinación académica es la postergación de las tareas en el contexto educativo ya sea administrativo o académico (Quant y Sanchez 2012) esta postergación es multifactorial, quiere decir que algún factor la causa o la exacerba, además esta postergación causa estar en otras actividades diferentes, quiere decir que cuando se pospone una tarea el estudiante se dedica a otra actividad que en la mayoría de los casos generan problemas en su actividad académica. Uno de estos factores o actividades es la adicción a redes sociales, ya que es un problema actual que genera algún tipo de alteración en la vida personal, social, familiar o académica (Escrura y Salas 2014).

Los resultados de esta investigación prueban que existe una relación directa entre procrastinación académica y adicción redes sociales y viceversa, esto quiere decir que la adicción a redes sociales es un factor que ocasiona incremento en el grado de procrastinación académica de los estudiantes y que el alto grado de procrastinación incrementaría también la adicción por las redes sociales. Así también se encontró relación directa con cada una de sus dimensiones tanto de procrastinación académica y adicción redes sociales, estos resultados son opuestos a los resultados de García y Zecenarro, (2019), que concluyeron que a un nivel de significancia del 5% la adicción a redes sociales no son predictores significativos de la procrastinación en los adolescentes de la ciudad de Juliaca; sin embargo coincide con los resultados de Matalinares et al. quienes llegaron a la conclusión que ambas variables poseen una relación significativa directa.

En la dimensión obsesión por las redes sociales que se refiere a pensar constantemente y fantasear con las redes sociales además a las ansiedad y preocupación causada por la falta de acceso a las mismas. (Escrura y Salas 2014). Esta tiene una relación directa y estadísticamente significativa con la procrastinación, los estudiantes en esta dimensión por pasar el tiempo con estas conductas obsesivas descuidan otras ocupaciones incluidas la actividad académica incrementando así la procrastinación académica.

En a la dimensión falta de control personal por el uso de las redes sociales que se refiere a la falta de control o falta de interrupción en el uso de redes sociales lo que conllevaría al descuido de otras tareas (Escrura y Salas 2014). Esta tiene una relación directa y estadísticamente significativa con la procrastinación, los estudiantes en esta dimensión no tienen control de un horario del uso de redes sociales inconscientemente descuidando otros horarios de otras tareas donde está incluida la actividad académica.

En la dimensión uso excesivo de las redes sociales que es el uso descontrolado pero programado de las redes sociales, lo que significa un aumento en el tiempo de su uso e incapacidad de disminuir la cantidad de su uso (Escrura y Salas 2014). Esta tiene una relación directa y estadísticamente significativa con la procrastinación, los estudiantes en esta dimensión programan conscientemente su horario para el uso de redes sociales siendo prioridad para ellos, descuidando así otras tareas incluido la actividad académica.

Los resultados de correlación entre las dimensiones de la adicción a redes sociales y la procrastinación, coinciden con los resultados de Quiñonez (2018), quién en sus conclusiones menciona la existencia de la relación significativa entre las dimensiones de la variable adicción a redes sociales y la procrastinación, estudio realizado en

estudiantes de la facultad de administración de una universidad privada de Trujillo.

Conclusiones

- Existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín – 2019 completado con la estadística donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,267$ y el p-valor=0,000.
- Existe una relación directa y significativa de ($p<0.0$) entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín – 2019 ya que el nivel de significancia $\alpha= 0,05$ donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,267$ y el p-valor=0,000
- Existe una relación directa y significativa entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín – 2019, donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,255$ y el p-valor=0,000
- Existe una relación directa y significativa entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín – 2019, donde el coeficiente de correlación de Spearman calculado es $r_s=0,281$ y el p-valor=0,000

Recomendaciones

- Dado que existe una relación directa y significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica la Universidad Nacional del Centro del Perú, la Universidad Peruana los Andes y la Universidad Continental deben prestar mayor importancia a los factores analizados ya que pueden repercutir en el desempeño académico de sus estudiantes, lo que a su vez repercute en la deserción universitaria, para ello pueden implementar talleres sobre la regulación y el uso adecuado de las redes sociales.
Se debería determinar si el grado de adicción a las redes sociales y de procrastinación de los estudiantes evaluados influye en su desempeño académico en otros estudios.
- Así mismo, ya que existe una relación directa y significativa entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica, se debería determinar si el grado de adicción a las redes sociales y de procrastinación de los estudiantes evaluados influye en su desempeño académico en otros estudios, Implementar medios prácticos para la mejora en las habilidades intra e interpersonales que permitan disminuir el grado de obsesión a las redes sociales y su posterior efecto en la procrastinación académica entre los estudiantes universitarios.
- También dado que existe una relación directa y significativa entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica, por lo cual se debería diseñar medios prácticos, no necesariamente tecnológicos, que instruyan y disminuyan las causas y efectos de esta dimensión.
- Ya que existe una relación directa y significativa entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica por ello se debería realizar un programa de intervención para los estudiantes Realizar un estudio de mayor magnitud que pueda incluir a toda la población estudiantil de cada casa superior de estudios y determinar los niveles de adicción a las redes sociales y su relación con la procrastinación académica o determinar otras relaciones

de la adicción a las redes sociales y de la procrastinación académica, como, por ejemplo, con las conductas obsesivas u otros.

Referencias Bibliográficas

- Araujo, E. (2016). *Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima*. Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria, 10(2), pp 48-58. doi: <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494>
- Arones, D. y Barzola, L. (2018). *Adicción a redes sociales y rendimiento académico en estudiantes de Psicología de la Universidad "Alas Peruana"*. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo.
- Atalayin, C., Balkis, M., Tezel, H., y Kayrak, G. (2017). *Procrastination and predictor variables among a group of dental students in Turkey*. Psychology Health & Medicine, 02(59), pp 1-7. <https://doi.org/10.1080/13548506.2017.1418014>
- Azizi, S., Soroush, A. y Khatony, A. (2019). *The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study*. BCM Psychology, 7(28), pp 1-8. <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0305-0>
- Cholán, A. y Valderrama, K. (2016). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto*, (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión.
- Clariana, M., Gotzens, C., Badia M. y Cladellas, R. (2012). *Procrastination and cheating from secondary school to university*. Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 10(2) 737-754.
- Córdova, C. (2016). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de la Universidad de Ingeniería, 2016*. (Tesis de Bachiller). Universidad Peruana Unión.
- Darren, G., Sinikka, D., Emory, S., Shannon Lund, G. y Tabitha, P. (2010). *Time Diary and Questionnaire Assessment of Factors Associated With Academic and Personal Success Among University Undergraduates*. Journal of American College Health, 56(6), pp 706 – 715. DOI: 10.3200/JACH.56.6.706-715
- De Palo, V., Monacis, L., Miceli, S., Sinatra, M., y Di Nuovo, S. (2017). *Desicional Procrastination in Academic Settings: The Role of Metacognitions and*

- Learning Strategies*. *Frontiers in Psychology*, 8(973), pp 1-8. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00973
- De Pelekais, C., Kadi, O., Seijo, C., y Neuman, N. (2015). *El ABC de la Investigación*. (2015). Ediciones astro data S.A.
- Escurra, M. y Salas, E. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales (ARS)*. *LIBERABIT. Revista de Psicología*. 20(1), pp 73 – 91. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68631260007>
- Fernie, B., Bharucha, Z., Nikčević, A., Marino, C. y Spada. M. (2016). *A Metacognitive model of procrastination*. *Journal of Affective Disorders*, 210, 196-203. doi:10.1016/j.jad.2016.12.04
- Ferrari, J., Barnes, K., y Steel, P. (2008). *Life regrets by avoidant and arousal procrastinators. Why put off today what you will regret tomorrow?* *Journal of Individual Differences*, 30, 163-168. doi: 10.1027/16140001.30.3.163
- Ferrari, J. y Pychyl, T. (2012). *“If I wait, my partner will do it”: The role of conscientiousness as a mediator in the relation of academic procrastination and perceived social loafing*. *North American Journal of Psychology*, 14(1), 13-24.
- García, D. y Zecenarro, L. (2019). *Adicción a Internet, adicción a las redes sociales, dependencia al móvil y su influencia sobre la Procrastinación Académica en una muestra de Adolescentes de la ciudad de Juliaca-2019*. (Tesis bachiller). Universidad Peruana Unión.
- Gómez, C., Ortiz, N. y Perdomo, L. (2016). *Procrastinacion y factores relacionados para su análisis en la educación superior*. *I + D Revista de Investigaciones*. 7(1), pp 32-39. Recuperado de: <http://www.udi.edu.co/revistainvestigaciones/index.php/ID/article/view/63/55>
- Gonzales J. (2014). *Validación y construcción de las propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica*. (tesis de licenciatura no publicada). Universidad Peruana Unión.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, L. (2003). *Metodología de la investigación*. Mexico: Mc Graw Hill.
- Huang, H. (2011). *Social Media Addiction among Adolescents in Urban China: An examination of sociopsychological Traits, Uses and Gratifications Academic*

- Performance, and Social Capital*. (Tesis de doctorado). University of Hong Kong.
- Jackson, T., Weiss, K., Lundquist, J., y Hooper, D. (2003). *The impact of hope, procrastination and social activity on academic performance of midwestern college students*. *Education*, 124 (2), 1-12.
- Kuss, D. y Griffiths, M. (2011). *Online Social Networking and Adicction – A Review of the Psicological Literature*. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 8, pp 3528 – 355 2. doi:10.3390/ijerph8093528
- Lian, S., Sun, X., Zhou, Z., Fan, C., Niu G., y Liu, Q. (2018). *Social networking site addiction and undergraduate students' irrational procrastination: The mediating role of social networking site fatigue and the moderating role of effortful control*. *PLoS ONE*, 13(12), pp 1-20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208162>
- Mamani A. y Gonzalez D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución educativa Privada en Lima Este*. (Tesis de pregrado). Universidad Peruana Unión.
- Marín-Díaz, V., Vega-Gea, E., y Passey, D. (2019). *Determination of problematic use of social networks by university students*. *RIED. Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 22(2), 135-152. doi: <http://dx.doi.org/10.5944/ried.22.2.23289>
- Marín, V., Sampedro, B. y Muñoz, J. (2015). *¿Son adictos a las redes sociales los estudiantes universitarios?* *Revista Complutense de Educación*, 26(2015), pp 233 – 251. http://dx.doi.org/10.5209/rev_RCED.2015.v26.46659
- Matalinares, M., Diaz, A., Rivas, L., Dioses, A., Arenas, C., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., Fernández, E. y Yaringaño, J. (2017). *Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima*. *Horizonte de la ciencia*, 13(355), 63-81. doi:10.26490/uncp.horizonteciencia.2017.13.355
- Mejía, C., Flores, S., Verástegui, A., García, K., Vargas, M., Cárdenas, M. y Quiñones, D. (2017). *Uso del Smartphone y de Facebook asociado a la autopercepción del rendimiento académico en estudiantes de Medicina*

peruanos. *Revista Cubana de Información de Ciencias de la Salud*, 28 (1), pp 76 – 87. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=377649597006>

- Pérez, I. (2017). *La procrastinación académica y su relación con la inteligencia emocional en estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Continental – 2017*. (Tesis de pregrado). Universidad Continental.
- Quant, D., y Sánchez A. (2012) *Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones*. *Revista vanguardia Psicológica*, 3(1), 45-59.
- Quiñonez M. (2018). *Procrastinación académica y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo*. (Tesis de bachiller). Universidad privada Antenor Orrego.
- Rebetez, M., RoCHAT, L., Barsics, C., y Van der Linden, M. (2018). *Procrastination as a self-regulation failure: The role of impulsivity and intrusive thoughts*. *Psychological Reports*, 121(1), 26-41.
- Sánchez, E., Cantero-Téllez, R., y Rodríguez-Martínez, M. C. (2016). *Adicción a Internet en futuros profesores. Un estudio de caso con alumnado universitario*. *Innoeduca*. *International Journal of Technology and Educational Innovation*, 2(1), pp 46-53. doi: <http://dx.doi.org/10.20548/innoeduca.2016.v2i1.1063>
- Schouwenburg, H. (2004). *Procrastination in academic settings: General introduction*. En H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. A. Pynchyl, & J. R. Ferrari (Eds.), *Counseling the procrastinator in academic settings*. Washington: American Psychological Association.
- Sotelo, V. (2019). *Relación entre calidad de vida y procrastinación académica en los estudiantes de Psicología de la Universidad Continental de la ciudad de Huancayo* (Tesis maestría). Universidad Continental. Huancayo – Perú.
- Tarazona, F., Romero, J., Aliaga, I., y Veliz, M. (2016). *Procrastinación académica en estudiantes de Lenguas, Literatura y Comunicación: características, modos y factores*. *Horizonte de la ciencia*. 6(10), pp 185 – 194. DOI: 10.26490/uncp.horizonteciencia.2016.10.214
- Universidad Continental (2019). *Universidad Continental: Información Institucional/Información sobre postulantes, estudiantes y egresados/Pregrado*.

<https://ucontinental.edu.pe/documentos/2019/informacion-institucional/Matriculados-2019-1.pdf>

Universidad Nacional del Centro del Perú (2019). UNCP: *Transparencia universitaria/postulantes ingresados, matriculados y egresados*. http://intranet.uncp.edu.pe/sites/uncp.edu/files/institucional/oficina/planificacion/estadistica/matriculados_2019-ii.pdf

Universidad Peruana Los Andes (2019). UPLA: *Transparencia Institucional/Población estudiantil*. Recuperado de <https://upla.edu.pe/wp-content/uploads/2020/01/Poblaci%C3%B3n-Estudiantil-2019-II.pdf>

Vara, A. (2012). *Desde la idea hasta la sustentación: 7 pasos para una tesis exitosa. Un método efectivo para las ciencias empresariales*. Manual electrónico disponible en internet: www.aristidesvara.net.

Wolters, Ch. (2003). *Understanding procrastination from a self-regulated learning perspective*. *Journal of Educational Psychology*, 95(1), 179-187. doi: 10.1037/0022-0663.95.1.179

Zevallos, C. (2016). *Funcionamiento familiar y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la salud de la Universidad Peruana Los Andes – 2016*. (Tesis de maestría). Universidad César Vallejo.

Anexos

Anexo 1: Escala para evaluar la procrastinación académica (EPA)

(Tomado de Gonzales, 2014)

Datos generales: Universidad: UNCP () UPLA () Universidad
 Continental () Sexo: Masculino () Femenino () Edad: años
 Semestre:

Trabaja: Si () No () Procedencia.....

Instrucciones: Esta escala contiene una serie de enunciados que tienen por finalidad evaluar la forma cómo afrontas y organizas las actividades académicas. Para ello, debes indicar en qué medida cada uno de los enunciados es verdadero, de acuerdo a cómo te sientes piensas y actúas con frecuencia.

Marque con una **X** según corresponda: Nunca (N) Casi nunca (CN) algunas veces (AV)

Muchas veces (MV) Siempre (S).

Nº	Ítems	Respuesta				
		N	CN	AV	MV	S
1	Llego tarde a las reuniones de mi grupo de trabajo por estar entretenido en otras actividades (salir con amigo, ver TV o películas, hablar por teléfono, etc)					
2	Cuando un curso no me agrada, le dedico poco tiempo					
3	Me preparo con anticipación para una exposición					
4	Termino mis trabajos a tiempo a pesar que el trabajo es difícil o complicado					
5	Dejo para mañana mis trabajos que tengo que hacer hoy porque me distraigo en otras actividades (salir con amigo, ver TV o películas, hablar por teléfono, etc)					
6	Postergo las lecturas de los cursos que no me agradan					
7	Me falta tiempo para terminar de hacer mis trabajos					
8	Invierto poco tiempo en hacer las tareas de los cursos que me desagradan					
9	Me es difícil empezar a estudiar si el curso no es de mi agrado					
10	Me queda poco tiempo para hacer mis tareas por hacer otras actividades (salir con amigo, ver TV o películas, hablar por teléfono, etc)					
11	Cuando me asignan lecturas tediosas las reviso el mismo día de la clase					
12	Ante un examen me cuesta empezar a estudiar si la materia es complicada					
13	Aprovecho al máximo el tiempo para hacer mis trabajos					
14	Me demoro en terminar mis trabajos a tiempo cuando veo que la tarea es muy complicada					
15	Al llegar la noche pienso que podría haber aprovechado mejor el día en hacer mis trabajos si no hubiera pasado mucho tiempo con mis amigos					

16	Llego tarde a las clases cuando los cursos son tediosos para mí					
17	A pesar de la dificultad del trabajo inicio lo más pronto posible					
18	Me trasnocho estudiando para un examen del día siguiente					
19	Cuando creo que no podré terminar la tarea asignada prefiero postergar la tarea					
20	Los fines de semana a pesar que tengo trabajos por hacer prefiero hacer otras actividades (salir con amigo, ver TV o películas, hablar por teléfono, etc)					
21	Al inicio del curso cuando creo que no culminaré con éxito le dedico poco tiempo de estudio a la materia					
22	Me demoro en hacer in trabajo cuando creo que es muy difícil o complicado					
23	Termino los trabajos que me asignan lo más pronto posible					
24	Me cuesta estudiar para un examen cuando creo que no tendré buenos resultados					
25	Interrumpo mi hora de estudio por hacer otras actividades (salir con amigos, ver TV o películas, hablar por teléfono, etc)					
26	Cuando sé que no me irá bien en una exposición suelo pedir que aplacen mi presentación					
27	Llego a clases justo antes de que cierren la puerta					
28	Cuando creo que no tengo la suficiente capacidad para hacer una tarea demoro en terminarla					
29	Me lleva mucho tiempo iniciar una tarea cuando creo que es difícil					
30	Me demoro en terminar mis trabajos porque me distraigo en otras actividades (salir con amigos, ver TV o películas, hablar por teléfono, etc)					
31	Me preparo por adelantado para los exámenes de los cursos que no me agradan					
32	Cuando me asignan una tarea que me desagrada prefiero aplazar la entrega					
33	Tengo que inventar excusas para pedir un plazo extra de entrega de trabajos					
34	Me falta tiempo para hacer mis trabajos por estar entretenido en otras actividades (internet, TV, amistades, entre otros)					
35	Asisto a clases puntuales					
36	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					
37	Cuando se acerca la fecha de entrega y me siento presionado recién empiezo a realizar mis trabajos					
38	Llego a tiempo a las reuniones de grupo de trabajo					
39	Me es difícil organizarme para desarrollar cada tarea asignada					
40	Dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					

41	Siento que se me pasa el tiempo haciendo otras actividades y cuando me doy cuenta me queda poco tiempo para realizar mis trabajos académicos.					
----	---	--	--	--	--	--

¡Muchas gracias por tu colaboración!

Anexo 2: Escala de evaluación de la adicción a las redes sociales

Tomado de Ecurra y Salas (2014)

Instrucciones: se presentas 24 ítems referido al uso de las redes sociales, por favor conteste con sinceridad.

Marque con una **X** en el espacio que corresponda:

Nunca (N) Casi nunca (CN) Algunas veces (AV) Muchas veces (MV) Siempre (S).

Nº	Ítems	Respuesta				
		N	CN	AV	MV	S
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales					
5	No sé qué hacer cando quedo desconectado a las redes sociales					
6	Me pongo de mal humor si no puedo conectarme a las redes sociales					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales del que inicialmente había destinado					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días					
14	Me propongo sin éxito controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales de mi teléfono o a la computadora					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado a las redes sociales					

21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clases sin conectar las redes sociales, me siento aburrido(a)					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social					

¡Muchas gracias por tu colaboración!

Anexo 3: Matriz de consistencia

Título: Relación entre adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de medicina humana de la Región Junín-2019.

Investigadores: Inga Verástegui Roy, Mascaró Huanay Franks, Salomé Cervantes Rosario.

Problema General	Objetivos General	Hipótesis General	Variables	Metodología
¿De qué manera se relacionan la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019?	Determinar la relación entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019	Existe una relación directa y significativa, entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019		<p>Método de investigación: Descriptivo</p> <p>Tipo y nivel de investigación: Correlacional predictivo retrospectivo y transversal.</p> <p>Diseño de investigación: No experimental- Descriptivo correlacional</p> <p>Población: Estudiantes de la facultad de medicina de tres casas superiores de estudio de la región Junín.</p> <p>Muestra: No probabilístico circunstancial, no menos de 203 estudiantes.</p>
Específicos	Específicos	Específicos	<ul style="list-style-type: none"> • Adicción a redes sociales • Procrastinación 	
<ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019? • ¿Cuál es la relación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019? • ¿Cuál es la relación entre la dimensión uso excesivo 	<ul style="list-style-type: none"> • Establecer la relación entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019. • Establecer la relación entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019. 	<ul style="list-style-type: none"> • Existe una relación directa y significativa entre la dimensión obsesión y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019. • Existe una relación directa y significativa entre la dimensión falta de control y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019. • Existe una relación directa y significativa entre la 		

Problema General	Objetivos General	Hipótesis General	Variables	Metodología
y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín - 2019?	<ul style="list-style-type: none"> Establecer la relación entre la dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019. 	dimensión uso excesivo y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina humana de la región Junín -2019.		<p>Técnicas de recopilación de información: Escalas de medición:</p> <ul style="list-style-type: none"> Adicción a redes sociales. Procrastinación. <p>Técnicas de procesamiento de información: Spssv25</p>