

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTENOR ORREGO
FACULTAD DE MEDICINA HUMANA
PROGRAMA DE ESTUDIO DE PSICOLOGÍA



**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN
PSICOLOGÍA**

“Procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo”

Área de Investigación:

Ciencias Médicas – Psicología educativa y bienestar psicológico.

Autoras:

Alfaro Castro, Tatiana del Pilar
Requejo Llempen, Jenipher Mary

Jurado Evaluador:

Presidente: Lozano Sánchez, Zelmira Beatriz

Secretario: Malpica Risco, Vhanya Olenka

Vocal: Sotelo Sánchez, Martha Linda

Asesora:

Izquierdo Marín, Sandra Sofía

Código Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-0651-6230>

Trujillo – Perú

2025

Fecha de sustentación: 2025/10/09

Procrastinación Académica y Dependencia al Móvil en estudiantes de Obstetricia de una Universidad Privada.docx

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net Fuente de Internet	11%
2	repositorio.uladech.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	repositorio.upao.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas Activo Excluir coincidencias < 1%
Excluir bibliografía Activo

Declaración de Originalidad

Yo, Sandra Sofía Izquierdo Marín, docente del Programa de Estudio de Psicología, de la Universidad Privada Antenor Orrego, asesor de la tesis de investigación titulada "Procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo", autoras Alfaro Castro, Tatiana del Pilar y Requejo Llampen, Jenipher Mary, dejo constancia lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 14%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software Turnitin el (20 de octubre de 2025).
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las normas establecidas por la Universidad.

Trujillo, 20 de octubre de 2025

Izquierdo Marín, Sandra Sofía

DNI: 42796297

<https://orcid.org/0000-0002-0651-6230>



Alfaro Castro, Tatiana del Pilar

DNI: 74619344



Requejo Llampen, Jenipher Mary

DNI: 73352295



**PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y DEPENDENCIA AL MÓVIL EN
ESTUDIANTES DE OBSTETRICIA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE
TRUJILLO**

PRESENTACIÓN

Distinguidos integrantes del jurado de evaluación, según lo dispuesto en el Reglamento de Grados y Títulos en vigor de la Universidad Privada Antenor Orrego, Facultad de Medicina, Escuela Profesional de Psicología, presentamos a su criterio profesional, la revisión del estudio de investigación denominado: **“Dependencia al móvil y procrastinación académica en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo”**. Este trabajo ha sido diseñado con la finalidad de alcanzar el título académico de Licenciadas en Psicología, lo que implica un proceso de investigación y análisis exhaustivo de la información recopilada.

De igual forma, confiamos en que esta investigación será valorada en su justa dimensión por su relevancia científica y aplicabilidad. Esperamos con interés sus comentarios y propuestas, confiando en que aportarán valiosas perspectivas y enriquecerán significativamente esta investigación. Agradecemos de antemano su tiempo y atención dedicados a la evaluación de este trabajo.

Br. Alfaro Castro, Tatiana del Pilar

Br. Requejo Llempen, Jenipher Mary

DEDICATORIA

A mis padres, cada paso de este camino ha sido posible gracias a su esfuerzo incansable y su creencia inquebrantable en mí. Este logro es tan suyo como mío, el reflejo de todo lo que me han enseñado.

A mi abuela Vicky, gracias por ser mi soporte, tu amor sigue guiándome y sé que, desde el cielo, celebras este sueño conmigo.

A mi hermano Alonso, por cada palabra de aliento y por ser ese refugio seguro en cada etapa de este camino.

A mi amiga Jenipher, por su invaluable apoyo, su paciencia y su comprensión en cada paso del camino. Tu presencia hizo que este desafío fuera mucho más llevadero y gratificante.

Br. Alfaro Castro, Tatiana del Pilar

DEDICATORIA

A mi papá, por apoyarme incluso en sus días difíciles. Por darme calma cuando más lo necesitaba y enseñarme que el amor no se mide en palabras, sino en hechos.

A mi mamá, por depositar su confianza y sueños en mí y aunque la vida nos separó, nos enseñó que la distancia no importa cuando hay amor y lucha.

A mis hermanos Herbynn, Marco, Fany y Jazmín, por sus palabras en el momento correcto cuando el desánimo quería ganar. Por recordarme con su actitud que la vida no es tan difícil cuando ellos están a mi lado.

A Martín, mi amigo y cómplice, por apoyarme en las buenas y malas, por ser mi lugar seguro en los momentos difíciles y por crecer e ir junto a mí.

A Tatiana, mi amiga y compañera de tesis por estar ahí sin pedir nada a cambio, por las desveladas cuando se trataba de trabajar, por su amistad.

A Alvin, mi amigo perruno, por estar todos los días a mi lado, por ser mi bolita de calma en los días nublados.

Br. Requejo Llempen, Jenipher Mary

AGRADECIMIENTOS

A Dios, su luz divina ha sido nuestro camino en todo el proceso de investigación, ayudándonos a superar dificultades y lograr nuestras metas académicas. Este éxito no habría sido alcanzado sin nuestra fe constante, que nos ha dado la fuerza para enfrentar desafíos.

A nuestros padres y hermanos nuestra roca inquebrantable, por su amor incondicional y apoyo constante que han moldeado nuestro ser y camino profesional.

A nuestra asesora la Dra. Sandra Izquierdo Marín por su apoyo constante, sus sugerencias y sus buenos ánimos desde un comienzo.

Ari, Diego, Jeanpi, Aldo, Dana y Martín nuestros amigos que están acompañándonos en el proceso, que celebran nuestros logros como si fueran suyos y nos animan a seguir.

A los estudiantes de obstetricia de la Universidad Privada Antenor Orrego que participaron en las encuestas para nuestra tesis, por su colaboración y disposición.

Alfaro Castro, Tatiana del Pilar

Requejo Llempen, Jenipher Mary

ÍNDICE DE CONTENIDO

PRESENTACIÓN.....	v
DEDICATORIA.....	vi
DEDICATORIA.....	vii
AGRADECIMIENTOS	viii
RESUMEN	xiii
ABSTRACT	xiv
CAPÍTULO I	14
MARCO METODOLÓGICO	14
1.1 El Problema.....	15
1.1.1 Delimitación del problema.	15
1.1.2 Formulación del problema.	18
1.1.3 Justificación del estudio.....	18
1.1.4 Limitaciones.	19
1.2 Objetivos.	19
1.2.1 Objetivo General:	19
1.2.2 Objetivos Específicos:	19
1.3 Hipótesis.	19
1.3.1 Hipótesis General:.....	19
1.3.2 Hipótesis Específica:	20
1.4 Variables e indicadores.	20
1.5 Diseño de ejecución:.....	20
1.5.1 Tipo de investigación:.....	20
1.5.2 Diseño de investigación:.....	21
1.6 Población y muestra.....	21
1.6.1 Población:.....	21
1.6.2 Muestra:	22
1.6.3 Muestreo:	24
1.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	24
1.7.1 Técnica:.....	24
1.7.2 Instrumentos de Recolección de Datos:	24
1.7.2.1 Escala de Procrastinación Académica (EPA):.....	24
1.7.2.1.1 Ficha Técnica:	24

1.7.2.1.2 Descripción:	24
1.7.2.1.3 Propiedades Psicométricas:	25
1.7.2.2 Test de Dependencia al Móvil (TDM)	25
1.7.2.2.1 Ficha Técnica:	25
1.7.2.2.2 Descripción:	26
1.7.2.2.3 Propiedades Psicométricas:	26
1.8 Procedimiento de recolección de datos.....	26
1.9 Análisis estadístico.....	27
2 CAPÍTULO II.....	29
MARCO REFERENCIAL TEÓRICO.....	29
2.1 Antecedentes	30
2.1.1 A Nivel Internacional:.....	30
2.1.2 A Nivel Nacional:	31
2.1.3 A Nivel Local:	34
2.2 Marco Teórico:	34
2.2.1 Procrastinación Académica:	34
2.2.1.1 Definiciones:.....	34
2.2.1.2 Tipos de Procrastinación:.....	35
2.2.1.3 Consecuencias de la Procrastinación Académica:.....	36
2.2.1.4 Conductas asociadas a la Procrastinación:.....	37
2.2.1.5 Dimensiones de la Procrastinación Académica:.....	38
2.2.1.6 Enfoque Teóricos:	38
2.2.1.6.1 Enfoque Psicodinámico:	38
2.2.1.6.2 Enfoque Cognitivo Conductual:	39
2.2.1.7 Modelo Teórico:.....	40
2.2.1.7.1 Teoría de Procrastinación Académica de Busko	40
2.2.2 Dependencia al Móvil:	41
2.2.2.1 Definiciones:.....	41
2.2.2.2 Diferencias entre uso, abuso y dependencia al móvil:	43
2.2.2.3 Dimensiones de la Dependencia al móvil:.....	44
2.2.2.4 Consecuencias:.....	45
2.2.2.5 Enfoques Teóricos:	46
2.2.2.5.1 Enfoque de adicción a las redes:.....	46

2.2.2.5.2	Enfoque Biopsicosocial de las adicciones:	46
2.2.2.6	Modelo Teórico:.....	47
2.2.2.6.1	Teoría basada en la dependencia al celular de Mariano Chóliz:.....	47
2.3	Marco Conceptual:	49
3	CAPÍTULO III.....	50
	RESULTADOS	50
4	CAPÍTULO IV	57
	ANÁLISIS DE RESULTADOS	57
5	CAPÍTULO V	65
	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	65
5.1	Conclusiones:.....	66
5.2	Recomendaciones:.....	67
6	CAPÍTULO VI	68
	REFERENCIAS Y ANEXOS.....	68
6.1	Referencias	69
6.2	Anexos	76

ÍNDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1 Distribución de la población de estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.....	22
Tabla 2 Distribución de la muestra de estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.....	23
Tabla 3 Relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil. ...	51
Tabla 4 Nivel de procrastinación académica en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.....	52
Tabla 5 Nivel de procrastinación académica según dimensión en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.....	53
Tabla 6 Nivel de dependencia al móvil en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.....	54
Tabla 7 Nivel de dependencia al móvil según dimensión en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.....	55
Tabla 8 Correlación de las dimensiones de procrastinación académica con las dimensiones de dependencia al móvil en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.....	56
Tabla 9 Confiabilidad de la Escala de procrastinación académica (EPA) general.	80
Tabla 10 Validez de la Escala de procrastinación académica (EPA) por ítems.	80
Tabla 11 Confiabilidad del Test de dependencia al móvil (TDM) general.	81
Tabla 12 Validez del Test de dependencia al móvil (TDM) por ítems.	81
Tabla 13 Prueba de normalidad.....	83

RESUMEN

Se realizó una investigación sustantiva, cuyo objetivo general fue determinar la relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo. Para ello se trabajó con una muestra de 148 estudiantes del 4to a 6to ciclo de la carrera de obstetricia de una universidad privada de Trujillo, con edades entre 18 a 30 años, varones y mujeres, con matrícula vigente en el periodo 2024 - 10. Se usó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998), adaptada por Domínguez et al. (2014) y el test de Dependencia al Teléfono Móvil (DTM) creado por Chóliz en el 2009 y adaptado por Chóliz y Villanueva (2011). Los resultados obtenidos indicaron una correlación significativa y positiva moderada entre variables de Procrastinación académica y Dependencia al móvil ($r = 0.248$; $p < 0.05$). Respecto a sus dimensiones se halló que la dimensión de autorregulación académica, y la dimensión de abuso y control de impulsos ($r = .161$; $p < .05$), presenta una correlación significativa directa. Además, se encontró una relación significativa y muy significativa de tipo negativa entre las dimensiones de abstinencia ($r = -.199$; $p < .01$); Problemas de exceso ($r = -.191$; $p < .05$) y tolerancia ($r = -.229$; $p < .01$). Por otro lado, se evidenció que la dimensión de postergación de actividades tiene una relación significativa directa entre la dimensión de abuso y control de impulsos ($r = .138$; $p < .05$) y uso excesivo ($r = .146$; $p < .05$). Asimismo, se encontró una correlación significativa inversa entre las dimensiones de abstinencia ($r = -.165$; $p < .05$) y tolerancia ($r = -.224$; $p < .05$).

Palabras claves: procrastinación académica, dependencia al móvil, obstetricia, dimensión, muy significativa.

ABSTRACT

A substantive investigation was conducted with the overall objective of determining the relationship between academic procrastination and mobile phone dependence among obstetrics students at a private university in Trujillo. To this end, a sample of 148 students in their 4th to 6th year of the obstetrics program at a private university in Trujillo was studied. The students were between 18 and 30 years old, both male and female, and were enrolled in the 2024-10 academic period. The Academic Procrastination Scale (APS) by Busko (1998), adapted by Domínguez et al. (2014), and the Mobile Phone Dependency Test (MPDT) created by Chóliz in 2009 and adapted by Chóliz and Villanueva (2011) were used. The results obtained indicated a significant and moderately positive correlation between the variables of academic procrastination and mobile phone dependence ($\rho = 0.248$; $p < 0.05$). With regard to their dimensions, it was found that the dimension of academic self-regulation and the dimension of abuse and impulse control ($r = .161$; $p < .05$) have a significant direct correlation. In addition, a significant and highly significant negative relationship was found between the dimensions of abstinence ($r = -.199$; $p < .01$); problems of excess ($r = -.191$; $p < .05$) and tolerance ($r = -.229$; $p < .01$). On the other hand, it was found that the dimension of postponement of activities has a significant direct relationship between the dimension of abuse and impulse control ($r = .138$; $p < .05$) and excessive use ($r = .146$; $p < .05$). On the other hand, it was evident that the dimension of postponement of activities has a significant direct relationship between the dimension of abuse and impulse control ($r = .138$; $p < .05$) and excessive use ($r = .146$; $p < .05$). Likewise, a significant inverse correlation was found between the dimensions of withdrawal ($r = -.165$; $p < .05$) and tolerance ($r = -.224$; $p < .05$).

Keywords: academic procrastination, mobile phone dependence, obstetrics, dimension, highly significant.

CAPÍTULO I

MARCO METODOLÓGICO

1.1 El Problema.

1.1.1 Delimitación del problema.

En la actualidad se observan cambios repentinos y constantes en la sociedad, por ello, es esencial que las personas logren adaptarse y competir para encajar, buscando cumplir sus metas, enfrentándose a desafíos tanto en el ámbito laboral, social, como académico. Dentro de este proceso el aprendizaje y el conocimiento se convierten en objetivos cruciales y relevantes donde se hacen presentes elementos favorables y desfavorables. Se puede decir que la planificación de las actividades se considera una costumbre favorable, a diferencia de la postergación de las mismas puede verse como rutina normal para muchos, pero un problema serio para estudiantes universitarios.

En efecto, el hábito de la procrastinación se considera elemento desfavorable en el proceso educativo de los estudiantes. Investigaciones en países británicos revelan que la procrastinación académica es un fenómeno muy extendido entre universitarios, afectando entre el 80% y 95% de los estudiantes en algún momento de su formación. Además, un porcentaje significativo del 75% se autopercebe como procrastinador, lo que evidencia no solo la frecuencia de este comportamiento, sino también la conciencia que tienen los estudiantes sobre sus hábitos de postergación (García y Silva, 2019). Estos altos índices sugieren que la procrastinación no es un problema aislado, sino una tendencia generalizada que podría impactar negativamente en el rendimiento académico y el bienestar estudiantil, destacando la importancia de intervenciones educativas y de gestión del tiempo.

Con respecto al contexto peruano, la procrastinación puede ser especialmente común debido a varios factores. Uno de ellos es la cultura del "luego lo hago". Muchas veces, los estudiantes tienen una actitud relajada hacia el tiempo y tienden a creer que siempre habrá tiempo suficiente para hacer las cosas más adelante. En Madre de Dios, una indagación con estudiantes del séptimo ciclo describe que el 69.5% obtiene rangos de procrastinación altos, debido a que frecuentemente optan por postergar sus actividades clasificándolas como opcionales y no obligatorias, esperando hasta el último momento,

amenazando sus calificaciones y la viabilidad de seguir estudiando (Estrada, 2021).

En un estudio realizado con 102 estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo, se observó que el 27% presentaba un nivel alto de procrastinación académica, lo que indica que más de una cuarta parte de los individuos evaluados tendía a postergar de manera significativa sus responsabilidades educativas (Cubas, 2020). Este resultado refleja una prevalencia considerable del fenómeno en el ámbito académico, sugiriendo la necesidad de estrategias para abordar este comportamiento.

De esta manera, este comportamiento se agudiza al mismo tiempo, con la tecnología y las plataformas de comunicación en línea, ya que son factores que también han contribuido a la procrastinación en la actualidad. Con la facilidad de acceso a internet y las distracciones constantes en línea, es fácil caer en la tentación de posponer el trabajo o las obligaciones para pasar tiempo en redes sociales, viendo videos o jugando videojuegos.

Un informe de la organización Common Sense Media (2022) El 61% de los preadolescentes y el 62% de los adolescentes afirman que disfrutaban ver videos en línea "mucho", siendo esta la actividad mediática más popular, muy por encima de otras como ver televisión o jugar videojuegos. Además, el 77% de los adolescentes ve videos en línea diariamente, en comparación con el 62% que usa redes sociales y el 49% que ve televisión a diario. Durante la pandemia, el consumo de videos en línea aumentó significativamente, con un incremento de 8 puntos porcentuales en la proporción de jóvenes que los ven a diario y un aumento de 23 minutos en el tiempo promedio de visualización entre 2019 y 2021 (Common Sense Media, 2022).

De acuerdo a un estudio realizado a 430 jóvenes estudiantes inscritos en instituciones educativas gubernamentales y 209 estudiando en la Universidad Ramón Llull de la ciudad de Barcelona indicó que el 50% de ellos se autovaloran como dependientes del móvil, donde se menciona que alrededor del 38% que poseen teléfono celular experimentan sentimientos de inquietud e inclusive experimentan ansiedad cuando se ven obligados a renunciar de su dispositivo móvil (Beranuy et al., s.f). Asimismo, una investigación en el país de Ecuador

indicó que el 66,5% de estudiantes mostró dependencia al móvil, en consecuencia, a la vulnerabilidad de los jóvenes frente al exceso del uso del dispositivo (Castillo et al., 2021).

A diferencia de otros países en el Perú un estudio realizado por Cotrina (2020) en la ciudad de Chiclayo señaló que el 40.2% varones y el 35.5% de mujeres, estudiantes universitarios tienen dependencia al móvil, al tiempo que señala que tanto hombres como mujeres utilizan el teléfono a diario, y las aplicaciones más populares son WhatsApp y Facebook. De la misma manera, en un estudio realizado en la ciudad de Ayacucho se halló que los estudiantes muestran un grado significativo de adicción al celular, donde se demostró que el 43% presenta ansiedad cuando dejan de usar el celular (Morales, 2021).

Un estudio realizado en una universidad privada de Trujillo por Vásquez (2024) evaluó los niveles de dependencia al teléfono móvil en 180 estudiantes, revelando diferencias significativas según género. Los resultados mostraron que el 57.8% de las mujeres presentaba un nivel alto de dependencia, mientras que en los hombres esta cifra alcanzó el 43.3%. Estos hallazgos plantean la necesidad de profundizar en estrategias de uso responsable de la tecnología en el ámbito universitario.

El estudio se centró en estudiantes de Obstetricia del 4to al 6to ciclo de una universidad privada de Trujillo, población donde se identificó una tendencia preocupante: el tiempo excesivo en el móvil correlacionado con entregas tardías, falta de atención en clases y postergación de trabajos grupales. El análisis del contexto motivó a iniciar la investigación lo que hizo posible identificar que tanto la dependencia al teléfono móvil como la procrastinación académica constituyeron problemáticas en aumento y que inciden en diferentes dimensiones del desarrollo del estudiante. Por lo tanto, se estudió ambas variables en la población universitaria, y el tipo de relación existente entre las mismas, con el fin de establecer estrategias de intervención válidas que generen un impacto en la salud mental.

1.1.2 Formulación del problema.

¿Cuál es la relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo?

1.1.3 Justificación del estudio.

Esta investigación es altamente conveniente ya que examina y explora la problemática creciente y con escasa atención en estudios locales en los estudiantes universitarios. Donde muestra necesario comprender cómo estas conductas interactúan, afectando el rendimiento académico y la gestión del tiempo, con el fin de generar evidencia para futuras intervenciones psicoeducativas adaptadas al contexto.

Desde el ámbito teórico, la creciente dependencia a dispositivos móviles y la procrastinación académica se han convertido en fenómenos psicoeducativos críticos que afectan holísticamente en el aprendizaje. Esta investigación se centra en analizar la interrelación entre estas variables en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo, dado que su impacto trasciende lo académico, permeando las esferas social, familiar y personal de los educandos.

A nivel práctico, los resultados muestran problemas de dependencia al teléfono móvil y procrastinación académica que afectan significativamente el rendimiento de los estudiantes de obstetricia. Asimismo, permiten identificar los niveles específicos de estas conductas y sus efectos, proporcionando datos valiosos para que profesionales de la salud mental y educativos desarrollen intervenciones focalizadas. Estas podrán incluir programas de tutorías, talleres y técnicas de estudio adaptadas, lo que contribuirá a una formación profesional más sólida.

A nivel social, esta investigación beneficiará tanto a estudiantes de obstetricia como a su entorno. Para los estudiantes, esto se traducirá en una mejora en su autorregulación emocional y rendimiento académico, lo que impactará positivamente en sus relaciones sociales y desarrollo profesional. Al comprender estos patrones conductuales, la comunidad universitaria podrá implementar intervenciones que promuevan no solo la excelencia académica,

sino también la formación de profesionales con mayor capacidad de adaptación y equilibrio en su vida social.

1.1.4 Limitaciones.

La presente investigación se basó en la propuesta teórica de Busko (1998) para la variable de procrastinación académica, mientras que Chóliz y Marco (2011) para la variable de dependencia al móvil.

Los resultados de la presente investigación solamente se limitan a segmentos poblacionales afines a las muestras seleccionadas para el desarrollo de la misma.

1.2 Objetivos.

1.2.1 Objetivo General:

Establecer la relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

1.2.2 Objetivos Específicos:

- Identificar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo.
- Identificar el nivel de dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo.
- Determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica (autorregulación académica y postergación de actividades) y las dimensiones de dependencia al móvil (abstinencia, abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia).

1.3 Hipótesis.

1.3.1 Hipótesis General:

Existe relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

1.3.2 Hipótesis Específica:

- Existe relación entre autorregulación académica y las dimensiones de dependencia al móvil (abstinencia, abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia).
- Existe relación entre la postergación de actividades y las dimensiones de abstinencia, abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia.

1.4 Variables e indicadores.

Variable 1: Procrastinación Académica (EPA), cuyas dimensiones son:

- Autorregulación académica.
- Postergación de actividades.

Variable 2: Dependencia al Móvil (TDM), cuyas dimensiones son:

- Abstinencia.
- Abuso y dificultad en controlar el impulso.
- Problemas ocasionados por el uso excesivo.
- Tolerancia.

1.5 Diseño de ejecución:

1.5.1 Tipo de investigación:

Este estudio se clasifica como básico o fundamental según la tipología de Ortega (2017), al sustentarse en un cuerpo teórico previamente establecido y tener como finalidad principal la generación de conocimiento científico sobre la relación entre dependencia móvil y procrastinación académica.

1.5.2 Diseño de investigación:

El diseño es de tipo descriptivo - correlacional, que logra examinar el grado de relación o asociación que existirá entre dos variables a través de una misma muestra (Hernández et al., 2014). Por lo que el diagrama del diseño es:

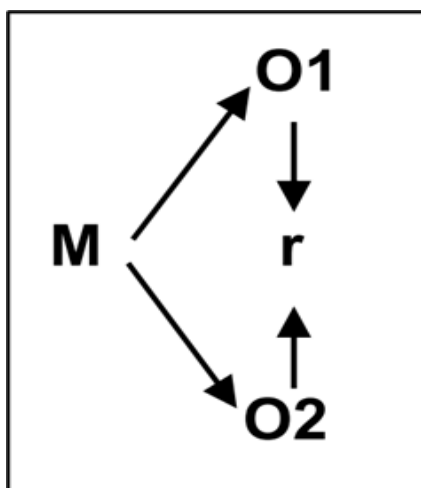


Figura 1: Diagrama del diseño no experimental transversal descriptivo correlacional.

Dónde:

O1 = Procrastinación académica

O2 = Dependencia al móvil

M = Estudiantes de obstetricia del 4to al 6to ciclo de la Universidad Privada Antenor Orrego.

r = Relación entre la Procrastinación académica y la Dependencia al móvil.

1.6 Población y muestra.

1.6.1 Población:

La población estará constituida por 240 estudiantes de ambos sexos del IV al VI ciclo del Programa de Estudios de Obstetricia de la Universidad Privada Antenor Orrego, los cuales están matriculados en el presente año académico.

Tabla 1

Distribución de la población de estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

Ciclo	N	%
IV	70	29%
V	90	38%
VI	80	33%
TOTAL	240	100%

1.6.2 Muestra:

La muestra estará conformada por 148 estudiantes de ambos sexos del IV al VI ciclo del Programa de Estudios de Obstetricia de la Universidad Privada Antenor Orrego.

Fórmula:

$$\begin{aligned} &= \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2(N-1) + Z^2 \cdot p \cdot q} \\ &= \frac{1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5 \cdot 240}{0.5^2(240-1) + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5} \\ &= \frac{230.496}{1.5579} \\ &= 148 \end{aligned}$$

Donde:

- η : Tamaño de la muestra (148)
- N: Población (240)

- p: Población a favor (50%)
- q: Población en contra (50%)
- Z: Nivel de confianza (1.96, En un nivel de confianza de 95%)
- e: Error de muestra (5%)

Tabla 2

Distribución de la muestra de estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

Ciclo	N	%
IV	43	29%
V	56	38%
VI	49	33%
TOTAL	148	100%

Se tuvo en cuenta los siguientes criterios para la selección de los participantes:

Criterios de inclusión:

- Se incluyó a estudiantes del cuarto al sexto ciclo de la carrera de estudio de obstetricia de la Universidad Privada Antenor Orrego.
- Se consideró estudiantes que están matriculados en el presente año universitario.
- Se tomó en cuenta estudiantes de ambos géneros.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no llenaron el formulario de consentimiento informado.

- Estudiantes que proporcionaron respuestas en múltiples registros.
- Estudiantes que no siguieron el protocolo de evaluación.
- Estudiantes que abandonaron la prueba antes de que termine.

1.6.3 Muestreo:

La investigación utiliza un muestreo estratificado que consiste en dividir a una población en subgrupos o clases, denominados estratos, las unidades de estos deben ser relativamente homogéneas a las características del estudio (Porras, 2017).

1.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.

1.7.1 Técnica:

La investigación utiliza como técnica a la psicometría, esta permite cuantificar y evaluar distintas variables psicológicas de la conducta humana, a través de test, pruebas, datos estadísticas en base a ello se podrá comparar las características de distintos individuos objetivamente (Universidad Internacional de la Rioja [UNIR], 2020).

1.7.2 Instrumentos de Recolección de Datos:

1.7.2.1 Escala de Procrastinación Académica (EPA):

1.7.2.1.1 Ficha Técnica:

La Escala de Procrastinación Académica (EPA) fue diseñada por Busko (1998), consecutivamente se realizó una adaptación al castellano de Álvarez (2010) y reducida de 12 ítems por Domínguez et al. (2014). El instrumento está dirigido a adolescentes y jóvenes, donde la administración puede ser colectiva o individual. El tiempo para la aplicación es de 8 a 12 minutos, y un máximo de 17 minutos. Su objetivo es medir la tendencia a postergar o retrasar de manera innecesaria e irracional las actividades y obligaciones académicas.

1.7.2.1.2 Descripción:

La escala consta de 12 ítems que concretan dos dimensiones fundamentales: La autorregulación académica (ítems 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13 y

14) evalúa la acción del estudiante en su proceso de aprendizaje. Por otro lado, la postergación de actividades (ítems 1, 8 y 9) califica la acción de posponer las tareas académicas que deben ejecutarse. Los reactivos se puntúan mediante escala de tipo Likert de cinco puntos, los ítems directos se puntúan como: siempre (5), casi siempre (4), a veces (3), casi nunca (2) y nunca (1); mientras que para los ítems inversos 5 y 11 son: siempre (1), casi siempre (2), a veces (3), casi nunca (4) y nunca (5).

1.7.2.1.3 Propiedades Psicométricas:

En su investigación sobre validez de constructos, Busko (1998) analizó una muestra de 112 estudiantes universitarios canadienses, con una edad promedio de 22 a 36 años. Mediante un análisis factorial exploratorio (AFE), el estudio identificó dos dimensiones subyacentes que, en conjunto, explicaban un 82% de la varianza total, un porcentaje notablemente alto que refleja una sólida estructura factorial. Todos los ítems mostraron cargas factoriales significativas (superiores a .37), lo que respalda su adecuada correlación con las dimensiones propuestas. En cuanto a la fiabilidad, la escala demostró una alta consistencia interna, con un coeficiente alfa de Cronbach de .860.

Se realizó un estudio piloto para la Escala de procrastinación académica (EPA) con una muestra de 50 estudiantes; con edades entre 19 y 26 años de edad en base a los criterios de inclusión y protocolos de rigor científico y consentimiento informado. Se obtuvo un coeficiente de confiabilidad alfa de Cronbach de 0.804 a nivel general, mientras que para el análisis por ítems se obtuvieron rangos aprobatorios entre 0. 0.763 y 0.820 para la totalidad de los ítems.

1.7.2.2 Test de Dependencia al Móvil (TDM)

1.7.2.2.1 Ficha Técnica:

El Test de Dependencia al Móvil (TDM) es un instrumento de evaluación psicológica que fue desarrollado por Chóliz Montañés en el 2009 y presentó una adaptación por Chóliz y Villanueva (2011). El instrumento está dirigido para edades que oscilan entre los 16 y 35 años. El TDM se puede aplicar de forma grupal o individual y tiene una duración de 10 a 12 minutos. El test evalúa la existencia y gravedad de la dependencia del teléfono móvil.

1.7.2.2.2 Descripción:

El Test de Dependencia al Móvil (TDM) está compuesto por 22 ítems, y 4 dimensiones: Empezando por el abuso y dificultad en controlar el impulso (ítems 1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 16 y 18), valora la utilización excesiva. Problemas ocasionados por el uso excesivo (ítems 2, 3, 7 y 10), estima las consecuencias negativas. Tolerancia (ítems 12, 14, 17 y 19), evalúa la necesidad de utilizar cada vez más el móvil. Abstinencia (ítems 13, 15, 20, 21 y 22), evalúa el malestar provocado cuando no se tiene la posibilidad de utilizar el móvil.

1.7.2.2.3 Propiedades Psicométricas:

En su estudio sobre validez de constructos, Chóliz y Villanueva (2011) realizaron un exhaustivo análisis psicométrico con una muestra representativa de 1,944 estudiantes españoles (edades comprendidas entre 12 y 18 años). Para examinar la estructura subyacente del instrumento, aplicaron un análisis factorial exploratorio (AFE). Los resultados revelaron una estructura compuesta por tres factores claramente diferenciados: Factor I, explicó el 25.22% de la varianza total, mostrando la mayor carga explicativa; Factor II, contribuyó con el 13.54% de la varianza; Factor III, aportó el 9.84% restante, completando un 48.6% de varianza acumulada entre los tres componentes. En cuanto a la fiabilidad, los investigadores calcularon la consistencia interna mediante el coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo un valor de .700 para la escala completa.

Se implementó un estudio piloto para el Test de dependencia al móvil (TDM) para una muestra de 50 estudiantes comprendidos entre 19 y 26 años. Los resultados de confiabilidad mediante coeficiente alfa de Cronbach indicaron un valor general aprobatorio de 0.904 y bajo el análisis por ítems un rango entre 0.895 y 0.918 para la totalidad de los ítems.

1.8 Procedimiento de recolección de datos

Para llevar a cabo la investigación, en primera instancia, se estableció contacto con los estudiantes del Programa de Estudios de la carrera de obstetricia presentando una carta de respaldo de la universidad y solicitando la autorización para realizar la evaluación. Además, de una reunión previa con las autoridades encargadas de la Escuela de Obstetricia y nuestro asesor de curso para presentar el proyecto de tesis y aclarar cualquier duda. Después, se llevaron

a cabo diferentes coordinaciones con la directora de la Escuela de Obstetricia para administrar los instrumentos y el consentimiento informado en horarios y fechas establecidas. En el período consignado, se llevó a cabo la aplicación de los instrumentos a manera grupal en cada ciclo designado, con una duración de 20 minutos. Antes de comenzar, se les explicó a los participantes el propósito del estudio y se les dieron las instrucciones necesarias para completar las pruebas, se destacó el valor de su participación voluntaria, se explicaron los aspectos clave del consentimiento informado y se aclararon sus dudas. Durante el proceso de recolección de datos, se realizó la verificación de los instrumentos aplicados, asegurando que todas las respuestas hubieran sido completadas correctamente, siguiendo los protocolos establecidos para garantizar el anonimato y la organización de la información.

1.9 Análisis estadístico.

En esta investigación, se utilizó un enfoque descriptivo correlacional de corte transversal, no experimental. Para ello, se utilizó la base de datos procesada en el software estadístico SPSS, la cual fue previamente depurada y organizada en Microsoft Office Excel, garantizando la integridad y precisión de la información antes de su análisis.

En una primera fase, se llevó a cabo un análisis de distribución de frecuencias con el objetivo de organizar y categorizar los datos. Este proceso consistió en agrupar las puntuaciones obtenidas en niveles o categorías específicas, lo que permitió una visualización clara y estructurada de la información. Los resultados de este análisis fueron presentados en tablas de simple entrada, siguiendo rigurosamente las directrices establecidas en la séptima edición de las normas APA, asegurando así un formato estandarizado y académicamente aceptable.

Posteriormente, se aplicó la prueba de normalidad de Smirnov-Kolmogorov con el fin de evaluar si la distribución de los datos seguía una curva normal. Este paso fue crucial para determinar el tipo de pruebas estadísticas a utilizar en fases posteriores, es decir, si se debían emplear métodos paramétricos o no paramétricos.

Los resultados de esta prueba indicaron que la distribución de los datos no se ajustaba completamente a una curva normal, lo que llevó a la decisión de utilizar la prueba de correlación de Spearman, una técnica no paramétrica adecuada para analizar la asociación entre las variables y sus dimensiones en contextos donde no se cumple el supuesto de normalidad.

CAPÍTULO II

MARCO REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Antecedentes

2.1.1 A Nivel Internacional:

Villagómez et al. (2023) en Chimborazo, realizaron una investigación “Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios”, con el objetivo de determinar la relación entre la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. Este estudio fue de alcance correlacional, con enfoque cuantitativo, no experimental, transversal. La muestra estaba conformada por 167 estudiantes de la carrera de Turismo de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Ecuador durante el primer semestre de 2022. Se aplicaron instrumentos como el Test de Dependencia al Dispositivo Móvil y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados revelaron que existió una correlación directa con una intensidad de moderada a fuerte entre la postergación de actividades y la dependencia al dispositivo móvil ($p < 0,05$; $r = 0,485$). En la dimensión autorregulación académica predominó el nivel bajo con un 98,25% seguido de un nivel moderado con un 1,8%; mientras que en la dimensión postergación de actividades predominó el nivel alto con 46,7%, el nivel bajo con un 42,5% y el nivel moderado con un 10,8%. Respecto al otro instrumento, Dependencia al dispositivo móvil, predominó el nivel moderado con un 59,3%, seguido de un nivel bajo con un 38,9% y un nivel alto de 1,8%.

Castellanos et al. (2024) en Panamá, realizaron un estudio “Dependencia al teléfono móvil y su relación con la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la facultad de psicología” con el objetivo de investigar la relación entre las variables de Procrastinación académica, dependencia al teléfono móvil y ansiedad. El estudio fue de enfoque cuantitativo y un diseño transversal correlacional. La muestra se conformó por 187 estudiantes de primer y cuarto ciclo de la Facultad de Psicología de la Universidad de Panamá. Para esta investigación se aplicó el Inventario de Ansiedad de Zung, el Test de Dependencia al Teléfono Móvil y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados mostraron una correlación de $r = -0.10$ entre la dependencia al teléfono móvil y la procrastinación académica, indicando una asociación muy débil entre las variables. Respecto a los hallazgos sobre el test de dependencia al teléfono

móvil, el 66% obtuvo un nivel bajo, un 32% obtuvo un nivel medio y el 2% alcanzó un nivel alto; mientras que, sobre procrastinación académica, el 60% obtuvieron un nivel alto y el 40% restante obtuvo un nivel medio.

2.1.2 A Nivel Nacional:

Quispe (2022) en Lima, realizó un estudio “Dependencia al móvil y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Villa El Salvador” con el objetivo principal de determinar la relación entre la variable de dependencia al móvil y la procrastinación académica. Este estudio fue realizado con un diseño no experimental y de alcance correlacional. La muestra estuvo conformada por 357 estudiantes de psicología cuyas edades oscilaban entre los 16 a 55 años. Los instrumentos utilizados fueron el Test de dependencia al móvil (TDM) de Chóliz (2010) y la Escala de procrastinación académica (EPA) de Busko (1998). Se identificaron resultados que señalan la existencia de relación significativa con tendencia directa y de grado débil entre la dependencia al móvil y la procrastinación académica ($Rho= 0.319, p<0.01$), de igual forma existe relación entre las dimensiones de cada variable. Revelando así que 50.6% de estudiantes contaron con mayor presencia para el nivel medio de dependencia al móvil, seguido por el 26.6% en nivel bajo; asimismo, el 49.4% contó con niveles medio de procrastinación académica y el 25.9% para el nivel bajo.

Calle (2022) en Huancayo, llevó a cabo una investigación “procrastinación académica y dependencia al celular en estudiantes de la escuela profesional de psicología de una universidad privada, Huancayo – 2021” con el fin de determinar el nivel de relación entre la procrastinación académica y dependencia al celular en estudiantes de psicología. Se seleccionó una muestra de 450 participantes mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. El tipo de investigación fue tipo básico, de nivel relacional, y un diseño no experimental transaccional correlacional. Para la medición de las variables, se emplearon dos instrumentos validados: la Escala de Procrastinación Académica (EPA) desarrollada por Domínguez, Villegas y Centeno, y el Test de Dependencia al Móvil (TDM) de Mariano Chóliz. Los hallazgos revelaron una correlación significativa directa de grado moderado entre estas variables ($Rho= 0.641 p<$

0.05). Asimismo, reveló que el 65.33% de los participantes presentó niveles moderados tanto de procrastinación académica como de dependencia al dispositivo móvil. El análisis de la variable de dependencia al móvil revela que un 76% de estudiantes presentó niveles medios, 15% nivel alto y el 9% nivel bajo; respecto a la variable de procrastinación académica, un 73% de los estudiantes reveló un nivel moderado y el 27% para el nivel alto.

Ccapa (2022) en Juliaca, realizó una investigación “Dependencia a los celulares y procrastinación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2022” con el objetivo de determinar si existe relación significativa entre la variable de procrastinación y la variable de dependencia al teléfono móvil. Dicho estudio de corte transversal, alcance correlacional, no experimental. La muestra estuvo conformada por 223 estudiantes, de ambos sexos cuyas edades se encontraban entre los 18 a 25 años de edad. Los instrumentos usados fueron el cuestionario de procrastinación y el test de dependencia al móvil. Los resultados señalaron que existe relación significativa e indirecta ($Rho = -.821$; $p = .000$) entre ambas variables. Asimismo, reveló que existe correlación directa y muy significativa en la dimensión procrastinación académica ($Rho = .962$; $p = .000$), también una relación directa y significativa en la dimensión procrastinación familiar ($Rho = .771$; $p = .000$), finalmente revelan que existe correlación directa y significativa en la dimensión procrastinación emocional ($Rho = .887$; $p = .000$). El análisis de la variable dependencia al teléfono móvil revela que el 11% obtuvo un nivel bajo, 22% obtuvo una tendencia baja, el 28% presentó un nivel moderado, el 29% presentó una tendencia alta y finalmente el 11% presentó un nivel alto; respecto a la variable procrastinación el 12% obtuvo un nivel bajo, el 39% obtuvo tendencia baja a la procrastinación, el 29% obtuvo un nivel moderado y por último, el 21% presentó tendencia alta.

Sanga y Ramírez (2023) en Puno, llevaron a cabo una investigación “Dependencia al celular y procrastinación académica en los estudiantes de un instituto de educación superior pedagógico de Puno, 2022” con el fin de determinar el nivel de relación entre la procrastinación académica y dependencia al celular en estudiantes de un Instituto de Educación Superior Pedagógico. Este estudio se hizo a partir de tipo básico de nivel descriptivo, con diseño de alcance correlacional y no experimental. La muestra estuvo conformada por 32

estudiantes de ambos sexos entre los 17 a 26 años de edad. Se usaron instrumentos como la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS). Los resultados mostraron una relación significativa entre las variables se encontró un p-valor es de 0.000, menor a 0,05 ($p < 0,05$) con un valor de Rho Spearman de -0,390 existiendo una correlación negativa moderada, revelando que a una dependencia al celular, los jóvenes muestran menor procrastinación académica; asimismo, en las dimensiones el uso, abuso y adicción al smartphone y sus aplicaciones y procrastinación académica se identificó que el p-valor es 0,000, menor a 0,05 ($p < 0,05$) con un valor Rho de Spearman -0,395 encontrando una correlación significativa, negativa y de grado moderado, esto demuestra que realizando el uso, abuso y adicción al smartphone y sus aplicaciones, los jóvenes muestran menor procrastinación académica. En cuanto a los niveles, se encontró que en relación con la variable de dependencia al celular el 28,8% de estudiantes presenta conductas de dependencia y adicción al uso del celular y el 16,7% de estudiantes presentan elevadas conductas de dependencia y adicción al celular; mientras que, en la variable de procrastinación académica, el 42,4% de estudiantes presentan nivel alto de procrastinación académica y el 56,1% de estudiantes se encuentra en nivel moderado.

Regalado (2023), en Cajamarca, llevó a cabo una investigación “Asociación entre uso de Internet y procrastinación en estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Cajamarca noviembre 2022- marzo 2023” con el objetivo de identificar la relación que hay entre la adicción a Internet y la procrastinación académica en los estudiantes de pregrado de la Universidad Nacional de Cajamarca. El estudio es transversal, analítico y correlacional. Los instrumentos utilizados fueron el Test de Adicción a Internet (IAT) y el Test de Procrastinación Académica, los cuales fueron aplicados a 243 estudiantes universitarios. Los resultados mostraron una correlación positiva entre la adicción al internet y la dimensión de autorregulación ($r = 0.309$, con $p < 0.01$) y una correlación negativa respecto a la adicción al internet y postergación de actividades ($r = - 0.246$, con $p < 0.01$). Sobre la Confiabilidad el test de Acción al internet cuenta con un Alfa de 0.93 y Escala de Procrastinación Académica cuenta con Alfa de 0.82. Respecto al nivel de adicción a internet que prevalece

entre los estudiantes, el 77% obtuvo un nivel normal, el 18.1% leve y solo el 4.9% moderado. No se encontraron casos de Adicción Severa. Sobre el nivel de Procrastinación académica en general, el 90.5% alcanzó un nivel promedio, el 9.1% un nivel bajo y finalmente, el 0.4% un nivel alto.

2.1.3 A Nivel Local:

Castillo (2023), en Trujillo, realizó un estudio “Dependencia al teléfono móvil y procrastinación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo” con el objetivo de determinar la relación entre la dependencia al teléfono móvil y la procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. Estudio de alcance descriptivo correlacional, no experimental. Los instrumentos aplicados fueron el Dependencia al Teléfono Móvil (DTM) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA) a un total de 118 estudiantes que oscilaban entre las edades de 18 y 26 años. Los resultados señalaron una correlación significativa de efecto grande ($\rho=739$; $p=.000$) entre procrastinación académica y dependencia al teléfono móvil; asimismo, existe una correlación significativa entre sus dimensiones, abstinencia ($r = .582$), abuso y control de impulsos ($r = .574$) y tolerancia ($r = .556$) ($p < .01$), con postergación académica y autorregulación de actividades. En cuanto al nivel de dependencia al teléfono móvil ese identificó que la mayoría presenta un nivel regular con un 53.4%, un nivel malo con un 25.4% y un nivel bueno con un 21.2%. De igual modo en el nivel de procrastinación académica se encontró predominancia en el nivel regular con un 58.5% de la muestra, seguido de un nivel bueno con un 24.6 % y un nivel malo con un 16.9 %.

2.2 Marco Teórico:

2.2.1 Procrastinación Académica:

2.2.1.1 Definiciones:

La procrastinación ha sido definida tradicionalmente como un comportamiento de retraso voluntario e irracional de tareas importantes. Según Busko (1998) consiste en postergar actividades de aprendizaje debido a la falta de confianza en las propias capacidades para enfrentar desafíos académicos, como la gestión del tiempo, la realización de tareas o la preparación de

evaluaciones. Mientras que para Álvarez (2010) es un fenómeno complejo y ampliamente investigado por varios expertos, quienes han propuesto diferentes conceptos, pero todos coinciden en que implica posponer o retrasar una tarea, a la vez perdiendo el verdadero valor de llevar a cabo actividades de manera planificada y organizada, lo que resulta en mayor satisfacción para lograr metas a corto plazo.

Al igual que la resistencia a la insulina impide procesar adecuadamente el azúcar, la procrastinación académica refleja una especie de 'resistencia al esfuerzo'. Un patrón de conductas caracterizado por un retraso voluntario en la realización de actividades que deben cumplirse en un momento determinado. Para Padilla (2017) se refiere a una serie de comportamientos que implican retrasar la realización de tareas educativas. Estos comportamientos están influenciados por aspectos emocionales y cognitivos, lo cual puede afectar la capacidad para seleccionar el curso adecuado y enfrentar dificultades.

La persona se ve obligada a elegir entre cumplir con sus responsabilidades o llevar a cabo actividades de entretenimiento. Las investigaciones han encontrado que los comportamientos abiertos de procrastinación están asociados con factores como baja autoestima, baja confianza en uno mismo, bajo autocontrol, depresión, comportamiento desorganizado y, en algunos casos, perfeccionismo, impulsividad disfuncional y ansiedad (Quant y Sánchez, 2012).

En la literatura reciente, la procrastinación ha sido redefinida más allá de la mera postergación para Castro y Mahamud (2017) es vista como una forma de regular las emociones negativas y obtener una sensación de bienestar temporal. Los procrastinadores activos no experimentan interferencia o alteración en su rendimiento laboral al posponer actividades. De hecho, posponer las tareas les ayuda a realizarlas con mayor eficacia y lograr mejores resultados.

2.2.1.2 Tipos de Procrastinación:

Una de las categorías más relevantes es lo mencionado por Spada et al. (1995, como se citó en Quant y Sánchez, 2012) confirman que se puede hablar de dos tipos de procrastinación:

- Procrastinación en la ejecución de tareas: Este comportamiento está asociado con patrones de evitación, donde el individuo pospone continuamente la culminación de actividades a pesar de haber comenzado con ellas.
- Procrastinación en la toma de decisiones: Vinculan esta forma de procrastinación con el miedo al fracaso, donde la incertidumbre o la ansiedad ante posibles resultados negativos paralizan el proceso de elección.

Según Hsin y Nam (2005, como se citó en Quant y Sánchez, 2012) distinguen dos tipos de procrastinadores: pasivos y activos.

- Procrastinadores pasivos: Denominados "tradicionales", se caracterizan por la indecisión y la incapacidad de completar tareas dentro de los plazos establecidos. Su procrastinación suele asociarse con dificultades de autorregulación.
- Procrastinadores activos: A diferencia de los pasivos, estos prefieren trabajar bajo presión y toman decisiones deliberadas para posponer tareas. Los autores destacan que, aunque ambos tipos retrasan sus actividades, los procrastinadores activos comparten rasgos con los no procrastinadores, como una mejor gestión del tiempo, mayor autoeficacia y estilos de afrontamiento más adaptativos.

2.2.1.3 Consecuencias de la Procrastinación Académica:

Los estudiantes con tendencia a procrastinar suelen experimentar sentimientos de culpa, vergüenza y angustia al incumplir sus obligaciones académicas. Según Moreta et al. (2018) estas emociones negativas generan un impacto multidimensional:

- Estrés y depresión: La acumulación de tareas pendientes y la autocrítica constante pueden derivar en cuadros de ansiedad o estados depresivos.
- Alteraciones del sueño: La preocupación por los plazos incumplidos y la carga académica afectan la calidad del descanso.

- Bajo rendimiento académico: La postergación sistemática reduce la calidad del trabajo y limita las oportunidades de aprendizaje.
- Falta de puntualidad: Se refuerza un ciclo de incumplimiento que trasciende el ámbito educativo.
- Problemas de personalidad: A largo plazo, puede afectar la autoestima y la percepción de autoeficacia.

2.2.1.4 Conductas asociadas a la Procrastinación:

La investigación de Quant y Sánchez (2012) revela que la procrastinación se relaciona significativamente con diversos factores psicológicos y conductuales, entre los que destacan:

- Problemas de autorregulación: Dificultades para controlar los impulsos y gestionar el tiempo efectivamente.
- Baja autoestima y autoconfianza: Falta de seguridad en las propias capacidades para cumplir con las tareas.
- Salud mental afectada: Tendencia a experimentar depresión y ansiedad como consecuencia del ciclo de postergación.
- Desorganización: Incapacidad para estructurar metas y priorizar actividades de manera eficiente.
- Perfeccionismo disfuncional: Establecer estándares irreales que llevan a evitar o retrasar el inicio de tareas.
- Impulsividad perjudicial: Toma de decisiones basada en recompensas inmediatas en lugar de objetivos a largo plazo.

Estos hallazgos subrayan que la procrastinación no es simplemente un problema de gestión del tiempo, sino un fenómeno complejo vinculado a múltiples dimensiones psicológicas.

2.2.1.5 Dimensiones de la Procrastinación Académica:

Siguiendo a Domínguez et al. (2014) y el trabajo de Ann Busko, la procrastinación académica puede ser estudiada a partir de dos componentes principales:

- Postergación de actividades académicas: Corresponde a la inclinación a retrasar el cumplimiento de las responsabilidades académicas para comprometerse a hacer aquello que le otorga una gratificación inmediata. Este comportamiento puede nacer por diversas cuestiones, van desde distractores externos hasta cuestiones internas que poseen su propia dificultad de motivación.
- Autorregulación académica: Se refiere a la habilidad que tiene el estudiante para autorregular el cumplimiento de sus actividades educativas, integrando aspectos emocionales y motivacionales. Una correcta autorregulación permite llevar a cabo la actividad académica teniendo en cuenta el tiempo y la calidad.

Estas dimensiones muestran que la procrastinación no se reduce a un problema de organización, sino que implica un fenómeno donde confluyen determinados factores de conducta, de emociones y de cognición.

2.2.1.6 Enfoque Teóricos:

2.2.1.6.1 Enfoque Psicodinámico:

Los enfoques teóricos más antiguos que fundamenta de forma generalizada la conducta es el modelo psicodinámico y psicoanalítico, donde hacen mención que las conductas procrastinadoras se dan en la etapa infantil; debido a que es donde el desarrollo del individuo es fundamental para reflejar su personalidad en la vida adulta, influenciada por los conflictos internos y de los procesos mentales que adoptaran (Ferrari et al., 1995, como se citó en Quant y Sánchez, 2012).

Asimismo, Freud (1933, como se citó en Quant y Sánchez, 2012) menciona la acción de postergar está basada en el concepto de evitar tareas, y fundamentó que la ansiedad generada en esa etapa es una marca de aviso para

el ego, es decir, las personas evitan realizar tareas porque se perciben a sí mismas como una amenaza y otras actividades son difíciles de realizar.

Los teóricos psicoanalíticos coinciden en que las expectativas de los padres influyen en el desarrollo de los rasgos de personalidad de una persona y en la procrastinación. Por lo tanto, los estudiantes muchas veces se sienten presionados por la aprobación de los padres respecto al desempeño académico; Debido a esto, los jóvenes estudiantes elegirán un comportamiento rebelde y pondrán a prueba sus límites mediante la suspensión.

2.2.1.6.2 Enfoque Cognitivo Conductual:

Basándose en el modelo de Knaus (1998), la procrastinación se define como una conducta asociada a aquellas distorsiones que el sujeto tiene con respecto a lo que es capaz de lograr y al valor personal. Este sostiene que los esquemas cognitivos disfuncionales son la razón por la que los estudiantes pasan a relacionar la eficacia de su rendimiento académico con la autoestima con la que se desempeñan; es decir, la conducta procrastinadora aparece como un sistema de evitación a través del cual el estudiante se protege de la posible vivencia de un fracaso. Sugiere que las intervenciones contra la procrastinación deberían enfocarse en tres aspectos clave.

- Primero: mediante técnicas de reestructuración cognitiva para modificar las creencias distorsionadas que asocian el valor personal con el rendimiento académico.
- Segundo: implementar estrategias que permitan disociar la autoestima de los resultados educativos.
- Tercero: incorporar herramientas para gestionar factores contextuales como la carga académica excesiva o presiones sociales, que suelen agravar las conductas evasivas.

Este abordaje integral, que combina componentes cognitivos y ambientales, podría ofrecer soluciones más efectivas al problema de la procrastinación en el ámbito estudiantil.

A partir del enfoque de Natividad (2014), puede argumentarse que la procrastinación constituye un fenómeno multidimensional que trasciende la simple gestión del tiempo. El autor sostiene que este comportamiento opera como un circuito retroalimentativo donde los estados emocionales negativos distorsionan los procesos cognitivos, afectando consecuentemente la conducta y la percepción de la realidad.

Resulta evidente que la procrastinación crónica no solo compromete el desempeño académico, sino que también incide en la construcción de la identidad social. Como señala Natividad (2014), los valores irracionales internalizados generan dificultades de adaptación socioemocional, manifestándose en conductas de aislamiento o conflictos interpersonales.

2.2.1.7 Modelo Teórico:

2.2.1.7.1 Teoría de Procrastinación Académica de Busko

Los estudios sobre procrastinación académica han encontrado en los trabajos de Busko (1998) una base fundamental para su comprensión. Esta autora estableció las primeras definiciones operacionales del constructo, sentando las bases para su medición y análisis posterior. Su teoría inicial planteaba que la procrastinación en el ámbito educativo representa una forma específica de comportamiento evasivo caracterizada por tres manifestaciones principales: el reemplazo de actividades académicas por otras más gratificantes a corto plazo, el aplazamiento recurrente hasta momentos de máxima presión, y en casos extremos, el abandono total de las obligaciones estudiantiles.

En su formulación original, Busko (1998) conceptualizó la procrastinación académica como un fenómeno unidimensional; influenciado principalmente por factores emocionales, como el miedo al fracaso y deficiencias en la planificación estudiantil. Sin embargo, Domínguez et al. (2014) enriquecieron este modelo al identificar una segunda dimensión crítica: la autorregulación académica. Este componente incorpora la capacidad del estudiante para organizar estratégicamente sus actividades, gestionar recursos y mantener la disciplina necesaria para cumplir con sus obligaciones educativas.

La teoría de Busko (1998), complementada por Domínguez et al. (2014) revelaron que la procrastinación académica es un fenómeno bifactorial que combina:

- Una vertiente emocional - conductual:
 - Evitación por miedo al fracaso o juicio negativo: Los estudiantes postergan tareas para proteger su autoestima, anticipando que el esfuerzo podría terminar en resultados negativos.
 - Búsqueda de recompensas inmediatas: Prefieren actividades que generen gratificación instantánea sobre metas académicas de largo plazo, activando circuitos cerebrales de recompensa que refuerzan la conducta evasiva.
 - Sesgos cognitivos: Distorsiones como "trabajo mejor bajo presión" o "mañana lo haré" justifican la postergación, creando un ciclo de autoengaño.

- Un componente regulatorio:
 - Déficits en habilidades metacognitivas: Dificultad para planificar, monitorear el progreso y ajustar estrategias.
 - Falta de autorregulación emocional: Incapacidad para gestionar emociones como el aburrimiento, la frustración o la ansiedad que surgen durante actividades académicas demandantes.
 - Ambientes desestructurados: Entornos con distractores que dificultan el mantenimiento del enfoque en metas académicas.

Esta dualidad teórica permite comprender la procrastinación no solo como un problema de gestión del tiempo, sino como un desafío complejo que involucra factores psicológicos y habilidades cognitivas, requiriendo intervenciones que aborden ambas dimensiones de manera integrada.

2.2.2 Dependencia al Móvil:

2.2.2.1 Definiciones:

En relación a las adicciones tecnológicas, el teléfono celular posee numerosos atributos y características que lo vuelven muy atractivo y estimulan su empleo, especialmente entre los adolescentes. Según Chóliz y Marco (2011)

se refieren como dependencia al móvil al uso excesivo del teléfono celular, el cual interfiere en la vida cotidiana, afectando relaciones personales y el bienestar psicológico del individuo. La posesión y utilización de este dispositivo por parte de los jóvenes promueve su independencia personal; les proporciona identidad y reconocimiento en comparación con sus compañeros; les ofrece innovaciones tecnológicas significativas, sirve como fuente de diversión y entretenimiento; y fomenta establecer y mantener vínculos personales. Los adolescentes se sienten fascinados por el celular (Chóliz, 2010).

La adicción a dispositivos móviles representa un fenómeno psicosocial complejo que se manifiesta a través de diversos síntomas conductuales y emocionales. Según Asencio et al. (2014, como se citó en Reyes, 2023) este trastorno implica una distorsión en la percepción temporal, llevando al abandono de actividades cotidianas y generando reacciones emocionales intensas como ira, depresión o ansiedad ante la imposibilidad de usar el dispositivo. Complementariamente, Ruan (2016) define la nomofobia como el miedo irracional a estar sin teléfono móvil, caracterizado por una profunda angustia cuando surgen situaciones como pérdida de señal, batería agotada u olvido del aparato.

Desde la perspectiva psicológica, Carbonell et al. (2008) se refieren a un problema o adicción al uso de un dispositivo, advierten que esta dependencia tecnológica genera consecuencias significativas en la salud mental, lo cual provoca cambios de humor, ansiedad, inseguridades, miedo irracional y constante a salir de casa sin sentirse seguro por no tener el móvil a la mano.

El diseño adictivo de los celulares, combinado con su acceso constante, puede transformar una herramienta útil en un objeto de dependencia patológica, generando distorsión en la percepción del tiempo, reacciones emocionales descontroladas y un miedo irracional a la desconexión. Más allá de los aparentes beneficios iniciales, el uso compulsivo muestra efectos negativos claros, incluyendo ansiedad, inestabilidad anímica y deterioro en las actividades cotidianas.

2.2.2.2 Diferencias entre uso, abuso y dependencia al móvil:

El teléfono móvil se ha convertido en una herramienta indispensable, pero su utilización excesiva plantea interrogantes sobre los límites entre el uso funcional, el abuso ocasional y la dependencia patológica. Mientras que un empleo moderado del dispositivo puede optimizar la comunicación y el acceso a información, su consumo desmedido se asocia con afectaciones en la productividad, las relaciones interpersonales y la salud mental. Según Chóliz y Villanueva (2011), denomina uso adecuado del teléfono móvil cuando no genera ninguna alteración en cuanto al comportamiento de la persona ni en su ambiente, demostrando así que su utilización es correcta.

De acuerdo a la Real Academia Española (s. f.), la adicción se caracteriza por un excesivo apego a un hábito motivado por un interés desmedido, una utilización excesiva o compulsiva acerca de una actividad o sustancia, lo que resulta en una falta de control y produce consecuencias negativas. Mientras que el abuso nos referimos a la conducta inadaptada de una persona, la cual suele causar mucho malestar y hace que la persona deje de lado sus responsabilidades. Mientras que la dependencia se refiere a la conducta que imposibilita a alguien llevar a cabo sus actividades diarias, lo que provoca la pérdida de relaciones interpersonales, entre otras cosas (Asociación de Psiquiatría Americana [APA], 2000).

En la actualidad la American Psychiatric Association (2013) sugiere que los trastornos no relacionados con sustancias y los que sí se encuentran relacionados con estas son considerados en el manual, específicamente en el capítulo de trastornos adictivos y relacionados con sustancias. Por lo tanto, la adicción al teléfono móvil se clasificaría como "trastorno adictivo no relacionado con sustancias que se encuentran en una subcategoría específica" (American Psychiatric Association, 2013). Del mismo modo, Chóliz (2010) refiere que los comportamientos adictivos son clasificados como dependencia, ya que presentan ciertas características como la carencia de dominio, incremento de la tolerancia, manifestación del síndrome de abstinencia y obstáculos en la ejecución de rutinas diarias.

Estas cualidades provocan malestares en el individuo a nivel físico, mental y social, donde se exhiben conductas de adicción. Esto se manifiesta a través de la ansiedad y los sentimientos de pérdida cuando la persona se aleja del aparato electrónico. Estas características afectan negativamente el comportamiento de la persona, mostrando síntomas de abstinencia y falta de capacidad para controlarse a sí mismo.

Algunas cualidades que señala Chóliz (2010), según el DSM-V, los signos de la adicción a los dispositivos móviles son los siguientes: conversaciones problemáticas con los padres, abuso de llamadas y envío de mensajes en cantidades excesivas, resultados académicos deficientes, aplazamiento de tareas y actividades, necesidad de hacer uso del dispositivo móvil durante más tiempo para lograr sentirse satisfecho, alteraciones emocionales como tristeza o aburrimiento, que suelen surgir cuando se les impide la utilización del teléfono celular.

2.2.2.3 Dimensiones de la Dependencia al móvil:

Los investigadores Chóliz y Villanueva (2011) desarrollaron un instrumento de evaluación para la dependencia a teléfonos móviles basado en cuatro componentes clave:

- Síndrome de abstinencia: Se manifiesta mediante malestar psicológico cuando el usuario no puede acceder a su dispositivo, utilizando además el móvil como mecanismo de afrontamiento ante situaciones problemáticas.
- Déficit en el control de impulsos: Se caracteriza por la incapacidad para autorregular el uso persistente del dispositivo, generando conflictos en el entorno del usuario.
- Uso excesivo: Hace referencia a la dificultad para moderar las conductas adictivas, lo que frecuentemente deriva en estados de frustración.
- Tolerancia: Se evidencia cuando el uso prolongado interfiere significativamente en el rendimiento laboral o académico.

Estas dimensiones configuran un patrón de comportamiento desadaptativo que altera significativamente el desarrollo normal de las actividades cotidianas, cuyas consecuencias negativas varían en función del grado de dependencia desarrollado por el usuario.

2.2.2.4 Consecuencias:

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2024) destaca a través de su informe el diseño adictivo de TikTok, el cual se basa en vídeos breves y llamativos; este formato de recompensa inmediata puede afectar la capacidad de atención y los patrones de aprendizaje, complicando la concentración sostenida en actividades académicas y extracurriculares.

El uso excesivo del celular puede generar diversos efectos negativos tanto físicos como mentales, los cuales pueden resultar en dificultades permanentes o complicadas de abordar (Instituto Europeo Alfi, 2023), entre las consecuencias tenemos:

- Trastornos del sueño: Se ha establecido una conexión entre el incremento de los problemas relacionados con el sueño, agotamiento y la dependencia a los teléfonos móviles. Utilizar el teléfono antes de acostarse eleva el riesgo de padecer insomnio, ya que la estimulación causada por la luz de la pantalla puede afectar negativamente la calidad del sueño. Adicionalmente, puede prolongar el tiempo necesario para conciliar el sueño y estimular la actividad cerebral.
- Depresión: La falta de interacción personal causada por el uso excesivo del teléfono móvil puede provocar la sensación de aislamiento social, lo cual a su vez conlleva la experiencia de soledad y una sensación de vacío emocional.
- Problemas físicos: Mirar demasiado tiempo hacia abajo en el móvil puede causar molestias y dolor en los ojos, como ardor y picazón, además de una visión borrosa que provoca fatiga ocular. También puede generar problemas en el cuello.

2.2.2.5 Enfoques Teóricos:

2.2.2.5.1 Enfoque de adicción a las redes:

De acuerdo con Barahona et al. (2019), múltiples estudios han abordado la adicción a redes sociales en jóvenes, siendo el enfoque de Young uno de los referentes iniciales en este campo de investigación.

A partir de su experiencia como terapeuta, teoriza la idea de las adicciones a Internet en función de un espectro de conductas que tienen que ver con la falta de control de impulso. Dentro de esta idea establece cinco tipos distintos de adicciones a Internet, siendo estas las siguientes:

- Adicción ciber-sexual: uso excesivo y compulsivo de páginas para adultos y como vía para el cibersexo o como medio para un consumo excesivo de pornografía en Internet.
- Adicción a las ciber-relaciones: involucramiento compulsivo en relaciones virtuales, a veces encontrándose fuera de casa o descuidando relaciones cara a cara.
- Compulsiones en la red: obsesión por juegos de azar, compras online o participar de las subastas en línea.
- Búsqueda compulsiva de la información: navegación excesiva o compulsiva sobre las bases de datos o las páginas sin objetivo.
- Adicción a los juegos de computadora: uso compulsivo de los videojuegos, interfiriendo con el funcionamiento habitual.

2.2.2.5.2 Enfoque Biopsicosocial de las adicciones:

Desde el enfoque biopsicosocial también llamado modelo Griffiths, la adicción al celular se explica por la convergencia de factores orgánicos, cognitivos y socioculturales, manifestándose con características similares a las adicciones tradicionales, como refuerzo conductual y deterioro funcional (García, 2013). Los indicadores que permiten superponer una adicción de tipo conductual a una química pueden ser sintetizados en:

- Saliencia: La práctica predomina por encima de los pensamientos, emociones y conductas de la persona; el uso incontrolable de las redes sociales o dedicarse excesivamente a ellas.
- Cambios de humor: La práctica es responsable de alteraciones en la esfera emocional, como la búsqueda de la evasión o el estado de euforia; la satisfacción que produce el uso de las redes sociales.
- Tolerancia: Aumento en la exposición a la práctica para alcanzar el mismo resultado; pasar más tiempo en la red para lograr la misma sensación de satisfacción.
- Síndrome de abstinencia: El malestar físico, psicológico o emocional al cesar la práctica; la ansiedad o el malestar experimentado al no poder acceder a las redes sociales.
- Conflicto: Problemas interpersonales o intrapersonales en relación con la pérdida de control; discusiones o conflictos generados por el uso excesivo de las redes sociales.
- Recaída: Restauración de patrones adictivos tras periodos de abstinencia; volver al mismo nivel de uso tras haber estado un tiempo sin usar la Red.

Este enfoque señala que las adicciones, ya sean químicas, ya sean de tipo conductual, disponen de una base psicosocial e, incluso, sus tratamientos y la revaloración sociocultural de las conductas adictivas pueden ser similares.

2.2.2.6 Modelo Teórico:

2.2.2.6.1 Teoría basada en la dependencia al celular de Mariano Chóliz:

El internet es una de las herramientas más utilizadas actualmente en el campo tecnológico y se ha vuelto indispensable en la vida de la persona, tanto que juega un papel inusual en las actividades diarias de jóvenes y adolescentes. Los investigadores Chóliz y Marco (2011) desarrollaron la teoría de la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales basada en el DSM IV-TR; no obstante, utilizaron la terapia cognitivo conductual para trabajar con individuos que desarrollaron adicciones a los juegos, redes sociales y nuevas tecnologías, ya

que esta terapia está diseñada para modificar los pensamientos de un individuo y redirigir su conducta.

Durante el encuentro se destacó que uno de los principales criterios para el diagnóstico sobre la adicción a las nuevas tecnologías es el uso excesivo o descontrolado de las redes sociales, ello redundando en el impulso de dedicar más tiempo y realizar determinadas funciones dentro o fuera de Internet; por consiguiente, se encuentra el dolor que se produce cuando no hay conexión a la web, lo que a menudo se asocia con el síndrome de abstinencia, que imposibilita el acceso a la red; en tercer lugar, se encuentran las actividades en Internet, ya que, por el hecho de ser adictivas, suspenderlas puede causar problemas que hagan imposible el control de los impulsos; además, de ocasionar alteraciones en las funciones y relaciones diarias (Chóliz y Villanueva, 2011).

Mediante estudios empíricos Chóliz (2010) desarrolla los indicadores necesarios para poder identificar el comportamiento adictivo hacia las nuevas tecnologías:

- Consumo excesivo: uso extremo y desmedido de redes sociales con patrones repetidos y de tiempos de uso prolongados.
- Síndrome de abstinencia: descontento, ya sea físico o emocional, en el caso de no estar conectado a las redes sociales o a la actividad de juego.
- Pérdida de control: dificultad al no poder registrar el tiempo de uso, aun reconociendo las consecuencias que implica.
- Interferencia vital: riesgo para áreas vitales debido a la actividad en la red, es decir, la existencia de deterioro en las áreas personal, la social o la laboral.

Finalmente, Chóliz y Marco (2011) mencionaron como la adicción a los dispositivos móviles es valorado como una de las problemáticas más importantes que enfrenta la juventud actual; afecta directamente su desarrollo general y les incapacita para comunicarse eficazmente, lo que crea serios problemas a las personas con ciertas adicciones, especialmente afecta indirectamente su

estabilidad emocional, y también puede causar problemas como bajo rendimiento académico, falta de atención y ansiedad.

2.3 Marco Conceptual:

Según Busko (1998) consiste en postergar actividades de aprendizaje debido a la falta de confianza en las propias capacidades para enfrentar desafíos académicos, como la gestión del tiempo, la realización de tareas o la preparación de evaluaciones.

En cuanto a la dependencia al móvil Chóliz y Marco (2011) se refieren al uso excesivo del teléfono celular, el cual interfiere en la vida cotidiana, afectando relaciones personales y el bienestar psicológico del individuo.

CAPÍTULO III

RESULTADOS

Tabla 3

Relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil.

		Dependencia al móvil
Procrastinación académica	Rho	.248
	P	.002**
	N	148

Nota: rho: coef. de Spearman; ** $p < .01$

El coeficiente de correlación rho de Spearman identificó una relación muy significativa ($p < .01$) positiva y de grado bajo entre procrastinación académica y dependencia al móvil.

Tabla 4

Nivel de procrastinación académica en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

Nivel	N	%
Bajo	0	0%
Moderado	78	53%
Alto	70	47%
Total	148	100%

Sobre los niveles de procrastinación académica identificados en los estudiantes de obstetricia de una universidad privada, se encontró que la mayoría de encuestados (53%) alcanzaron puntuaciones correspondientes a un nivel moderado.

Tabla 5

Nivel de procrastinación académica según dimensión en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

Dimensiones	Nivel	N	%
Autorregulación académica	Bajo	0	0%
	Moderado	45	30%
	Alto	103	70%
Total		148	100%
Postergación de actividades	Bajo	15	10%
	Moderado	77	52%
	Alto	56	38%
Total		148	100%

Se observa que en la dimensión de autorregulación académica el nivel predominante es alto (70%); y en la dimensión de postergación de actividades, el nivel predominante fue moderado (52%).

Tabla 6

Nivel de dependencia al móvil en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

Nivel	N	%
Bajo	54	37%
Moderado	70	47%
Alto	24	16%
Total	148	100%

Sobre los niveles dependencia al móvil identificados en los estudiantes de obstetricia de una universidad privada, se encontró que la mayoría de encuestados (47%) alcanzaron puntuaciones correspondientes a un nivel moderado.

Tabla 7

Nivel de dependencia al móvil según dimensión en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

Dimensiones	Nivel	N	%
Abstinencia	Bajo	63	43%
	Moderado	60	40%
	Alto	25	17%
Total		148	100%
Abuso y control de impulsos	Bajo	84	57%
	Moderado	22	15%
	Alto	42	28%
Total		148	100%
Uso excesivo	Bajo	100	68%
	Moderado	25	17%
	Alto	23	15%
Total		148	100%
Tolerancia	Bajo	91	61%
	Moderado	22	15%
	Alto	35	24%
Total		148	100%

Se observa que primó un nivel bajo en las dimensiones de abstinencia (43%); abuso y dificultad en el control de impulsos (57%); problemas ocasionados por el uso excesivo (68%), y tolerancia (61%).

Tabla 8

Correlación de las dimensiones de procrastinación académica con las dimensiones de dependencia al móvil en estudiantes de Obstetricia de una universidad privada de Trujillo.

Dependencia al móvil	Procrastinación académica		Rho	P
	Autorregulación académica	Postergación de actividades		
Abstinencia	Autorregulación académica		-.199	.005**
		Postergación de actividades	-.165	.050*
Abuso y control de impulsos	Autorregulación académica		.161	.050*
		Postergación de actividades	.138	.040*
Uso excesivo	Autorregulación académica		-.191	.020*
		Postergación de actividades	.146	.020*
Tolerancia	Autorregulación académica		-.229	.005**
		Postergación de actividades	-.224	.050*

Nota: rho: coeficiente de correlación de Spearman; $p < .01^{**}$, $p < .05^{*}$

Se observa que la prueba de correlación de Spearman halló que la dimensión de autorregulación académica, y la dimensión de abuso y control de impulsos ($r = .161$; $p < .05$), presenta una correlación significativa directa. Además, se encontró una relación significativa y muy significativa de tipo negativa entre las dimensiones de abstinencia ($r = -.199$; $p < .01$); Problemas de exceso ($r = -.191$; $p < .05$) y tolerancia ($r = -.229$; $p < .01$). Por otro lado, se evidenció que la dimensión de postergación de actividades tiene una relación significativa directa entre la dimensión de abuso y control de impulsos ($r = .138$; $p < .05$) y uso excesivo ($r = .146$; $p < .05$). Asimismo, se encontró una correlación significativa inversa entre las dimensiones de abstinencia ($r = -.165$; $p < .05$) y tolerancia ($r = -.224$; $p < .05$).

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS DE RESULTADOS

En la presente investigación se buscó analizar la correlación de las variables procrastinación académica y dependencia al móvil. La procrastinación académica es la tendencia a postergar de las tareas educativas por actividades irrelevantes a pesar de conocer sus consecuencias, mientras que la dependencia al móvil es el uso incontrolado e impulsivo del teléfono celular que interfiere con las actividades diarias. La tendencia a procrastinar refuerza la dependencia al dispositivo móvil, pues los estudiantes recurren a él como mecanismo de evasión cuando postergan sus responsabilidades. Asimismo, la dependencia al teléfono móvil promueve la procrastinación académica al proporcionar un refugio inmediato de distracciones digitales que resultan más atractivas que las obligaciones estudiantiles percibidas como demandantes.

Por lo tanto, se acepta la hipótesis general que dice “Existe relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo.” la cual indica que existe relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo, puesto que la correlación es muy significativa ($p < .01$) directa y de grado bajo. Esto hace referencia a que mayor uso del dispositivo móvil mayor será la procrastinación académica o viceversa. Esto quiere decir que el uso excesivo del dispositivo móvil, especialmente en actividades como redes sociales, juegos o contenido, desplaza el tiempo y la atención de los estudiantes de las tareas educativas que suelen requerir mayor esfuerzo y concentración. Por tanto, se puede inferir que el mal uso del móvil contribuye a la procrastinación académica, ya que debilita hábitos clave como la planificación, la disciplina y la capacidad de enfocarse en metas a largo plazo. Existe una estrecha relación entre el uso del dispositivo móvil y la procrastinación académica en estudiantes de obstetricia porque el acceso constante a contenidos digitales recreativos modifica la manera de pensar y actuar que interfieren con el cumplimiento oportuno de responsabilidades académicas, limitando así el desarrollo óptimo de su potencial educativo.

Estos hallazgos coinciden con Calle (2022) quien señala una correlación significativa directa de grado moderado entre estas variables en su estudio a estudiantes universitarios de Huancayo; es decir que, a mayor uso del teléfono móvil, los estudiantes muestran mayor probabilidad a postergar sus actividades

académicas, lo cual reduce la capacidad de retener y procesar información académica. Así mismo, concuerda con la investigación realizada por Ccapa (2022) quien halló que existe correlación muy significativa positiva y de grado alto, entre la dependencia al móvil y la dimensión procrastinación académica en estudiantes de psicología de una institución privada de Juliaca. Al respecto, Busko (1998) refiere que la procrastinación constituye una forma de comportamiento evasivo caracterizado por el reemplazo de actividades académicas por otras más gratificantes a corto plazo como el uso recreativo del móvil, el aplazamiento recurrente de obligaciones hasta momentos de presión extrema, y en casos críticos, el abandono total de las responsabilidades estudiantiles.

De igual manera, se acepta la primera hipótesis específica que dice “Existe relación entre autorregulación académica y las dimensiones de dependencia al móvil (abstinencia, abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia) en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo” dado que se encontró que existe relación entre la dimensión autorregulación académica y las dimensiones de dependencia al móvil en estudiantes de una universidad privada de Trujillo. En la cual se halló una correlación directa, significativa ($p < .05$) y de grado bajo entre la dimensión de autorregulación académica, y la dimensión de abuso y control de impulsos, asimismo, detectó relaciones inversas, significativa y muy significativas de grado bajo entre autorregulación académica y abstinencia ($p < .01$); problemas de uso excesivo ($p < .05$) y tolerancia ($p < .01$).

Estos resultados sugieren que los estudiantes con mayor capacidad de autorregulación académica tienden a experimentar menos síntomas de dependencia al móvil en sus manifestaciones más problemáticas. Sin embargo, la asociación positiva con el abuso y control de impulsos indica que la autorregulación podría no ser suficiente por sí sola para mitigar completamente las conductas de riesgo asociadas al uso del dispositivo. Si bien el desarrollo de la autorregulación académica no garantiza la ausencia de dependencia al móvil, las investigaciones coinciden en que actúa como un factor protector relevante, especialmente cuando se combina con estrategias específicas para el manejo del uso tecnológico. La ausencia de estas habilidades podría exacerbar las

conductas de uso problemático, particularmente en contextos de alta demanda académica.

Estos hallazgos coinciden con el estudio realizado por Quispe (2022) en donde sus resultados demostraron una correlación significativa ($p < .05$) inversa y de grado bajo entre la dimensión de autorregulación académica y las dimensiones de procrastinación. No obstante, Castillo (2023) indicó que la dimensión de autorregulación académica se correlaciona muy significativamente ($p < .01$) directa y de grado moderado con todas las dimensiones del test de dependencia al móvil.

Esta aparente contradicción podría interpretarse bajo el modelo cognitivo conductual de Knaus (1998), quien refiere que la procrastinación académica se origina en distorsiones cognitivas que vinculan el valor personal con el rendimiento, llevando al estudiante a utilizar conductas de evitación como mecanismo de protección ante el posible fracaso. Igualmente, en el modelo de dependencia al móvil de Chóliz y Marco (2011) sustentan que el uso problemático del móvil caracterizado por dimensiones como la abstinencia, la tolerancia y la pérdida de control constituye una forma de dependencia conductual donde el dispositivo actúa como regulador emocional inmediato, pero con consecuencias negativas en el desarrollo psicosocial. Estos enfoques convergen al explicar cómo estudiantes con alta autorregulación académica pueden desarrollar patrones de uso dependiente del móvil como respuesta a la presión autoimpuesta y la necesidad de escape ante demandas educativas percibidas como amenazantes. Asimismo, en la teoría de procrastinación académica Domínguez et al. (2014) donde identifican que la autorregulación académica actúa como factor clave para mitigar dichas conductas, aunque en contextos de alta demanda como el observado en la muestra incluso estudiantes con aparente autorregulación pueden recurrir al móvil como mecanismo de escape ante la presión académica, generando así una paradoja donde la autoexigencia se asocia con mayores puntuaciones en dependencia tecnológica.

Del mismo modo, se acepta la segunda hipótesis específica que dice “Existe relación entre la postergación de actividades y las dimensiones de abstinencia, abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados

por el uso excesivo y tolerancia en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo" dado que se encontró que existe relación entre la dimensión postergación de actividades y las dimensiones de dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de Trujillo. En la cual se halló correlaciones directas, significativas y de grado bajo entre la dimensión de postergación de actividades, y las dimensiones de abuso y control de impulsos ($p < .05$), y uso excesivo ($p < .05$), asimismo, detectó relación inversa, significativa y de grado bajo entre la postergación de actividades y las dimensiones de abstinencia ($p < .05$) y tolerancia ($p < .05$).

Los resultados hacen referencia a que los estudiantes que presentan mayores niveles de postergación de actividades también demuestran patrones específicos en su relación con la dependencia al móvil: exhiben mayores dificultades para controlar impulsos de uso, así como una tendencia al consumo prolongado del dispositivo, pero simultáneamente reportan menores niveles de malestar ante la desconexión y una menor necesidad de incrementar progresivamente su exposición al dispositivo. Esto se debe a que la procrastinación académica se asocia con una búsqueda de gratificación inmediata a través de contenidos digitales, dificultad para interrumpir el uso una vez iniciado, y una adaptación a la exposición prolongada que enmascara la percepción subjetiva de dependencia.

Estos hallazgos coinciden con el estudio realizado por Castillo (2023) en Trujillo, quien refiere correlaciones significativas directas ($p < .05$) entre la postergación de actividades y dimensiones como el abuso y control de impulsos y la tolerancia. Por otro lado, los hallazgos de Sanga y Ramírez (2023) quienes reportaron una correlación significativa negativa moderada ($p < .05$) y Regalado (2023) que identificó una correlación negativa muy significativa ($p < .01$) entre las dimensiones de adicción al internet y postergación de actividades estos resultados explican las correlaciones inversas con abstinencia y tolerancia a través del potencial uso instrumental del móvil para apoyar la productividad académica en contextos específicos, lo que podría reducir la percepción de dependencia negativa.

Esto es sostenido por Busko (1998) y Domínguez et al. (2014) , quienes refieren que la procrastinación académica opera como un fenómeno bifactorial

donde la vertiente emocional conductual explica la correlación directa entre postergación de actividades y dimensiones de abuso y control de impulsos y uso excesivo del móvil, mientras que la dimensión regulatoria justifica la relación inversa con abstinencia y tolerancia, mediante la normalización del uso disruptivo del dispositivo como mecanismo de escape.

Por otra parte, con respecto a los niveles de procrastinación académica se encontró que la mayoría de encuestados (53%) alcanzaron puntuaciones correspondientes a un nivel moderado y un 47% alcanzaron un nivel alto, asimismo, en la dimensión de autorregulación académica el nivel predominante es alto con un 70% de evaluados; y en la dimensión de postergación de actividades, el nivel predominante fue moderado con un 52% respectivamente.

Esto coincide con el estudio de Calle (2022) en Huancayo, donde se encontró que el nivel moderado de procrastinación académica predominó entre los estudiantes (73%), seguido de un nivel alto (27%). Asimismo, los resultados concuerdan con Quispe (2022) en Lima, donde el 49.4% de los evaluados mostró un nivel medio de procrastinación. Con lo cual se puede afirmar que, si bien existe una tendencia generalizada hacia la postergación moderada de actividades académicas, un segmento significativo de estudiantes evidencia dificultades graves en la gestión de sus responsabilidades educativas, lo que podría asociarse al uso disruptivo del móvil como mecanismo de escape o compensación emocional.

Esto es apoyado por Knaus (1998) quien refiere que las distorsiones cognitivas que vinculan el valor personal con el rendimiento académico llevan a los estudiantes a utilizar conductas de evitación como mecanismo de protección ante el posible fracaso. La coexistencia de un nivel alto de autorregulación con un nivel alto de procrastinación en la muestra sugiere que, incluso con habilidades metacognitivas desarrolladas, persisten esquemas disfuncionales de autoexigencia que favorecen la postergación.

Finalmente, en relación a los niveles de dependencia del teléfono móvil se obtuvo que la mayoría de encuestados (47%) alcanzaron puntuaciones correspondientes a un nivel moderado y un 37% un nivel bajo, por otro lado, en las dimensiones primó un nivel bajo de abstinencia; abuso y dificultad en el

control de impulsos; problemas ocasionados por el uso excesivo, y tolerancia con puntuaciones del 43%, 57%, 68%, 61% respectivamente.

Con ello se llega a la conclusión que los estudiantes muestran un uso moderado y consciente del teléfono móvil debido a que han desarrollado estrategias para gestionar su interacción con la tecnología de manera funcional, regulando sus impulsos y estableciendo límites claros en su consumo digital. Estas competencias se reflejan en los bajos niveles reportados en dimensiones críticas como la abstinencia, el abuso y dificultad en el control de impulsos, los problemas por uso excesivo y la tolerancia. Estas habilidades se adquieren y consolidan mediante procesos de autorregulación cognitiva y emocional, los cuales son promovidos en entornos académicos que fomentan la conciencia digital, el equilibrio entre lo académico y lo personal, y el uso de la tecnología.

Esto coincide con el estudio realizado por Castellanos et al. (2024) en Panamá, donde los resultados demostraron que el 66% de estudiantes de psicología obtuvo un nivel bajo de dependencia al teléfono móvil, el 32% un nivel medio y solo el 2% un nivel alto. Asimismo, concuerda con los hallazgos de Quispe (2022) en Lima, donde el 26.6% de estudiantes presentó un nivel bajo de dependencia al móvil y el 50.6% un nivel medio, evidenciando una tendencia predominante hacia un uso moderado del dispositivo. Estos resultados reflejan un patrón consistente en poblaciones universitarias, donde el uso del móvil tiende a ser regulado y no necesariamente disfuncional, posiblemente debido a la mayor madurez cognitiva y estrategias de autorregulación desarrolladas en el ámbito académico.

Esto es apoyado por Chóliz y Marco (2011) en su teoría de dependencia al celular, refiriendo que el uso adaptativo del dispositivo móvil se caracteriza por la capacidad de mantener un equilibrio entre la utilidad tecnológica y el control sobre sus dimensiones críticas, como la abstinencia, el abuso, la tolerancia y el uso excesivo. Los bajos niveles reportados en estas dimensiones reflejan que los estudiantes han desarrollado estrategias de autorregulación que les permiten utilizar el móvil como herramienta funcional sin caer en patrones disfuncionales, lo que coincide con el concepto de uso no adictivo propuesto por estos autores para casos donde prevalece el control conductual y la minimización de interferencias en la vida cotidiana.

Por consiguiente, se concluye que ambas variables procrastinación académica y dependencia al móvil están correlacionadas entre sí, por lo cual el estudiante universitario gestiona sus recursos cognitivos y emocionales en función de las demandas académicas y tecnológicas de su entorno. Este proceso se explica mediante la teoría de procrastinación académica de Busko (1998) complementada por Domínguez et al. (2014), la cual proponen que la conducta procrastinadora surge de la interacción entre una vertiente emocional conductual y un componente regulatorio. Asimismo, el modelo de dependencia tecnológica de Chóliz y Marco (2011) sustenta que el uso disfuncional del móvil se caracteriza por la pérdida de control en dimensiones como la abstinencia, el abuso, la tolerancia y el uso excesivo, las cuales pueden potenciar ciclos de evitación académica.

Por lo tanto, se puede concluir que, ante los resultados obtenidos y las bases teóricas usadas en la presente investigación, se interpreta que el manejo efectivo de las responsabilidades académicas y del uso del teléfono móvil en estudiantes universitarios dependerá de la capacidad de autorregulación desarrollada y de las estrategias metacognitivas implementadas durante su formación, conforme al equilibrio entre sus metas educativas y su exposición a estímulos digitales. Esto corresponde a que un entorno académico estructurado, que fomente la planificación, el autocontrol y el uso consciente de la tecnología, permite que el individuo regule sus impulsos hacia el dispositivo, cumpla con sus obligaciones y establezca una relación funcional con la tecnología.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones:

- Existe una relación muy significativa ($p < .01$) directa y de grado bajo entre procrastinación y dependencia al teléfono móvil.
- Con relación a la procrastinación académica, los estudiantes de obstetricia en su mayoría (53%) alcanzaron puntuaciones correspondientes a un nivel moderado.
- Según las dimensiones de procrastinación académica, en la autorregulación académica el nivel predominante es alto con un 70% de evaluados, y en la dimensión de postergación de actividades, el nivel predominante fue moderado con un 52% respectivamente.
- Con respecto a la dependencia al móvil, en los estudiantes de obstetricia se encontró que la mayoría de evaluados (47%) alcanzaron un nivel moderado.
- Referente a las dimensiones de dependencia al móvil, los estudiantes de obstetricia en las dimensiones de abstinencia; abuso y dificultad en el control de impulsos; problemas ocasionados por el uso excesivo, y tolerancia primó un nivel bajo con puntuaciones del 43%; 57%; 68%; 61% respectivamente.
- Existe relación directa muy significativa ($p < .01$) y de grado bajo entre la dimensión de autorregulación académica, y la dimensión de abuso y control de impulsos, asimismo, detectó relaciones inversas, significativa y muy significativas de grado bajo entre autorregulación académica y abstinencia ($p < .01$); problemas de uso excesivo ($p < .05$) y tolerancia ($p < .01$).
- Existe relación directa, muy significativa ($p < .01$) y de grado bajo entre la dimensión de postergación de actividades, y las dimensiones de abuso y control de impulsos ($p < .05$), y uso excesivo ($p < .05$), asimismo, detectó relación inversa, significativa y de grado bajo entre la postergación de actividades y las dimensiones de abstinencia ($p < .05$) y tolerancia ($p < .05$).

5.2 Recomendaciones:

- Elaborar infografías y materiales gráficos distribuibles por correo y redes sociales con técnicas de planificación semanal, métodos de estudio concentrado y estrategias de control de distractores digitales, adaptadas específicamente a la carga académica de obstetricia.
- Producir contenido digital breve de podcasts de 3 a 5 minutos, sobre manejo de ansiedad académica, identificación de excusas de postergación y técnicas de reestructuración cognitiva, accesible mediante códigos QR en aulas y pasillos.
- Establecer puntos de promoción acerca de técnicas de estudio concentrado en espacios abiertos del campus universitario (jardines, patios, áreas sombreadas) donde grupos de estudiantes practiquen mediante protocolos gestionados que incluyan: depósito temporal de dispositivos en cajas designadas, uso de temporizadores físicos y aplicación de métodos de aprendizaje colaborativo.
- Implementar círculos de estudio entre pares mediante un grupo en WhatsApp, donde los estudiantes establezcan metas semanales específicas, realicen seguimientos mediante plantillas digitales compartidas y celebren logros académicos en encuentros presenciales breves en espacios comunes de la universidad.
- Desarrollar una guía audiovisual de uso académico del móvil a través de una cuenta de Instagram, donde se publiquen videos breves demostrando cómo transformar el dispositivo en una herramienta de estudio mediante el uso de aplicaciones de productividad, bloc de notas digital, recordatorios y técnicas de estudio, grabados en entornos reales de la universidad.

CAPÍTULO VI

REFERENCIAS Y ANEXOS

6.1 Referencias

- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, (13), 159-77.
<https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Asociación de Psiquiatría Americana [APA]. (2000). La Asociación Americana de Psiquiatría publica el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales. <https://www.psychiatry.org/news-room/news-releases/asociacion-americana-de-psiquiatria-publica-el-man>
- Beranuy, M., Sánchez, X., Graner, C., Castellana, M., & Chamarro, A. (s. f.). Uso y abuso del teléfono móvil en jóvenes y adolescentes. *Forofamilia*.
[https://www.forofamilia.org/documentos/EDUCACION%20-%20Uso%20y%20abuso%20del%20m%C3%B3vil%20en%20j%C3%B3venes%20y%20adolescentes%20-%20varios%20autores%20-%20\(OCT06\).pdf](https://www.forofamilia.org/documentos/EDUCACION%20-%20Uso%20y%20abuso%20del%20m%C3%B3vil%20en%20j%C3%B3venes%20y%20adolescentes%20-%20varios%20autores%20-%20(OCT06).pdf)
- Busko, D. A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model* [Tesis doctoral, University of Guelph]. The Atrium. <https://atrium.lib.uoguelph.ca/items/e42af446-ed92-44b7-9ebe-d842068fe363>
- Calle, W. (2022). *Procrastinación Académica Y Dependencia al Celular en estudiantes de la escuela profesional de psicología de una universidad privada, Huancayo – 2021* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Los Andes]. Repositorio Institucional UPLA.
<https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/5091>
- Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Adicciones*. *Redalyc*, 20(2), 149-159.
<http://www.redalyc.org/pdf/2891/289122057007.pdf>
- Castellanos, J., Vargas, M., & Santos, E. (2024). Dependencia al teléfono móvil y su relación con la procrastinación académica y ansiedad en

- estudiantes de la Facultad de Psicología. *Redepsic*, 3(1), 81–98.
<https://doi.org/10.48204/red.v3n1.4545>
- Castillo, E., Tenezaca, J., & Mazón, J. (2021). Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. *Redalyc*, 24(2), 81-96.
<https://www.redalyc.org/journal/5728/572868251006/html/>
- Castillo, V. (2023). *Dependencia al teléfono móvil y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional UPAO.
https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/17732/RE_P_VANESSA.CASTILLO_DEPENDENCIA.AL.TELEFONO.MOVIL.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castro, S., & Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción al internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Unife*, 20(2), 197-215.
https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/PROCRASTINACION.pdf
- Ccapa, B. (2022). *Dependencia a los celulares y procrastinación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2022* [Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional UPeU.
<https://repositorio.upeu.edu.pe/server/api/core/bitstreams/7ccaf6c3-41ac-449a-ac7e-ac7be4cb4edb/content>
- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: A point of issue. *Addiction*, 105(2), 373-374. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02854.x>
- Chóliz, M., & Villanueva, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 36(2), 165-184.
https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2_3.pdf

- Chóliz, M.,c & Marco, C. (2011). Eficacia de las técnicas de control de la impulsividad en la prevención de la adicción a videojuegos. *Scielo*, 35(1), 41-47. <https://www.redalyc.org/pdf/167/16720051019.pdf>
- Common Sense Media (2022) *El censo del sentido común: uso de los medios de comunicación por parte de preadolescentes y adolescentes, 2021*. <https://www.common sense media.org/research/the-common-sense-census-media-use-by-tweens-and-teens-2021>
- Cotrina, H. (2020). *Dependencia al móvil y calidad de vida en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán]. Alicia Concytec. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/USSS_e966e2bd6a7f7a6559a351e1c066c080
- Cubas, H. (2020). Procrastinación académica y ansiedad rasgo en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Trujillo [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional UPAO. https://repositorio.upao.edu.pe/handle/20_500.12759/7206
- Domínguez, A., Villegas, G., & Centeno, B. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Scielo*. 20(2), 293-301. <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>
- American Psychiatric Association. (2013). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5a ed.). Editorial Médica Panamericana. <https://www.medicapanamericana.com/mx/libro/dsm-5-manual-diagnostico-y-estadistico-de-los-trastornos-mentales-incluye-version-digital>
- Estrada, E. G. (2021). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Horizonte de la Ciencia*, 11(20), 143-154. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.20.777>

- García, J. A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Salud y Drogas*, 13(1), 5-14.
<https://www.redalyc.org/pdf/839/83928046001.pdf>
- García, V. y Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura*, 11(2), 122-137. <http://www.scielo.org.mx/pdf/apertura/v11n2/2007-1094-apertura-11-02-122.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Instituto Europeo Alfi. (2023, junio 26). *Adicción al móvil: señales, tratamientos y consejos*. <https://www.institutoeuropeoalfi.es/blog/adiccion-movil/>
- Knaus, W. (1998). Superar el hábito de posponer. *Revista de Toxicomanías*, 17, 13 -16. https://www.cat-barcelona.com/uploads/rets/RET13_3.pdf
- Morales, M. (2021). *Evidencias de validez de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes universitarios del distrito de Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/11299>
- Moreta, R., Durán, T., & Villegas, N. (2018). Regulación Emocional y Rendimiento como predictores de la Procrastinación Académica en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Educación*, 13(2), 155–166. <https://doi.org/10.23923/rpye2018.01.166>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis doctoral, Universidad de Valencia]. Roderic. <https://roderic.uv.es/handle/10550/37168>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2024, febrero 7). *Un nuevo informe de la UNESCO advierte que las redes sociales afectan al bienestar, el aprendizaje y las opciones*

profesionales. <https://www.unesco.org/gem-report/es/articles/un-nuevo-informe-de-la-unesco-advierte-que-las-redes-sociales-afectan-al-bienestar-el-aprendizaje-y>

Ortega, J. (2017). *Cómo se genera una investigación científica que luego sea motivo de publicación*. *Journal of the Bolivian Chemical Society*, 11(2), 87–88.

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2072-92942017000200008

Padilla, M. (2017). Academic procrastination: the case of mexican researchers in psychology. *American Journal of Education and Learning*, 2(2), 103-120.

<https://www.onlinesciencepublishing.com/index.php/ajel/article/view/25/25>

Porras, A. (2017). *Diplomado en Análisis de Información Geoespacial: Tipos de muestreo*. CentroGeo.

<https://centrogeo.repositorioinstitucional.mx/jspui/bitstream/1012/163/1/19-Tipos%20de%20Muestreo%20-%20Diplomado%20en%20An%C3%A1lisis%20de%20Informaci%C3%B3n%20Geoespacial.pdf>

Quant, D., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica*, 3(1), 38-56.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>

Quispe, C. M. (2022). *Dependencia al móvil y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Villa El Salvador* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional UAP.

<https://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13067/2168/Quispe%20Pariona%2C%20Carmen%20Margarita.pdf?sequence=5&isAllowed=y>

- Real Academia Española. (s. f.). Adicción. En *Diccionario panhispánico de dudas*. Recuperado 20 de mayo de 2024, de <https://www.rae.es/dpd/adicci%C3%B3n>
- Regalado, C. (2023). *Asociación entre uso de Internet y procrastinación en estudiantes de Medicina de la Universidad Nacional de Cajamarca noviembre 2022- marzo 2023* [Tesis de especialidad, Universidad Nacional de Cajamarca]. Repositorio Institucional UNC. <https://repositorio.unc.edu.pe/handle/20.500.14074/5691>
- Reyes, K. (2023). *Dependencia al smartphone y depresión en adultos jóvenes de la carrera de administración de universidades de Lambayeque, 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Santo Toribio de Mogrovejo]. Repositorio Institucional USAT. https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/6671/1/TL_ReyezChavestaKatherine.pdf
- Ruan, D. (2016). *Conexión padres e hijos: Coaching como herramienta para construir conexión familiar en la era digital*. Everand. <https://es.everand.com/book/524159131/Conexion-Padres-E-Hijos-Coaching-Como-Herramienta-Para-Construir-Conexion-Familiar-En-La-Era-Digital>
- Sanga, E., & Ramírez, F. (2023). *Dependencia al celular y procrastinación académica en los estudiantes de un instituto de educación superior Pedagógico de Puno, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma de Ica]. Repositorio Institucional UAI. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/20.500.14441/2515>
- Universidad Internacional de la Rioja [UNIR]. (2020, octubre 28). *En qué consiste la psicometría*. UNIR Revista. <https://www.unir.net/salud/revista/que-es-psicometria/#:~:text=La%20psicometr%C3%ADa%20realiza%20la%20medici%C3%B3n,caracter%C3%ADsticas%20psicol%C3%B3gicas%20de%20diferentes%20personas>

Vásquez, A., (2024). *Dependencia al teléfono móvil según género en estudiantes de una Universidad Privada de Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio Institucional UPN.

<https://hdl.handle.net/11537/37134>

Villagómez, D., Moreano, L., & Chávez, D. (2023). Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. *Revista Eugenio Espejo*, 17(3), 54–66. <https://doi.org/10.37135/ee.04.18.05>

6.2 Anexos

Anexo 1

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Al firmar este documento, certifico que he recibido información sobre la colaboración en el estudio, que se realizará con estudiantes del Programa de Obstetricia del 4to al 6to ciclo.

Se me aclaró que:

- La finalidad del estudio es “Establecer la relación entre procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de obstetricia de una universidad privada de la provincia de Trujillo”
- Se utilizarán los instrumentos “Escala de Procrastinación Académica (EPA)” y “Test de Dependencia al Móvil (TDM)”.
- La ejecución tendrá un tiempo límite de 15 minutos por cada instrumento.
- Es posible aceptar respuestas a todas las aclaraciones o dudas.
- Tengo libertad para negarme a que mi menor hija forme parte de la investigación en cualquier momento, sin que esto la desfavorece.

Todos los datos recopilados durante este estudio serán tratados de manera confidencial, la información identificable se almacenará de forma segura y no se compartirá con terceros, los resultados del estudio se presentarán de manera agregada y anónima. Si tiene alguna pregunta o inquietud sobre el estudio, puede comunicarse con Alfaro Castro Tatiana (talfaro1@upao.edu.pe) o con Requejo Llemphen Jenipher (jrequejol1@upao.edu.pe).

A continuación, al firmar, confirmo que he leído y comprendido la información proporcionada anteriormente. Entiendo que la participación en este estudio es voluntaria y que puedo negarme en cualquier momento sin consecuencias negativas.

Firma del Participante: _____

Anexo 2

Cuadernillo del instrumento

Escala de procrastinación académica (E.P.A)

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según las vivencias en tu etapa estudiantil durante los últimos meses, marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración.

N = Nunca **CN** = Casi Nunca **AV** = Algunas Veces **CS** = Muchas Veces **S** = Siempre

N°	AFIRMACIÓN	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda					
4	Asisto a clases de manera regular					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					

Anexo 3

Cuadernillo del instrumento

Test de Dependencia al Móvil (TDM).

Indica con qué frecuencia se presentan las siguientes afirmaciones en tu vida estudiantil, tomando en cuenta la siguiente escala de valoración.

N = Nunca **RV** = Rara Vez **AV** = A Veces **CF** = Con Frecuencia **MV** = Muchas Veces

	ÍTEMS	N	RV	AV	CF	MV
1	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por utilizar demasiado el celular.					
2	Me he puesto un límite de uso y no lo he podido cumplir.					
3	He discutido con algún familiar por el gasto económico que hago del celular.					
4	Dedico más tiempo del que quisiera a usar el celular.					
5	Me he pasado (me he excedido) con el uso del celular.					
6	Me he acostado más tarde o he dormido menos por estar utilizando el celular.					
7	Gasto más dinero con el celular del que me había previsto.					
8	Cuando me aburro, utilizo el celular					
9	Utilizo el celular en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.)					
10	Me han reñido por el gasto económico del celular.					
11	Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de usarlo (llamar a alguien, enviar un SMS o un WhatsApp, etc.)					
12	Últimamente utilizo mucho más el celular.					
13	Me sentiría mal si es que se estropeará el celular por mucho tiempo.					
14	Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia.					
15	Si no tengo el celular me siento mal.					
16	Cuando tengo el celular a mano, no puedo dejar de utilizarlo.					
17	Necesito utilizar el celular con mayor frecuencia.					
18	Nada más levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, si me han mandado un mensaje, un WhatsApp, etc.					
19	Gasto más dinero con el celular ahora que al principio.					
20	No creo que pueda aguantar una semana sin celular.					

21	Cuando me siento solo, hago una llamada, envío un mensaje o un WhatsApp, a alguien.					
22	Ahora mismo agarraría el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada.					

Anexo 4

Estudio Piloto de la Escala de procrastinación académica (EPA)

Tabla 9

Confiabilidad de la Escala de procrastinación académica (EPA) general.

Alfa de Cronbach	
Valor	0.804

Se realizó un estudio piloto para corroborar la confiabilidad del instrumento mediante el coeficiente alfa de Cronbach, el cual tomo un valor de .804, por lo que se indica que es un instrumento confiable.

Tabla 10

Validez de la Escala de procrastinación académica (EPA) por ítems.

Descarte de elemento	
Alfa de Cronbach	
P-ítem 1	0.789
P-ítem 2	0.789
P-ítem 3	0.811
P-ítem 4	0.820
P-ítem 5	0.786
P-ítem 6	0.776
P-ítem 7	0.763
P-ítem 8	0.787
P-ítem 9	0.787
P-ítem 10	0.782
P-ítem 11	0.777
P-ítem 12	0.797

Se realizó la validez de la Escala de Procrastinación Académica en un estudio piloto, mediante la corrección ítem test corregida, encontrando los 12 ítems que obtuvieron resultados favorables entre 0.763 y 0.820, alcanzando valores superiores al mínimo recomendado.

Anexo 5

Estudio Piloto del Test de dependencia al móvil (TDM)

Tabla 11

Confiabilidad del Test de dependencia al móvil (TDM) general.

Alfa de Cronbach	
Valor	0.904

Se realizó un estudio piloto para corroborar la confiabilidad del instrumento mediante el coeficiente alfa de Cronbach, el cual tomo un valor de .904, por lo que se indica que es un instrumento confiable.

Tabla 12

Validez del Test de dependencia al móvil (TDM) por ítems.

Descarte de elemento	
Alfa de Cronbach	
D-ítem 1	0.898
D-ítem 2	0.901
D-ítem 3	0.902
D-ítem 4	0.895
D-ítem 5	0.900
D-ítem 6	0.897
D-ítem 7	0.899
D-ítem 8	0.902
D-ítem 9	0.898
D-ítem 10	0.901
D-ítem 11	0.897
D-ítem 12	0.902
D-ítem 13	0.896
D-ítem 14	0.895
D-ítem 15	0.895
D-ítem 16	0.897
D-ítem 17	0.899
D-ítem 18	0.898

D-ítem 19	0.899
D-ítem 20	0.918
D-ítem 21	0.896
D-ítem 22	0.896

Se realizó la validez de la Escala de Procrastinación Académica en un estudio piloto, mediante la corrección ítem test corregida, encontrando los 12 ítems que obtuvieron resultados favorables entre 0.895 y 0.918, alcanzando valores superiores al mínimo recomendado.

Anexo 6
Prueba de normalidad

Tabla 13

Prueba de normalidad.

	Kolmogórov-Smirnov*		
	Estadístico	gL	Sig.
Autorregulación académica	.067	148	.200*
Postergar actividades	.124	148	.000
Procrastinación académica	.068	148	.087
Abstinencia	.083	148	.014
Abuso y dificultad en control de impulsos	.081	148	.019
Problemas ocasionados por el uso excesivo	.146	148	.000
Tolerancia	.104	148	.001
Dependencia al móvil	.112	148	.000

* $p > .05$. significancia normal.

En la tabla 9 se presenta los resultados obtenidos a través de la prueba de normalidad de Kolmogórov-Smirnov, determinando así una distribución anormal, ($p < .05$), en ciertas dimensiones de procrastinación académica y dependencia al móvil, por lo cual se asumirá como prueba de correlación la Rho de Spearman.