



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

**Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en
estudiantes universitarios. Escuela Superior Politécnica de
Chimborazo. Riobamba, 2022.**

Trabajo de Titulación para optar al título de Psicóloga Clínica

Autoras:

Chavez Contreras Daysi Marilyn
Moreano Jara Leonor Jacqueline

Tutora:

Mgs. Diana Carolina Villagómez Vacacela

Riobamba, Ecuador. 2022

DERECHOS DE AUTORÍA

Nosotras, Daysi Marilyn Chavez Contreras con cédula de ciudadanía 2350688335 y Leonor Jacqueline Moreano Jara con cedula de ciudadanía 0605164664, autoras del trabajo de investigación titulado: “Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022”, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mí exclusiva responsabilidad.

Asimismo, cedo a la Universidad Nacional de Chimborazo, en forma no exclusiva, los derechos para su uso, comunicación pública, distribución, divulgación y/o reproducción total o parcial, por medio físico o digital; en esta cesión se entiende que el cesionario no podrá obtener beneficios económicos. La posible reclamación de terceros respecto de los derechos de autor (a) de la obra referida, será de mi entera responsabilidad; librando a la Universidad Nacional de Chimborazo de posibles obligaciones.

En Riobamba, 18 de noviembre de 2022.



Daysi Marilyn Chavez Contreras

C.I: 2350688335



Leonor Jacqueline Moreano Jara

C.I: 0605164664

DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR

Mgs. Diana Carolina Villagómez Vacacela, docente de la carrera de Psicología Clínica de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo.

CERTIFICO

Haber asesorado y revisado el informe final del proyecto de investigación titulado **“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO. RIOBAMBA, 2022”**, realizado por Daysi Marilyn Chavez Contreras, con cédula de identidad número 2350688335 y Leonor Jacqueline Moreano Jara, con cédula de identidad número 0605164664, el mismo que cumple con los parámetros establecidos por la institución, por lo tanto, se encuentra APROBADO Y APTO PARA PRESENTARSE A LA DEFENSA.

Para constancia de lo expuesto firma:



Mgs. Diana Carolina Villagómez Vacacela
TUTOR

Riobamba, 18 de noviembre de 2022.

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022, presentado por Daysi Marilyn Chavez Contreras, con cédula de identidad número 2350688335 y Leonor Jacqueline Moreano Jara, con cédula de identidad número 0605164664, bajo la tutoría de Mgs. Diana Carolina Villagómez Vacacela; certificamos que recomendamos la APROBACIÓN de este con fines de titulación. Previamente se ha evaluado el trabajo de investigación y escuchada la sustentación por parte de su autor; no teniendo más nada que observar.

De conformidad a la normativa aplicable firmamos, en Riobamba 18 de noviembre de 2022.

Presidente del Tribunal de Grado
MSc. Mayra Elizabeth Castillo Gonzáles



Firma

Miembro del Tribunal de Grado
MSc. Ángel Gustavo Llerena Cruz



Firma

Miembro del Tribunal de Grado
Dra. Jenny Rocío Tenezaca Sánchez



Firma

CERTIFICADO ANTIPLAGIO



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMISIÓN DE INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO CID
Ext. 1133

Riobamba 14 de noviembre del 2022
Oficio N° 043-2022-2S-URKUND-CID-2022

MSc. Ramiro Torres Vizuete
DIRECTOR CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNACH
Presente.-

Estimado Profesor:

Luego de expresarle un cordial saludo, en atención al pedido realizado por la **MSc. Diana Carolina Villagómez Vacacela**, docente tutor de la carrera que dignamente usted dirige, para que en correspondencia con lo indicado por el señor Decano mediante Oficio N° 1898-D-FCS-TELETRABAJO-2020, realice validación del porcentaje de similitud de coincidencias presentes en el trabajo de investigación con fines de titulación que se detalla a continuación; tengo a bien remitir el resultado obtenido a través del empleo del programa URKUND, lo cual comunico para la continuidad al trámite correspondiente.

No	Documento número	Título del trabajo	Nombres y apellidos del estudiante	% URKUND verificado	Validación	
					Si	No
1	D- 149318210	Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022	Moreano Jara Leonor Jacqueline Chávez Contreras Daisy Marilyn	2		

Atentamente,

CARLOS GAFAS GONZALEZ
Firmado digitalmente por CARLOS GAFAS GONZALEZ Fecha: 2022.11.14 19:05:17 -05'00'

Dr. Carlos Gafas González
Delegado Programa URKUND
FCS / UNACH
C/c Dr. Gonzalo E. Bonilla Pulgar – Decano FCS

DEDICATORIA

Dedico este proyecto de investigación a mis padres José Chávez y Marisol Contreras por brindarme las contingencias favorables para alcanzar esta meta anhelada. A mis amigos Tamara y Mateo por caminar juntos, tropezarnos y levantarnos. A todos quienes han permanecido a mi lado durante esta aventura.

Daysi Marilyn Chavez Contreras

A Dios por ser el inspirador y permitirme haber llegado hasta este momento tan importante de mi vida profesional. A mis padres Oswaldo y Marcia quienes con su amor, paciencia y entrega me han convertido en la mujer que soy hoy, ustedes han sido el motor que impulsa mis sueños, quienes me alentaron en todo momento a lo largo de esta travesía, gracias por creer en mí y enseñarme que todo lo que me proponga puedo conseguirlo con perseverancia y paciencia. A mi familia por su cariño y apoyo incondicional en toda mi carrera universitaria, sin ustedes no podría haberlo logrado. A mis amigos Natalia, Iván, Carlos y Doménica por estar conmigo siempre y hacer de este camino una aventura inolvidable.

Leonor Jacqueline Moreano Jara

AGRADECIMIENTO

Durante la redacción de esta obra hemos contado con la guía de la Mgs. Carolina Villagómez, a quién agradezco por las tutorías brindadas con excelencia y buena voluntad, su constante motivación hizo más liviano el trayecto. Agradecemos por la confianza a la Dra. Rocío Tenezaca, sus críticas nos han ayudado a obtener un resultado más satisfactorio. Mención especial a mi compañera de trabajo y amiga Leonor Moreano por su dedicación y constancia en realizar un buen trabajo. Agradecimiento infinito a todos quienes desarrollan y divulgan psicología científica por compartir contenidos plasmados en este proyecto.

Finalmente, mi agradecimiento a la Universidad Nacional de Chimborazo y a los docentes de la carrera de Psicología Clínica por los conocimientos impartidos a lo largo de este camino.

Daysi Marilyn Chavez Contreras

Al Alma Máter, Universidad Nacional de Chimborazo y a los docentes de mi querida carrera de Psicología Clínica quienes con su conocimiento y sabiduría me motivaron como persona y profesional, de manera especial a la Mgs. Carolina Villagómez por su paciencia, conocimiento y amistad a lo largo de este camino, a la Dra. Rocío Tenezaca por su experiencia y guía durante todo este proceso. Al PhD Iván Carrillo Director de Carrera de Turismo de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo por brindarnos las facilidades necesarias para realizar nuestro proyecto investigativo en dicha institución. Mi eterna gratitud a mi amiga y compañera Daysi Chavez que con su paciencia, carisma y entrega hizo posible el cumplimiento de este sueño.

Leonor Jacqueline Moreano Jara

ÍNDICE GENERAL

DERECHOS DE AUTORÍA.....	
DICTAMEN FAVORABLE DEL TUTOR.....	
CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL.....	
CERTIFICADO ANTIPLAGIO.....	
DEDICATORIA.....	
AGRADECIMIENTO.....	
ÍNDICE GENERAL.....	
ÍNDICE DE TABLAS.....	
RESUMEN.....	
ABSTRACT.....	
CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN.....	13
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	14
JUSTIFICACIÓN.....	16
OBJETIVOS.....	16
General.....	16
Específicos.....	17
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....	18
Estado del arte.....	18
Procrastinación.....	19
Definición.....	19
Tipos de procrastinadores.....	19
Tipos de procrastinación.....	20
Procrastinación académica.....	20
Dimensiones de la procrastinación académica.....	21
Causas de la procrastinación académica.....	22
Consecuencias de la procrastinación académica.....	22
Dependencia al dispositivo móvil.....	23
Definición.....	23
Dimensiones de la dependencia al dispositivo móvil.....	23
Sintomatología.....	24
Causas.....	24
Consecuencias.....	25

Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil	25
CAPÍTULO III. METODOLOGÍA	28
Enfoque de la investigación	28
Diseño de la investigación.....	28
Nivel de investigación.....	28
Población.....	28
Muestra.....	29
Técnicas e Instrumentos	29
Hipótesis.....	30
Métodos de análisis	30
Procesamiento de datos	31
CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	32
RESULTADOS	32
DISCUSIÓN.....	37
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	39
CONCLUSIONES.....	39
RECOMENDACIONES	40
BIBLIOGRAFÍA	41
ANEXOS	46

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Datos sociodemográficos.....	32
Tabla 2. Dimensión Autorregulación académica.....	33
Tabla 3. Dimensión Postergación de actividades	33
Tabla 4. Niveles de Dependencia al dispositivo móvil.....	34
Tabla 5. Tabla de contingencia de los niveles de autorregulación académica y dependencia al dispositivo móvil	35
Tabla 6. Tabla de contingencia de los niveles de postergación de actividades y dependencia al dispositivo móvil	35
Tabla 7. Relación entre las dimensiones de la procrastinación y la dependencia al dispositivo móvil.....	36

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo (ESPOCH). El enfoque de la investigación fue cuantitativo, de tipo documental y bibliográfico, diseño no experimental y transversal, con un nivel descriptivo y correlacional. La población de estudio se encontró conformado por 323 datos estudiantiles incluidos en la base de datos anónima correspondiente al período académico abril- septiembre 2022 de la carrera de Turismo. La muestra fue obtenida mediante muestreo no probabilístico intencional, finalmente conformada por 167 datos de estudiantes. Los resultados de los instrumentos de investigación fueron tomados de la base de datos institucional, en este caso se seleccionó la Escala de Procrastinación Académica desarrollada por Busko en 1998 y validada por Domínguez en 2016, mide la procrastinación académica a través de las dimensiones autorregulación académica y postergación de actividades. El test de dependencia al dispositivo móvil fue elaborado por Mariano Chóliz en 2010 y evalúa el nivel de dependencia al móvil. Los resultados evidencian que el 98,2% de los estudiantes presentan un nivel bajo de autorregulación académica y el 46,7% un nivel alto de postergación de actividades. Respecto a la dependencia al dispositivo móvil, los estudiantes presentan un nivel moderado con un 59,3%. En cuanto a la correlación se pudo identificar que las variables se relacionan significativamente de manera positiva y moderada con valores de 0,485 y 0,423 respectivamente.

Palabras Clave: Procrastinación, dependencia, dispositivo móvil, estudiantes.

ABSTRACT

This research aimed to analyze academic procrastination and mobile device dependence in university students of the Escuela Superior Politécnica de Chimborazo (ESPOCH). The research approach was a quantitative, documentary and bibliographic, non-experimental and cross-sectional design, with a descriptive and correlational level. The study population consisted of 323 students who belong to the anonymous database corresponding to the academic period April-September 2022 of the Tourism career. The sample was obtained through non-probabilistic purposeful sampling, comprising 167 student data. The results of the research instruments were taken from the institutional database by the researcher. In this case, the researcher selected the Academic Procrastination Scale developed by Busko in 1998 and validated by Domínguez in 2016; it measures academic procrastination through academic self-regulation and procrastination of activities. Mariano Chóliz developed the mobile device dependence test in 2010; it evaluates the level of dependence on mobile devices. The results show that 98.2% of students have a low level of academic self-regulation and 46.7% have a high level of procrastination. Regarding dependence on mobile devices, the students present a moderate level of 59.3%. And correlation, it was possible to identify that the variables are significantly positively and moderately related with values of 0.485 and 0.423, respectively.

Keywords: Procrastination; Dependency; Mobile device; Students.



Escuela Superior Politécnica de Chimborazo
**JESSICA MARIA
GUARANGA LEMA**

Reviewed by:

Mgs. Jessica María Guaranga Lema

ENGLISH PROFESSOR

C.C. 0606012607

CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

La procrastinación académica se refiere a un aplazamiento irracional en el desempeño de las tareas académicas, conduciendo al individuo a estados de ansiedad y malestar subjetivo. En este evento se incluyen las dimensiones afectivas, cognitivas y conductuales; tiene implicaciones negativas en la capacidad decisional y la resolución de problemas al momento de elegir entre cumplir con las actividades escolares o realizar actividades apetitivas a corto plazo (Ayala et al., 2020).

La dependencia al dispositivo móvil es una adicción conductual no convencional, que hace referencia al uso excesivo del teléfono celular. Este fenómeno socialmente aceptado causa problemas a nivel conductual y provee un estado de gratificación inmediata por lo cual se refuerza continuamente (Ruiz-Olivares et al., 2010).

En la actualidad el uso de dispositivos móviles se ha convertido en una necesidad, la utilización de este artefacto tecnológico es un medio por el cual los procrastinadores pueden aliviar ciertas emociones negativas o simplemente la utilizan por distracción o aburrimiento; si bien es cierto, el uso de la tecnología ha contribuido a una mejor calidad de vida, el uso excesivo puede conllevar a una dependencia (Analuisa y Aguilar, 2019).

La presente investigación se centra en la correlación de las variables procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil, consta de cinco capítulos: introducción, marco teórico, metodología, resultados y discusión, conclusiones y recomendaciones que darán paso a futuras líneas de investigación.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La procrastinación se refiere a un aplazamiento deliberado que se observa en los universitarios cuando reemplazan sus responsabilidades académicas por otras más satisfactorias lo que influye negativamente en su rendimiento académico, genera ansiedad, estrés y un aumento del uso del celular (Qaisar et al., 2017). Esta conducta de aplazamiento se ha incrementado entre otros factores debido a la accesibilidad constante al dispositivo móvil que tienen los estudiantes, herramienta útil para comunicarse con familia, amigos, distraerse, divertirse o investigar temas de interés, los educandos generalmente suelen usarlos como vía de escape para evitar realizar, aunque sea por un momento tareas que ellos consideran aversivas.

Los niveles de procrastinación académica en el mundo son significativos, en Etiopia el 81% de los estudiantes universitarios son procrastinadores. Con relación a la frecuencia el 20% procrastina rara vez, el 22% casi siempre y el 39% siempre aplazan tareas escolares. Lo que provoca menor confianza en sí mismo, deshonestidad académica, desesperación y aburrimiento (Fentaw et al., 2022). Otro efecto sustancial del aplazamiento de actividades es un aumento paulatino en el tiempo destinado al uso del celular en el contexto académico que se ha incrementado en los últimos tiempos.

A nivel mundial más de 5190 millones de personas hacen uso de dispositivos móviles, se identifica que la población de entre 16 y 24 años son quienes utilizan mayormente sus celulares en un 76%. Este grupo etario es más susceptible al manejo de teléfonos como forma de almacenar parte de su vida personal, relacionarse permanentemente con sus amigos, distraerse, investigar temas de interés y conectarse a clases. El uso de los celulares es diferente en el continente Asiático frente al Europeo; los Japoneses son la población menos adicta a los celulares en un promedio de uso de 4,30 horas; en contraposición, Dinamarca es el país más dependiente a los teléfonos en un 98% de su población (Kemp et al., 2020).

En el contexto latinoamericano, los estudiantes universitarios de Bolivia procrastinan en un nivel medio alto con un 37%, las razones usuales por las que se lleva a cabo esta conducta son la ansiedad que genera dar exámenes y el agobio por no manejar adecuadamente su tiempo (Estremadoiro y Schulmeyer, 2021). Estos eventos pueden dar lugar a una conducta adictiva del celular, en Colombia los jóvenes universitarios denotan una media más alta en las dimensiones de la dependencia al móvil de abuso y dificultad en controlar el impulso del celular ($M=18,7586$) y la de abstinencia ($M=7,6575$) lo que refleja un potencial grado de dependencia (Meza et al., 2020). Este uso indiscriminado puede producir alteraciones en torno a la concentración, atención, sueño, es evidente el aislamiento, fatiga e irritabilidad en quienes lo utilizan.

Al correlacionar las variables de estudio se evidencia que en Perú el 42,7% de los estudiantes universitarios presentan un nivel moderado de dependencia al celular y el 44,3% presenta un nivel alto de procrastinación académica. En cuanto a su asociación existe una relación moderada y significativa entre ambas variables lo que significa que el uso desmedido del celular interfiere en el ámbito universitario, los estudiantes postergan sus responsabilidades

académicas por encontrarse pendientes al celular y realizar otras actividades como vía de escape a tareas que consideran desagradables (Guevara y Contreras, 2019).

Situación que es ratificada por Ccapa (2022) en el mismo país, el 29% de los estudiantes universitarios presentan un nivel moderado de procrastinación. En cuanto a dependencia al dispositivo móvil el 29% de los evaluados presentan un nivel moderado. En base a la correlación de las variables existe una relación significativa entre las dimensiones de la procrastinación y la dependencia al dispositivo móvil, indica que el uso indiscriminado del celular en el contexto escolar además de ocasionar dificultades en el rendimiento académico impide el cumplimiento de actividades requeridas en un tiempo específico, situación provocada por la falta de autorregulación en el estudiante.

En Ecuador se determinó que el 16,2% de la población universitaria procrastina en un nivel alto, situación que puede ser causada por el temor al fracaso, aversión a realizar tareas, inadecuada percepción del tiempo o perfeccionismo; puede provocar en el individuo un bajo rendimiento académico, estrés, ansiedad y deserción escolar (Durán, 2017).

Al visualizar la problemática desde una perspectiva local, se evidencia una situación similar a la de los contextos antes mencionados, así lo demuestra un estudio realizado por Castillo et al., (2021) en donde se obtuvo que el 66.5% de los estudiantes pertenecientes a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo denotan un nivel moderado de dependencia al dispositivo móvil, solo el 8,1% de la muestra presentan un nivel alto. Este fenómeno se ha considerado una necesidad de ocio y una moda entre los jóvenes quienes son los más vulnerables al abuso o la dependencia de estos dispositivos.

En la ciudad de Riobamba, se ubica la ESPOCH, Institución de Educación Superior a la que acuden estudiantes no solo de la zona centro sino de todo el país y de diferentes estratos socio económicos. A través de la continua interacción que se mantiene dentro del contexto académico con los estudiantes y con la información proporcionada por los docentes de la carrera de Turismo se ha podido identificar que los jóvenes entregan tareas minutos antes de que se cierre el aula virtual, son indecisos a la hora de comenzar las actividades lo que retrasa su entrega a pesar de contar con el tiempo necesario para cumplirlas, presentan trabajos de baja calidad o plagian la de otros compañeros y culminan los trabajos de grupo con contratiempos.

Situaciones que interfieren con el bajo rendimiento académico, ocasionando ansiedad, deserción académica y un uso desmedido del dispositivo móvil que se observa al focalizar la atención en esta herramienta en lugar de atender a clases, especialmente cuando estas no son de su agrado, están pendientes a su celular constantemente, responden al instante sus notificaciones y sienten incomodidad cuando no tienen su celular cerca. Para muchos universitarios politécnicos puede parecer la procrastinación una conducta funcional debido a que lograron cumplir las tareas dentro de los límites establecidos; sin embargo, el realizarlo en un mínimo de tiempo puede generar altos niveles de estrés e insatisfacción con el resultado final.

Es importante considerar que si no se actúa a tiempo la problemática se irá agudizando progresivamente hasta convertirse en un problema psicológico de mayor gravedad; la falta de estrategias que permitan un mejor autocontrol en los estudiantes podría hacer que la duración de la conducta de postergación académica aumente, por ende, se incrementa también el tiempo destinado al uso de los teléfonos celulares, de esta manera se afecta no solo el rendimiento académico que podría conllevar a deserciones escolares sino también a las esferas física, mental, social y laboral de los educandos.

En este contexto, el proyecto de investigación busca dar respuesta a la siguiente interrogante:

¿Cuál es la relación que existe entre la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en los estudiantes universitarios de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022?

JUSTIFICACIÓN

La importancia del presente proyecto radica en que la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil son problemáticas que la mayoría de los estudiantes universitarios han experimentado en algún momento de su vida, los cuales obstaculizan el cumplimiento de actividades ya sea en lo personal, social, laboral o académico, además de influir significativamente sobre el bienestar físico y psicológico.

Frente a esta realidad, la investigación de esta temática es relevante puesto que se pretende establecer la relación existente entre la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios de la carrera de Turismo. No se evidencian estudios previos con dicha población que permitan visibilizar los efectos negativos a largo plazo que pueden desencadenar estos fenómenos. Los beneficiarios directos de la realización del proyecto de investigación son los estudiantes universitarios, docentes y la población en general que puedan evidenciar estas conductas problemáticas en los diferentes contextos.

Con el presente estudio se contribuye a la comprensión del problema sentando las bases científicas que dará paso a futuras líneas de investigación que identifiquen factores predisponentes, se amplíe el estudio de la problemática y de ser necesario se planteen estrategias de intervención que beneficien a la población universitaria.

La investigación es factible, puesto que se contó con la autorización de la institución de educación superior quienes proporcionaron una base de datos anónima para el estudio de la población, se dispone de los recursos económicos, materiales y bibliográficos necesarios para la elaboración del mismo.

OBJETIVOS

1.1 General

- Analizar la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022.

1.2 Específicos

- Identificar los niveles de cada una de las dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes de la carrera de Turismo.
- Establecer los niveles de dependencia al dispositivo móvil en estudiantes de la carrera de Turismo.
- Relacionar los niveles de procrastinación académica y de dependencia al dispositivo móvil en estudiantes de la carrera de Turismo.

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO

Estado del arte

A continuación, se presentan los estudios que sirvieron como sustento para la investigación.

En la investigación “Uso problemático del teléfono móvil, procrastinación académica y desempeño de estudiantes universitarios”, se buscó analizar los efectos del uso excesivo del teléfono móvil en la procrastinación y el rendimiento académico, el diseño de la investigación fue transversal con un nivel correlacional, mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia se seleccionó una muestra de 200 estudiantes en un rango de edad de 17 a 25 años a quienes se les aplicó el Cuestionario de uso problemático del teléfono móvil (PMPUQ) y la Escala general de procrastinación (Qaisar et al., 2017).

Los resultados mostraron que la procrastinación académica y el uso problemático del dispositivo móvil eran significativamente altos entre los estudiantes universitarios que estudiaban en el sistema anual, se halló una relación negativa significativa entre las tres variables de estudio, de forma que cuanto más posterguen los estudiantes y a medida que aumenta el uso del teléfono móvil menor será el rendimiento académico. Se evidenció también que las mujeres presentan un mayor uso problemático del celular frente a los hombres (Qaisar et al., 2017).

El estudio denominado “Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana”, es una investigación realizada por Castro y Mahamud (2017), la cual tiene el objetivo de determinar la relación existente entre procrastinación académica y adicción a internet; la muestra se encontró conformada por 168 estudiantes de segundo hasta noveno semestre en edades comprendidas de 18 a 25 años. El diseño empleado fue de tipo cuantitativo y correlacional. Los reactivos psicológicos aplicados fueron la escala de procrastinación académica y la escala de adicción a internet.

En los resultados se pudo evidenciar que el 35.12% de la población evaluada presentó un nivel alto de procrastinación académica, el 58.33% refiere un nivel moderado; en cuanto a adicción a internet se encontró que el 11.91% de los evaluados denotan un nivel alto y el 49.40% un nivel moderado. Finalmente, se halló una relación positiva y significativa entre las variables (Castro y Mahamud, 2017). Se identifica que los estudiantes presentan problemas de autorregulación, evidenciándose en el uso frecuente de internet; los estudiantes pueden presentar problemas académicos como resultado de dicha dependencia.

Altamirano y Rodríguez (2021), en su investigación “Procrastinación académica y su relación con la ansiedad”, la cual tuvo como finalidad establecer la relación que existe entre las dos variables. El estudio fue cuantitativo, transversal con un alcance descriptivo-correlacional, se realizó un muestreo no probabilístico de tipo intencional obteniéndose como muestra 50 estudiantes, 39 mujeres y 11 hombres de la carrera de Psicología Clínica pertenecientes a los primeros y novenos semestres. Se aplicó los instrumentos psicométricos

Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de valoración para la Ansiedad de Hamilton.

En los resultados se evidenció que en la mayoría de los estudiantes predominó un nivel promedio en las dos dimensiones de la procrastinación académica: 52% de postergación de actividades y autorregulación académica con un 48% sin diferencias significativas entre hombres y mujeres. Así mismo, se mostró que existen mayores niveles de postergación de actividades en los estudiantes de noveno semestre mientras que los de primero presentan mejor autorregulación. La correlación entre la postergación de actividades y la ansiedad fue estadísticamente significativa y positiva (Altamirano y Rodríguez, 2021).

En la investigación “Dependencia al dispositivo móvil y problemas en la conducta social y control emocional en universitarios”, es un estudio desarrollado por Castillo et al. (2022), el cual tiene el objetivo de analizar la relación entre la dependencia al dispositivo móvil y problemas en el control de la conducta social y control emocional; la muestra se encontró conformada por 1282 estudiantes en edades comprendidas de 20 a 30 años de la Facultad de Ciencias de Salud de la Universidad Nacional de Chimborazo. El diseño empleado fue de tipo cuantitativo, descriptivo y correlacional. Los instrumentos de medición aplicados fueron la escala de dependencia al dispositivo móvil TDM y el test de síntomas prefrontales.

En los hallazgos se evidenció que los encuestados presentan un nivel moderado en un 59,4% y alto en un 22,6% de dependencia al dispositivo móvil y se encontró asociaciones moderadas positivas entre las variables estudiadas, evidenciándose que a mayor dependencia al celular mayores problemas en el control social, emocional y viceversa (Castillo et al., 2022).

Procrastinación

Definición

El término procrastinación se entiende como la tendencia a retrasar o posponer diversas actividades y responsabilidades que consideran aversivas, se lo realiza de manera intencional, reemplazándolas por otras que generan satisfacción a pesar de las consecuencias negativas que dicho comportamiento genera; suele acompañarse de intranquilidad, preocupación e incomodidad en quienes lo experimentan (Díaz, 2019). La procrastinación se caracteriza por la ausencia de autorregulación, dicha postergación no impide el cumplimiento de la tarea encomendada debido a que estos pueden ser realizados a totalidad, pero con altos niveles de estrés lo que generaría malestar en el individuo (Alegre, 2013).

Tipos de procrastinadores

Ferrari et al. (1995) fueron uno de los primeros autores quienes encasillaron a los procrastinadores en los siguientes tipos:

- **Tipo arousal:** Se caracteriza porque el individuo tiene la necesidad de trabajar bajo presión para así experimentar la adrenalina y emoción de culminar actividades minutos antes de su entrega.
- **Tipo evitativo:** El individuo retrasa realizar actividades previamente planificadas principalmente por falta de motivación ante tareas que puedan evidenciar su incapacidad, así como miedo al fracaso o porque son consideradas como desagradables.
- **Tipo decisional:** El individuo retrasa la decisión de iniciar con la actividad encomendada, por tanto, el tiempo sigue acortándose y la persona continúa aplazando sus tareas lo que generará malestar significativo.

En la siguiente clasificación realizada por Chu y Choi (2005) actualizan la subdivisión inicialmente planteada y determinan que los tipos de procrastinadores también pueden ser:

- **Pasivos:** Se caracterizan porque el individuo no tiene la intención de aplazar las actividades, sin embargo, lo termina haciendo debido a su incapacidad en la toma de decisiones que no le permite actuar y no finalizar sus tareas en el tiempo establecido, por lo que experimenta sentimientos desagradables.
- **Activos:** Son aquellos que postergan sus actividades intencionalmente con la finalidad de realizar sus tareas bajo presión, ya que conocen sus tiempos y tienen control de este, logran cumplir sus trabajos en el tiempo establecido y los resultados son positivos.

Tipos de procrastinación

Según los entornos o contextos en los que se desarrolla, la procrastinación puede ser:

- **Procrastinación de la vida diaria:** Postergación habitual de las actividades usuales de una persona, puede producir consecuencias negativas (Natividad, 2014).
- **Procrastinación del trabajo:** Se caracteriza por la tardanza en realizar actividades propias de su cargo por ejecutar tareas que no se encuentran relacionadas con su trabajo (Metin et al., 2016).
- **Procrastinación del sueño:** Es el aplazamiento innecesario de la hora de acostarse, los individuos consideran que la noche es el momento en el que pueden realizar actividades que no pudieron hacer durante el día, se entretienen en dichas actividades y retrasan la hora de ir a la cama disminuyendo las horas de descanso establecidos y hará que el individuo se encuentre irritable y cansado al día siguiente (Kroese et al., 2016).
- **Procrastinación académica:** Es una tendencia a retrasar el comienzo de una actividad escolar, el estudiante puede tener la intención para realizarla, sin embargo, puede no encontrarse motivado para poder cumplirla (Natividad, 2014).

Procrastinación académica

En el ámbito educativo, los estudiantes se encuentran encaminados al cumplimiento de objetivos y actividades, postergar aquellas tareas que producen sensaciones desagradables son voluntarias, ya que el educando los realiza de manera consciente, dicho aplazamiento trae consigo dificultades en el rendimiento académico y baja tolerancia a la frustración (Villalobos y Becerra, 2017).

La procrastinación académica significa aplazar de manera deliberada la ejecución de tareas académicas obligatorias que requieren esfuerzo e inversión de energía y tiempo, reemplazándolas por otras que generen satisfacción de manera inmediata (Alegre, 2013). El estudiante en primera instancia tiene pensado en realizar la tarea, sin embargo, no decide cuando empezarla por lo cual justifica que no tiene el tiempo o no se presenta el momento adecuado para realizarlo, dicho accionar puede ser resultado de una falla en la autorregulación del individuo, así como una mala gestión del tiempo, aversión a la tarea o temor al fracaso (Moreta- Herrera y Durán- Rodríguez, 2018).

Dimensiones de la procrastinación académica

Autorregulación académica

La autorregulación es un proceso en el que el estudiante establece objetivos de aprendizaje, intenta supervisar y controlar su cognición, conducta y emoción en la consecución de ese objetivo. La autorregulación se produce inicialmente en la fase de planificación en donde se establecen metas, organización de tiempo y esfuerzo, así como la integración de conocimientos previos y nuevos; posteriormente en la fase de control se establecen las estrategias que permitirán el logro de los objetivos establecidos; finalmente, en la fase de reflexión se identifica los resultados y se establece la elección de comportamientos futuros (Elvira- Valdés y Pujol, 2012).

Un estudiante difícilmente se autorregula sino se conoce así mismo a totalidad, si presenta problemas para gestionar el tiempo y la discordancia que se produce entre la intención de hacer su tarea y la acción de retrasarla intencionalmente pese a que ya se tenía planificado realizarlo, esta acción va en contra de su intención inicial; este saber permitirá identificar sus capacidades y cuáles son las estrategias que podrá utilizar para alcanzar el aprendizaje esperado (Natividad, 2014).

El estudiante que se encuentra autorregulado participa activamente en la construcción de su conocimiento, es capaz de crear ambientes adecuados para la realización de sus tareas con la finalidad de evitar distracciones y cumplir con la actividad propuesta, además puede pedir ayuda cuando identifica dificultades, no se cohíbe en hacerlo. Se muestra capaz de controlar emociones desagradables de manera que no lo perjudique excesivamente cuando realiza actividades académicas (García, 2012).

Postergación de actividades

Según Ayala (2019) esta dimensión hace referencia a la conducta de aplazamiento frecuentemente o siempre de una actividad académica. Este comportamiento puede provocar síntomas de ansiedad, disminución de la autoeficacia y niveles elevados de estrés debido a la culminación de los límites de tiempo para la entrega de trabajos y las consecuencias negativas que conllevaría su incumplimiento.

La postergación es una decisión intencional, sin que exista necesariamente un propósito definido para que el individuo deje inconclusa la tarea que se dispuso a cumplir, reemplazando esta por otra de menor importancia, de forma que es consciente de las desventajas que tendría a largo plazo (Ayala, 2019).

Causas de la procrastinación académica

Para García y Silva (2019) lo que motiva esta conducta son causas intrínsecas y extrínsecas las cuales se describen a continuación:

- Escaso control estimular durante los horarios de estudios: Presencia de distractores dentro del campo visual del estudiante que dificultan el mantenimiento de la atención y concentración en las actividades escolares.
- Insuficiente motivación intrínseca en relación con el objetivo de estudio: El individuo percibe la tarea como irrelevante o con un alto grado de dificultad lo que genera pensamientos y emociones negativas anticipatorias sobre su realización, por el contrario, si la actividad es de agrado para el estudiante estará motivado y la probabilidad de completarla en un tiempo adecuado va a ser alta.
- Deficiente autorregulación y autocontrol: Nula o escasa planeación de objetivos graduales dentro del campo de estudio, por tanto, no se han desarrollado estrategias adaptativas cognitivas y conductuales frente al aplazamiento.
- Incapacidad para gestionar el tiempo: Incertidumbre sobre el propósito de las acciones, genera malestar asociado a la realización de una actividad.
- Variables contextuales: Ausencia de espacios propicios y de precisión en las instrucciones, relaciones interpersonales inadecuadas y niveles altos de exigencia por parte de los superiores.
- Conductas perfeccionistas: Altas expectativas del individuo sobre los resultados a alcanzar, valoración de lo significativa que es la actividad por cumplir, tiempo prolongado para obtener los propósitos esperados e impulsividad del sujeto.
- Historia de aprendizaje: Se generan hábitos de aplazamiento que se han reforzado afectando significativamente las intenciones y conductas presentes.
- Estilos de crianza: Dentro del sistema familiar por moldeamiento o modelado se han forjado aprendizajes enfocados a la no asunción de responsabilidades y autonomía.

Consecuencias de la procrastinación académica

El estrés académico es uno de los efectos más destacados de la procrastinación. La escasa tolerancia la frustración lleva a que el aplazamiento esté acompañado de síntomas

ansiógenos debido a la misma conducta, la cual se refuerza al cumplir la tarea en el último minuto, esto ocasiona altos niveles de estrés e impulsa a la acción a la vez; de esta forma, lo que motiva al procrastinador es completar con su responsabilidad en un periodo corto, desafiando al tiempo y al sentimiento de fracaso que experimenta por no llegar a la meta (Durán, 2017).

Procrastinar en el contexto académico conlleva a un bajo rendimiento que se retroalimenta en un círculo vicioso, en esta estrategia de autosabotaje y de alto coste emocional el procrastinador no ha desarrollado habilidades adaptativas que le permitan realizar sus tareas de forma funcional dando origen a una conducta problema. El desempeño académico asociado a la dilación de actividades implica bajos niveles atencionales, de autorregulación y de elementos cognitivos frente a los estímulos distractores; debido a la ausencia de estas estrategias cognitivas el educando puede llegar al fracaso y a la deserción universitaria (Durán, 2017).

En el ámbito educativo la procrastinación además de influir en el rendimiento escolar y en el estado emocional del estudiante también se relaciona con el uso excesivo de los dispositivos móviles, este es un medio distractor que se emplea para postergar las actividades académicas. En base a esta perspectiva, se sustenta teóricamente la segunda variable de estudio denominada dependencia al dispositivo móvil, misma que se asocia con la conducta procrastinadora.

Dependencia al dispositivo móvil

Definición

Es una adicción conductual que puede producir un deterioro social y emocional en la vida de la persona que lo padece. El uso problemático del celular es frecuente en la población joven y se encuentra relacionado negativamente con la autoestima, el rendimiento académico, la autorregularización, las habilidades sociales y la calidad de vida misma (Mei et al., 2018). El individuo quien presenta esta problemática mantiene dicha conducta a pesar de conocer los efectos negativos que conlleva el uso excesivo del celular, así mismo presenta irritabilidad y angustia cuando se restringe el uso del dispositivo móvil (Guevara y Contreras, 2019).

Dimensiones de la dependencia al dispositivo móvil

Abstinencia

Se caracteriza por molestias severas causadas por la imposibilidad de usar el celular o porque se ha dejado de hacerlo hace algún tiempo. Del mismo modo los inconvenientes con la funcionalidad de los teléfonos móviles y la dificultad para utilizarlos producen respuestas emocionales negativas (Gamero et al., 2016).

Abuso y dificultad en controlar el impulso

Hace referencia al uso excesivo de los celulares en cualquier situación, se presenta una dificultad para dejar de utilizar el dispositivo móvil. El uso excesivo tiene implicación en la dificultad para controlar el comportamiento (Gamero et al., 2016).

Problemas ocasionados por el uso excesivo

Permite identificar las consecuencias que acarrea el uso excesivo de los celulares y como interfiere en el ámbito personal, social, familiar y educativo de quienes lo utilizan (Gamero et al., 2016).

Tolerancia

Es la necesidad de utilizar con mayor frecuencia el dispositivo móvil para lograr los mismos efectos que se experimentaban cuando no se usaba habitualmente el celular (Gamero et al., 2016).

Sintomatología

Rodríguez et al. (2019) menciona que uno de los criterios de dependencia asociado al uso excesivo del celular es el estado de gratificación a corto plazo y el vínculo que establece el usuario llegando a ser problemático y convirtiéndose en adicción comportamental. Se considera adictivo el uso del teléfono móvil cuando pasa a ser un comportamiento irreprímible, constante, desmedido y repetitivo, que produce una pérdida del control en el individuo y a la vez genera placer (Gamero et al., 2016).

Entre las características de los síndromes de dependencia se evidencia una necesidad marcada de realizar las conductas que el sujeto sabe de sus efectos negativos, en un ciclo donde se da un aumento de la tensión la cual se libera tras llevar a cabo la acción, situación temporal, puesto que vuelve la necesidad de efectuar dicho comportamiento (Rodríguez et al., 2019)

Según Chóliz (2010) los síntomas más observados en la dependencia al dispositivo móvil son:

- a. Uso excesivo, reflejado en un alto costo económico en relación con las numerosas llamadas y mensajes.
- b. Problemas interpersonales debido al uso desmesurado.
- c. Interferencia con las actividades académicas o personales.
- d. Incremento gradual en el uso del celular para obtener el mismo nivel de satisfacción, así como la necesidad de sustitución de dispositivos por los nuevos modelos que surgen en el mercado.
- e. Necesidad de utilizar el teléfono móvil con frecuencia y alteraciones emocionales cuando se impide su empleo.

Causas

Para San-Martín (2020), entre las causas de la dependencia al teléfono móvil está el moldeamiento aprendido desde el entorno familiar caracterizado por la falta de reglas y escasos hábitos destinados a actividades sociales alternativas; de igual forma, los causales psicológicos son el aislamiento social, la dificultad para socializar y un déficit en la gestión de las emociones. Por otro lado, Coaquira y Ochoa (2021) sugieren que al igual que en el resto de adicciones comportamentales al estar involucrados centros cerebrales relacionados con la recompensa, esta conducta provoca un pico de dopamina, uno de los neurotransmisores implicados en los circuitos del placer.

En base a los principios de aprendizaje, este segmento conductual se explica mediante condicionamiento operante, proceso mediante el cual la probabilidad de emitir una respuesta dependerá de las consecuencias obtenidas en el pasado (Froxán, 2020). De este modo, el uso excesivo del dispositivo móvil está reforzado positivamente debido al placer inmediato que genera en el individuo a pesar de los efectos negativos a largo plazo.

Consecuencias

La dependencia al dispositivo móvil puede generar consecuencias que afectan distintas esferas del individuo que lo padece deteriorando su salud física, afectiva y social, así como su rendimiento dentro del contexto académico.

En el área social se evidencia un déficit en el desarrollo de habilidades sociales, deterioro de las relaciones familiares, dificultades en las relaciones interpersonales y en la capacidad de empatía, aislamiento, inadecuación social, disminución de actividades de ocio y deportivas (Castillo et al., 2022). La interacción con pares es fundamental para el crecimiento personal y el desenvolvimiento dentro de un contexto académico en los jóvenes universitarios.

Entre los problemas relacionados con la salud física se destaca los problemas de sueño puesto que la luz azul del teléfono celular altera el ritmo circadiano (García, 2020). Las repercusiones para la salud debido al uso excesivo del celular según Ramírez (2013) se evidencian en los siguientes síntomas: cefaleas, nerviosismo, vértigo, náuseas, fatigabilidad, disminución de la memoria, cansancio, zumbido en el oído, enrojecimiento de ojos, lagrimeo y visión borrosa momentánea. Esta última consecuencia puede representar un peligro para la vida de las personas, puesto que además de ser un distractor en la conducción automovilística, se han registrado accidentes de tránsito ocasionados por esta conducta.

A nivel psicológico se presentan emociones y cogniciones negativas tales como sentimientos de soledad y depresión, labilidad en el estado de ánimo, altos niveles de ansiedad y estrés; así mismo la dependencia al teléfono móvil provoca una disminución en el rendimiento académico y una pérdida de la capacidad de concentración (García, 2020).

Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil

En la revisión de la literatura científica de estos dos repertorios conductuales se ha evidenciado que los jóvenes estudiantes pueden presentar problemas en la autogestión del

tiempo, lo que dificulta la realización de actividades académicas, reemplazan estas responsabilidades con el uso excesivo del dispositivo móvil llegando muchas veces a incumplir con los plazos de tiempo fijados para la entrega de tareas escolares. Según un estudio realizado por Flores (2021), la conducta procrastinadora de los estudiantes está asociada a la dependencia al teléfono celular ya que existe una correlación significativa y positiva entre las variables, de manera que mientras mayor sea el aplazamiento de tareas los niveles de dependencia al móvil van a aumentar.

El uso del teléfono celular se ha convertido en una herramienta eficaz para el desarrollo de las actividades cotidianas de los jóvenes universitarios; no obstante, su uso prolongado constituye un problema psicológico al igual que la procrastinación académica ya que conllevan consecuencias aversivas tanto en el ámbito académico como el personal, afectando significativamente la consecución de objetivos. Estas conductas se han vuelto comunes; sin embargo, es necesario que los estudiantes desarrollen estrategias cognitivas y conductuales que les permitan hacer frente a la sobre exposición de estímulos distractores.

De acuerdo con Ortega (2020) la relación que existe entre la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil se evidencia en el momento en el que el estudiante no prioriza las actividades escolares que tiene que cumplir y las reemplaza por otras que considere gratificantes como por ejemplo el uso de redes sociales o visualizar videos en el celular, al encontrarse tan ensimismado en otras tareas, el estudiante llega a olvidar la realización de la actividad escolar, posteriormente la posterga hasta un periodo de tiempo cercano a la fecha de entrega.

El uso indiscriminado del celular influye en la autorregulación académica, al no contar con recursos de planificación y consecución de objetivos para ejecutar una tarea escolar, el universitario se centra en la utilización del dispositivo móvil y por ende termina prolongando la consecución de sus actividades académicas (Ortega, 2020).

La procrastinación puede tener diversas causas que dependen de la historia de aprendizaje de cada sujeto; sin embargo, si es posible analizar las contingencias que mantienen esta conducta en el presente. Para Froxán (2020) la asignación de una tarea es un estímulo condicionado que elicit pensamientos anticipatorios negativos y emociones como ansiedad, incertidumbre o incluso enfado, respuesta condicionada que se constituye a la vez en un estímulo discriminativo que genera una conducta de evitación mediante el uso del celular, provocando a corto plazo un alivio de esa ansiedad y enfado (refuerzo negativo), así como placer por destinar ese tiempo al manejo del teléfono móvil, que implica interactuar en redes sociales, video juegos y todo el entretenimiento que ofrece este dispositivo tecnológico (refuerzo positivo).

El uso del celular es más apetecible que cumplir con los deberes escolares debido a que resulta más sencillo y gratificante, el problema es que a largo plazo las consecuencias de estos dos eventos en conjunto pueden llegar a ocasionar un malestar mucho más intenso por no haber realizado la tarea a tiempo, de forma que las personas que procrastinan y usan en

exceso el celular pueden entrar en un círculo vicioso difícil de salir por los reforzamientos ya descritos. Muchos estudiantes tienden a dar justificaciones para evitar la culpa de haber procrastinado, esto provoca un alivio momentáneo pero hará que la conducta se repita con el paso del tiempo (Froxán, 2020).

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

Enfoque de la investigación

Cuantitativo: Se analizaron datos cuantitativos proporcionados por la institución referentes a la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil, para posteriormente hacer un análisis estadístico mediante herramientas informáticas.

Tipo de investigación

Documental: Los datos e información se obtuvieron mediante una base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior. Se recolectaron datos personales, sociodemográficos y resultados de los reactivos psicométricos: Escala de Procrastinación Académica (EPA) y Test de dependencia al dispositivo móvil (TDM)

Bibliográfica: Se realizó una revisión de la literatura científica acerca de la temática en libros, artículos científicos, tesis y revistas científicas lo que permitió la construcción teórica y el análisis crítico de los datos obtenidos.

Diseño de la investigación

No experimental: Se aplicó un diseño no experimental puesto que el estudio se realiza sin la manipulación intencionada de las variables, es decir, se analizó los fenómenos en el contexto en que se desarrollan.

Transversal: La investigación fue realizada en un tiempo establecido, siendo abril-septiembre 2022 el período académico seleccionado.

Nivel de investigación:

Descriptivo: El estudio describe los niveles de cada una de las dimensiones de la procrastinación académica, así como los niveles de dependencia al dispositivo móvil presentes en los estudiantes politécnicos evaluados.

Correlacional: Posterior a la medición independiente de cada una de las variables se estableció la correspondiente relación entre los niveles de procrastinación académica y los niveles de dependencia al dispositivo móvil.

Población

La población de estudio se encuentra conformada por 323 datos educativos de los estudiantes de la carrera de Turismo de la Institución de Educación Superior incluidos en la base de datos anónima que corresponden al período académico abril- septiembre 2022. Tomando en cuenta los criterios de homogeneidad se establecieron las variables sociodemográficas: edad, género, estado civil y semestre.

Muestra

La muestra se estableció por medio de un muestreo no probabilístico intencional de la base de datos proporcionada por la institución, por lo que la muestra final estuvo conformada por 167 estudiantes de la carrera de Turismo.

La edad de los estudiantes universitarios se encuentra en un rango de 18 a 32 años, de los cuales el 66,5% son mujeres, 31,7% corresponden a hombres y el 1,8% prefieren no decirlo. Respecto al estado civil el 97% se encuentran solteros, 1,2% son casados y el 1,8% en unión libre. La muestra se encontró integrada por estudiantes de segundo a décimo semestre.

Criterios de inclusión

- Datos de estudiantes mayores de edad
- Datos de estudiantes legalmente matriculados en la carrera de Turismo

Criterios de exclusión

- Reactivos psicológicos incompletos en la base de datos

Técnicas e Instrumentos

Técnicas

Revisión documental: Se realizó un proceso de revisión, organización, análisis y selección de la información que se incluye en el estudio, eligiendo los que dan cumplimiento a los objetivos planteados en la investigación.

Instrumentos

Ficha de registro de datos: Esta herramienta permitió recopilar la información de manera ordenada y sistematizada para una mejor comprensión y manejo de los datos seleccionados. Las cifras obtenidas corresponden a los instrumentos psicométricos que se encontraron en la base de datos institucional, mismos que se describen a continuación:

Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Escala de Procrastinación Académica (EPA) fue creada por Busko en 1998, Domínguez realizó la validación del instrumento en estudiantes universitarios de Perú en el año 2016, la edad de aplicación del reactivo es en población de 16 a 40 años, la escala mide la procrastinación a través de dos dimensiones: autorregulación académica y postergación de actividades (Dominguez, 2016).

La autorregulación académica consta de 9 ítems, se califican de manera inversa, sus puntos de corte indican que una puntuación menor a 27 corresponde a un nivel bajo, 28 a 34 moderado y mayor a 35 alto. La dimensión postergación de actividades cuenta con 3 ítems,

un puntaje menor a 7 indica un nivel bajo, 8 nivel medio y mayor a 9 alto; estos se responden en una escala Likert de 5 puntos que van de 1 a nunca y 5 siempre (nunca, pocas veces, a veces, casi siempre y siempre) (Mamani y Aguilar, 2018).

La interpretación de los puntajes es directa: a mayor puntaje, mayor presencia de la conducta evaluada. En cuanto a las propiedades psicométricas muestra adecuada consistencia interna con alfa de Cronbach de .80 (Dominguez, 2016). (Ver Anexo 3).

Test de dependencia al dispositivo móvil (TDM)

El test de dependencia al dispositivo móvil fue elaborado por Mariano Chóliz en el año 2010, evalúa el nivel de dependencia al móvil en población comprendida entre 14 a 33 años; el instrumento se encuentra compuesto por 22 ítems con 5 opciones de respuesta que van de 0 a nunca y 4 muchas veces (nunca, rara vez, a veces, con frecuencia y muchas veces), mide 4 factores: abstinencia, abuso y dificultad en controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia. El puntaje directo es de 88 puntos, en los percentiles una puntuación de 0 a 25 indican un nivel bajo; 26 a 70 moderado y 71 a 100 un nivel alto (Gamero et al., 2016).

Fue validado en el año 2015 en Arequipa Perú, cuenta con altos niveles de confiabilidad teniendo un coeficiente de 0.92 en alfa de Cronbach lo que indica que la prueba es confiable para utilizarlo en el presente estudio. Para medir la validez se realizó un análisis descriptivo y correlacional ítem-test mediante el coeficiente de correlación de Pearson con el fin de valorar la homogeneidad de los reactivos (Gamero et al., 2016). (Ver Anexo 4).

Hipótesis

Nula: No existe relación entre la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en los estudiantes universitarios de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022.

Alternativa: Existe relación entre la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en los estudiantes universitarios de la Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022.

Métodos de análisis

Método teórico: El método sintético analítico se emplea para analizar la información recopilada de manera general para posteriormente estudiarla por partes, de forma que el análisis sea más exhaustivo y minucioso sintetizando los datos más relevantes.

Método empírico: Se observó los fenómenos de estudio y se plantearon las hipótesis correspondientes para su posterior comprobación o anulación y llegar a un nuevo conocimiento científico.

Método estadístico: Método utilizado para el tratamiento de datos cuantitativos que permite confirmar la hipótesis planteada o sugerir nuevas hipótesis de ser el caso, posibilita realizar inferencias válidas en una población amplia.

Procesamiento de datos

La recolección de información se realizó mediante el análisis de la base de datos anónima proporcionada por la institución de educación superior y posteriormente se utilizó el software SPSS 25 para el procesamiento.

Se utilizó la prueba Kolmogorov-Smirnov para contrastar la hipótesis de normalidad, a partir de la cual se obtuvo que los datos no son paramétricos ($p < 0.01$) mostrando una amplia dispersión en las cifras obtenidas; por consiguiente, se decidió aplicar el Coeficiente de correlación de rangos de Spearman para establecer la asociación entre las variables de estudio (Ver Anexo 5).

CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

RESULTADOS

En la tabla 1 se observan los datos sociodemográficos obtenidos de la base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior, tomando en cuenta las variables género, estado civil, semestre y edad.

Tabla 1

Datos sociodemográficos

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje (%)
Género	Femenino	111	66,5
	Masculino	53	31,7
	Prefiero no decirlo	3	1,8
Estado civil	Soltero	162	97,0
	Casado	2	1,2
	Unión libre	3	1,8
Semestre	Segundo	21	12,6
	Tercero	41	24,6
	Cuarto	47	28,1
	Quinto	19	11,4
	Sexto	17	10,2
	Séptimo	15	9,0
	Octavo	3	1,8
	Décimo	4	2,4
Edad	Máx: 32	Media: 21,75	Desviación estándar: 2,324
	Min: 18		

Fuente. Base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior

Análisis e Interpretación

La muestra está conformada por 167 estudiantes de los cuales el 66,5% y el 31,7% pertenecen al género femenino y masculino respectivamente, el 1,8% restante prefieren no decirlo; la edad mínima de la muestra es de 18 años y la máxima de 32; siendo la edad promedio de 21,75 evidenciándose que los sujetos se encuentran en la adultez temprana, que

según la literatura científica es la población joven la más propensa a presentar conductas de procrastinación y dependencia al celular dentro del contexto académico. Respecto al estado civil el 97% se encuentran solteros, el 1,2 % están casados y el 1,8% corresponden a unión libre. La distribución de los semestres se ubica de la siguiente forma: segundo (12,6%), tercero (24,6%), cuarto (28,1%), quinto (11,4%), sexto (10,2%), séptimo (9%), octavo (1,8%) y décimo semestre (2,4%).

La tabla 2 da respuesta al primer objetivo específico planteado en donde se muestra los niveles de autorregulación académica, dimensión que pertenece a la procrastinación académica.

Tabla 2

Dimensión Autorregulación académica

Niveles	Frecuencia	Porcentaje (%)
Bajo	164	98,2
Moderado	3	1,8
Total	167	100

Fuente. Base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior

Análisis e Interpretación

Los resultados obtenidos evidencian que el 98,2% de los estudiantes presentan un nivel bajo de autorregulación académica y tan solo el 1,8% cuenta con un nivel moderado en esta dimensión. El porcentaje de estudiantes con bajos niveles de autorregulación académica es significativo, lo que muestra que los evaluados no planifican las actividades que deben cumplir, al no establecer objetivos tampoco ponen en marcha procesos conductuales y cognitivos para completar sus tareas académicas además de la escasa gestión del tiempo y de emociones frente a actividades que les generan malestar o que requieren mayor esfuerzo. En este sentido, se hace necesario el aprendizaje de nuevas conductas adaptativas, tanto públicas como privadas que les permitan a los estudiantes de la carrera de Turismo hacer frente a la sobre exposición de estímulos distractores del ambiente y mejorar los hábitos de estudio.

En la tabla 3 se observan los niveles de la segunda dimensión de procrastinación académica denominada postergación de actividades correspondiente al primer objetivo específico.

Tabla 3

Dimensión Postergación de actividades

Niveles	Frecuencia	Porcentaje (%)
Bajo	71	42,5
Moderado	18	10,8
Alto	78	46,7
Total	167	100

Fuente. Base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior

Análisis e Interpretación

Se encontró que el 42,5% de los evaluados presentan un nivel bajo, el 10,8% un nivel moderado y el 46,7% denota un nivel alto. Es relevante la proporción de los estudiantes que aplazan deliberadamente sus tareas para cumplirlas al final del periodo establecido para la misma, hallazgos que se relacionan con los bajos niveles de autorregulación académica; puesto que, al no contar con estrategias cognitivas, afectivas y conductuales para establecer y alcanzar objetivos, los estudiantes no manejan el tiempo de forma efectiva por lo cual, existen mayores niveles de postergación.

La tabla 4 refleja los niveles de dependencia al dispositivo móvil prevalentes en los estudiantes universitarios, como respuesta al segundo objetivo específico.

Tabla 4

Niveles de Dependencia al dispositivo móvil

Niveles	Frecuencia	Porcentaje (%)
Bajo	65	38,9
Moderado	99	59,3
Alto	3	1,8
Total	167	100

Fuente. Base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior

Análisis e Interpretación

Los resultados del TDM muestran que el 38,9% de los estudiantes tienen un bajo nivel de dependencia al celular, el 59,3% se ubica en un nivel moderado y finalmente el 1,8% presentan altos niveles de dependencia. Se precisa destacar el alto número de estudiantes que muestran un moderado nivel en esta adicción conductual puesto que al no intervenir en este problema psicológico es probable que lleguen a altos niveles, de tal forma se afectará no solo al rendimiento académico, sino que también las áreas sociales, físicas y emocionales de los estudiantes tendrán un mayor impacto negativo.

En la tabla 5 se evidencia la correlación entre los niveles de autorregulación académica y de dependencia al dispositivo móvil de los estudiantes de la carrera de Turismo.

TABLA 5

Tabla de contingencia de los niveles de autorregulación académica y dependencia al dispositivo móvil

Dependencia al dispositivo móvil	Autorregulación académica		
	Bajo	Moderado	Total
Bajo	65 38,9%	0 0,0%	65 38,9%
Moderado	96 57,5%	3 1,8%	99 59,3%
Alto	3 1,8%	0 0,0%	3 1,8%
Total	164 98,2%	3 1,8%	167 100,0%

Fuente. Base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior

Análisis e Interpretación

Los resultados obtenidos demuestran que el 38,9% de los evaluados que presentan un nivel bajo de dependencia al dispositivo móvil tienen bajos niveles de autorregulación. El 57,5% de estudiantes que presentan moderados niveles de dependencia al móvil al mismo tiempo presentan bajos niveles de autorregulación, mientras que el 1,8% muestran un nivel moderado. El 1,8% refleja un nivel alto de dependencia al dispositivo móvil y un nivel bajo de autorregulación.

Se halló un porcentaje significativo de estudiantes que tienen moderados niveles de dependencia al celular y bajos niveles de autorregulación académica lo cual puede indicar que la adicción comportamental del celular es un factor que se asocia con la ausencia de estrategias de regulación de los recursos personales de los estudiantes.

En la tabla 6 se evidencia la correlación entre los niveles de postergación de actividades y de dependencia al dispositivo móvil de los estudiantes de la carrera de Turismo de la Espoch.

TABLA 6

Tabla de contingencia de los niveles de postergación de actividades y dependencia al dispositivo móvil

Dependencia al dispositivo móvil	Postergación de actividades			Total
	Bajo	Moderado	Alto	
Bajo	40 24,0%	7 4,2%	18 10,8%	65 38,9%
Moderado	31 18,6%	11 6,6%	57 34,1%	99 59,3%
Alto	0 0,0%	0 0,0%	3 1,8%	3 1,8%
Total	71 42,5%	18 10,8%	78 46,7%	167 100,0%

Fuente. Base de datos anónima proporcionada por la Institución de Educación Superior

Análisis e Interpretación

El 24% de los evaluados presentan un nivel bajo de dependencia al dispositivo móvil y postergación de actividades, mientras que el 4,2% evidencia un nivel moderado y el 10,8% un nivel alto en esta dimensión de procrastinación académica; el 18,6% de los estudiantes reflejan un nivel moderado de dependencia al dispositivo móvil y un nivel bajo de postergación de actividades, así mismo el 6,6% presenta un nivel moderado y el 34,1% un nivel alto en este componente. Finalmente, se observa que el 1,8% de la muestra tienen un nivel alto de dependencia al dispositivo móvil y de postergación.

Los niveles moderados de dependencia al celular se relacionan con altos niveles de postergación de actividades lo que indicaría que los estudiantes aplazan sus responsabilidades académicas reemplazándolas por un uso recreativo y prolongado del teléfono celular.

En la tabla 7 se evidencia la asociación estadística entre las dos variables de estudio, en cumplimiento al tercer objetivo específico.

TABLA 7

Relación entre las dimensiones de la procrastinación y la dependencia al dispositivo móvil

		Postergación de Actividades	Autorregulación Académica
Dependencia al dispositivo móvil	Rho	,485**	,423**
	Sig. (bilateral)	,000	,000

Análisis e Interpretación

En los resultados de la prueba de correlación se evidencia una asociación estadísticamente significativa ($p < 0,05$) entre las variables de estudio, se puede afirmar que existe una relación positiva moderada entre las dimensiones de la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil, con valores de Rho que oscilaron entre 0,485 y 0,423. Se confirma la hipótesis alterna planteada.

DISCUSIÓN

Los niveles de procrastinación académica en los estudiantes fueron significativos, en el caso de la dimensión correspondiente a la autorregulación académica los estudiantes presentan un nivel bajo con un 98,2% lo que representa escasa planificación de objetivos a corto plazo para cumplir con sus responsabilidades, por ende, aplazan esas tareas por largos periodos de tiempo reemplazándolas por otras de mayor agrado.

Estas cifras difieren con los resultados obtenidos en el estudio de Altamirano y Rodríguez (2021) en donde se evidenció un nivel promedio de 48% en autorregulación académica en estudiantes de Psicología de la Universidad Técnica de Ambato; estos resultados denotan que la muestra estudiada presenta una escasa gestión del tiempo y una deficiente capacidad para plantearse objetivos, lo que interfiere con sus responsabilidades académicas e incluso puede afectar otros ámbitos de la vida de los estudiantes debido a la escasa autorregulación.

En la segunda dimensión de la procrastinación académica la cual mide la postergación de actividades se halló que el 46,7% de los evaluados presentan altos niveles de aplazamiento, es decir que dejan sus actividades académicas para el último minuto; puede generar niveles elevados de estrés y ansiedad afectando su rendimiento académico. Estos hallazgos se contrastan a los obtenidos por Altamirano y Rodríguez (2021) en el cual predominó un nivel medio en postergación de actividades con el 52%; evidenciando que las tareas que generan malestar y que son de mayor coste de respuesta son postergadas hasta al final o se las reemplaza por otras de poca importancia.

En cuanto a la dependencia al dispositivo móvil se evidenció un nivel moderado con un 59,3%. Estas cifras son relativamente similares a lo investigado por Castillo et al. (2022) en donde los encuestados presentaron un nivel moderado con un 59,4% en esta adicción conductual. Este fenómeno se ha popularizado y normalizado en la población de estudiantes debido a la utilidad de este recurso tecnológico el cual facilita la realización de cualquier actividad, sin embargo, si estos niveles moderados llegan a convertirse en altos, las

afectaciones físicas, emocionales, sociales y académicas van a perjudicar de manera significativa la vida del estudiante.

Los evaluados obtuvieron bajos niveles de autorregulación y altos de postergación de actividades dando como resultado que los estudiantes de la carrera de Turismo procrastinan frecuentemente en el ámbito académico, sin embargo, estas conductas de aplazamiento y de escasa autorregulación pueden interferir en otras áreas del individuo, puesto que al repetirlas constantemente se convierten en hábitos. Castro y Mahamud (2017) obtuvieron resultados similares con un 35,12% en niveles altos de procrastinación y un 58,33% en niveles moderados, por lo que se concluye que la procrastinación es una conducta frecuente en la población universitaria.

Al realizar una asociación entre las dimensiones de la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil, se puede identificar que se cumplió con la hipótesis alterna planteada, denotando una correlación significativa positiva y moderada entre las variables (0,485 y 0,423), es decir que a mayor procrastinación académica mayor dependencia al dispositivo móvil. Estos datos tienen similitud con lo investigado por Qaisar et al. (2017) en donde existió una relación directa entre las variables de forma que al aumentar los niveles de procrastinación académica incrementan los de dependencia al dispositivo móvil.

Los hallazgos obtenidos en esta investigación muestran una conducta frecuente de procrastinación en los estudiantes universitarios, repertorio conductual que pudo haberse reforzado continuamente debido a la modalidad de estudio virtual que se implementó a causa de la pandemia por Covid-19, de forma que los educandos se encontraron sobreexpuestos al uso constante de tecnología, entre ellos el dispositivo móvil. Al tratar de cumplir con las demandas que el contexto académico exigía como recibir clases virtuales, pudo ser un factor predisponente para generar estos comportamientos de dependencia al móvil.

A manera general, los bajos niveles de autorregulación académica se asocian con la postergación elevada de actividades, si el estudiante universitario carece de la capacidad para organizar y planificar el cumplimiento de sus responsabilidades académicas en un periodo de tiempo va a postergarlo para el final. En este sentido, se va a evitar por un momento realizar las tareas que considere aversivas reemplazándolas por conductas distractoras y gratificantes a corto plazo como el uso excesivo del dispositivo móvil.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

Los resultados del presente estudio generaron las siguientes conclusiones que darán un panorama más amplio con respecto a las variables de estudio.

- En cuanto a los niveles de cada una de las dimensiones de la procrastinación, en la autorregulación académica los estudiantes presentan un nivel bajo, con el 98,2%, evidenciando que los estudiantes no planifican las actividades académicas que tienen que cumplir, presentan dificultades para gestionar el tiempo y existe una discordancia entre la intención de realizar su tarea y la acción de retrasarla a pesar de que ya se tenía planificado realizarlo; en base a postergación de actividades el 46,7% de los universitarios denotan un nivel alto, al ser una decisión intencional, el estudiante aplaza una actividad académica reemplazándola por una que genere satisfacción, sin embargo este comportamiento puede causar malestar en el individuo al encontrarse entre los límites de tiempo para la entrega de tareas.
- Respecto a la dependencia al dispositivo móvil, los estudiantes universitarios presentan un nivel moderado con un 59,3%, lo que indicaría que de mantenerse dicha conducta podría convertirse en un nivel alto de dependencia lo que acarrearía consecuencias no solamente en el ámbito académico sino en las esferas, familiar, social, física y afectiva.
- Se pudo identificar que las variables se relacionan significativamente ($p < 0,05$) de manera positiva y moderada entre las dimensiones de la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil con valores de 0,485 y 0,423 respectivamente. Por tanto, significa que los estudiantes universitarios aplazan deliberadamente sus actividades académicas y las cumplen en un periodo cercano al plazo de entrega debido a una falta de autorregulación, mala gestión del tiempo o por ser tareas que causan desagrado, los jóvenes las reemplazan por actividades que generan bienestar como el uso del celular, que puede ser visto como una forma de escape para aquellas diligencias que consideran aversivas.

RECOMENDACIONES

- Al analizar los resultados de la procrastinación académica en sus dimensiones se sugiere implementar una guía de intervención psicológica, para disminuir los niveles de postergación de actividades e incrementar los niveles de autorregulación, de forma que los estudiantes puedan aprender nuevas conductas que les permitan mejorar sus hábitos de estudio.
- Los niveles moderados de dependencia al dispositivo móvil constituyen un problema psicológico que dificulta la consecución de objetivos en los estudiantes universitarios; es necesario desarrollar propuestas de prevención enfocadas en visibilizar las consecuencias negativas que conlleva esta adicción comportamental, ya que es una conducta aceptada socialmente y su aprendizaje también se da por modelamiento.
- Es importante la divulgación científica de la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil, para fomentar el desarrollo de programas de prevención desde la educación en familia, de forma que los padres sean quienes regulen horarios destinados al cumplimiento de tareas escolares y al uso del teléfono celular. Al implantarse rutinas de estudios desde tempranas edades existe mayor probabilidad que estas perduren a lo largo de la vida.
- Se recomienda abrir nuevas líneas de investigación en torno al tema que permitan extender técnicas psicoterapéuticas y tecnología para modificar estas conductas perjudiciales en los jóvenes con base en los principios de la psicología científica.

BIBLIOGRAFÍA

- Alegre, A. (2013). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 1(2), 57-82. <https://doi.org/10.20511/pyr2013.v1n2.29>
- Altamirano, C., y Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 15-24. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Analuisa, K., y Aguilar, N. (2019). Usos y abusos del celular en adolescentes. *Revista de Tecnologías de la Información*, 6(20), 9-13. https://www.ecorfan.org/bolivia/researchjournals/Tecnologias_de_la_Informacion/vol6num20/Revista_de_Tecnolog%C3%ADas_de_la_Informaci%C3%B3n_V6_N20_2.pdf
- Ayala, A. (2019). *La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2435/Anthony_Trabajo_Bachillerato_2019.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, W., Hernández, M., y Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de La Investigación*, 5(2), 40–52. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Castillo, M., Cando, I., Tenezaca, J., y Mazón, J. (2022). Dependencia al dispositivo móvil y problemas en la conducta social y control emocional en universitarios. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 5(11), 43-53. <https://doi.org/10.33996/repesi.v5i11.70>
- Castillo, M., Tenezaca, J., y Mazón, J. (2021). Dependencia al dispositivo móvil e impulsividad en estudiantes universitarios de Riobamba-Ecuador. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 59–68. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.07>
- Castro, S., y Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Avances en Psicología*, 25(2), 189-197. <https://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/354/87>
- Ccapa, B. (2022). *Dependencia a los celulares y procrastinación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/5802/Beron_Tesis_Licenciatura_2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Chóliz, M. (2010). Mobile phone addiction: A point of issue. *Society for the Study of Addiction*, 105(2), 373-374. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2009.02854.x>
- Chu, A., & Choi, J. (2005). Rethinking procrastination: positive effects of "active" procrastination behavior on attitudes and performance. *Journal of Social Psychology*, 145(3), 245-264. doi:10.3200/SOCP.145.3.245-264
- Coaquira, H., y Ochoa, L. (2021). *Dependencia al smartphone y su influencia en la personalidad y habilidades sociales en los estudiantes universitarios* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa]. Repositorio Institucional de la UNSA. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/13538>
- Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una revisión de su medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 51(2), 43-60. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art4.pdf>
- Domínguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Revista Evaluar*, 16(1), 27-38. <https://doi.org/10.35670/1667-4545.v16.n1.15715>
- Durán, C. (2017). *Relación entre la procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios de psicología: Caso Pucesa* [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Ecuador sede Ambato]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/1894/1/76397.pdf>
- Elvira-Valdés, M., y Pujol, L. (2012). Autorregulación y rendimiento académico en la transición secundaria- universidad. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(1), 367-378. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cinde-umz/20140409114753/art.MariaAntonietaE..pdf>
- Estremadoiro, B., y Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51-66. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2306-86712021000100004&lng=es&tlng=es
- Fentaw, Y., Tadesse, B., & Ismail, S. (2022). Academic Procrastination Behavior among Public University Students. *Education Research International*, 2022, 1-8. <https://doi.org/10.1155/2022/1277866>
- Ferrari, J., Johnson, J., & McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: Theory, research, and treatment*. Plenum Press. https://www.researchgate.net/publication/276292917_Procrastination_and_Task_Avoidance--Theory_Research_and_Treatment

- Flores, I. (2021). *Dependencia al móvil y procrastinarían académica en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa de Tarapoto, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/80833>
- Froxán, M. X. (2020). *Análisis funcional de la conducta humana: Concepto, metodología y aplicaciones*. Ediciones Pirámide. <https://doku.pub/download/maria-xesus-froxan-parga-coord-analisis-funcional-de-la-conducta-humana-concepto-metodologia-y-aplicaciones-ediciones-piramide-2020pdf-el9r4wxgjrly>
- Gamero, K., Flores, C., Arias, W. L., Ceballos, K. D., Román, A., y Marquina, E. (2016). Estandarización del Test de Dependencia al Celular para estudiantes universitarios de Arequipa. *Persona*, (019), 179-200. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.979>
- García, M. (2012). La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario. *Revista de currículum y formación del profesorado*, 16(1), 203-221. <http://www.ugr.es/~recfpro/rev161ART12.pdf>
- García, S. (2020). *Adicción al celular en estudiantes de la Universidad Continental Huancayo 2019* [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental. <https://hdl.handle.net/20.500.12394/8754>
- García, V., y Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura*, 11(2), 122-137. <http://dx.doi.org/10.32870/Ap.v11n2.1673>
- Guevara, G., y Contreras, A. (2019). *Relación entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Este* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión] Repositorio Institucional. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2976/Gabriela_Tesis_Li%20cenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Guevara, G., y Contreras, A. (2019). *Relación entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Este*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2976/Gabriela_Tesis_Licenciatura_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Kemp, S., We Are Social y Hootsuite. (2020, 30 de enero). *Digital 2020: Global Digital Overview*. Data Reportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview>

- Kroese, F. M., Nauts, S., Kamphorst, B. A., Anderson, J. H., & de Ridder, D. (2016). Bedtime procrastination: A behavioral perspective on sleep insufficiency. In F. M. Sirois & T. A. Pychyl (Eds.). *Procrastination, Health, and well-being* (pp. 93-119). London: Academic Press.
- Mamani, S., y Aguilar, A. (2018). Relación entre la procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes universitarios pertenecientes al primer año de estudios de una universidad privada de Lima Metropolitana. *Rev Psicol Hered*, *11*, 33-41. <https://doi.org/10.20453/rph.v11i2.3627>
- Mei, S., Chai, J., Wang, S., Ng, H., Ungvari, G., & Xiang, Y. (2018). Mobile phone dependence, social support and impulsivity in chinese university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *15*(3). <https://doi.org/10.3390/ijerph15030504>
- Metin, U., Taris, T., & Peeters, M. (2016). Measuring procrastination at work and its associated workplace aspects. *Personality and Individual Differences*, *101*, 254-263. doi:10.1016/j.paid.2016.06.006
- Meza, L., Sierra, J., y Ramírez, S. (2020). Adicción al internet y dependencia al móvil en universitarios de Psicología. *Revista de Ciencias Humanas y Sociales*, (93), 136-152. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7621426>
- Moreta- Herrera, R., y Durán- Rodríguez. (2018). Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica (EPA) en estudiantes de Psicología de Ambato, Ecuador. *Salud y Sociedad*, *9*(3), 236-247. doi: 10.22199/S07187475.2018.0003.00003
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis de doctorado, Universidad de Valencia]. Repositorio Institucional de la Universidad de Valencia. <http://hdl.handle.net/10550/37168>
- Ortega, M. (2020). *Relación entre el uso excesivo de los smartphones y la procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada*. [Tesis de pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio Institucional. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/730a75c2-5ab3-4350-ae0c-554c48671aa4/content>
- Qaisar, S., Akhter, N., Masood, A., y Rashid, S. (2017). Problematic Mobile Phone Use, Academic Procrastination and Academic Performance of College Students. *The Journal of Educational Research*, *20*(2), 201-214. http://jer.iub.edu.pk/journals/JER-Vol-20.No-2/15_Problematic_Mobile_Phone_Use,_Academic_Procrastination_and_Academic_Performance_of_College_Students.pdf

- Ramírez, R. (2013). Posibles efectos provenientes del uso excesivo de la comunicación inalámbrica. *Revista Iberoamericana de las Ciencias de la Salud: RICS*, 2(4), 25-57. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5045745>
- Rodríguez, M., Díaz, M., Agostinelli, J., y Daverio, R. (2019). Adicción y uso del teléfono celular. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP*, 17(2), 211-235. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612019000200001&lng=es&tlng=es
- Ruiz-Olivares, R., Lucena, V., Pino, J., y Herruzo, J. (2010). Análisis de comportamientos relacionados con el uso / abuso de Internet, teléfono móvil, compras y juego en estudiantes universitarios. *Adicciones: Revista Adicciones*, 22(4), 301-309. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122896003>
- San- Martín, S., Rodríguez, P., y Jiménez, N. (23-24 de septiembre de 2020). *La adicción al smartphone en la adolescencia a examen: causas y consecuencias* [Discurso principal]. Conference Proceedings CIVINEDU, Madrid, España.
- Villalobos, D., y Becerra, L. (2017). *Procrastinación académica en estudiantes universitarios: un estudio teórico*. [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. Repositorio Institucional de la Universidad Cooperativa de Colombia. https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12614/1/2017_procrastinacion_academica_estudiantes.pdf

ANEXOS

Anexo 1: Resolución del tema

Riobamba, 07 de julio de 2022
Oficio No. 1205-RD-FCS-2022

Señor / ita
MOREANO JARA LEONOR JACQUELINE
CHAVEZ CONTRERAS DAYSI MARILYN
ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD – UNACH
De mi consideración. –

Cúmpleme informar a usted la resolución de Decanato de la Facultad de Ciencias de la Salud, que corresponde al 07 de julio de 2022.

RESOLUCIÓN No. 1205-D-FCS-07-07-2022: Aprobar el tema, perfil del proyecto de investigación, Tutor y Miembros de Tribunales de la carrera de Psicología Clínica. Oficio N.º 089-TELETRABAJO-CCPSCL-FCS-2022, Comisión de Carrera y CID de la Facultad:

No	Estudiantes	Tema Proyecto de investigación presentado a revisión	Tema Proyecto de investigación revisado y APROBADO por la Comisión y CID	Informe de la Comisión de Carrera	Tutor de tesis Artículos 22-Reglamento Titulación Especial para carreras no vigentes	Tribunal de sustentación de tesis, Artículos 22-Reglamento Titulación Especial para carreras no vigentes
1	MOREANO JARA LEONOR JACQUELINE E CC: 0605164664 CHAVEZ CONTRERAS DAYSI MARILYN CC: 2350688335	"PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE CHIMBORAZO. RIOBAMBA, 2022."	Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. Escuela Superior Politécnica de Chimborazo. Riobamba, 2022	APROBADO Dominio emergente Salud como producto social Línea de investigación: Salud	Tutor: Mgs. Diana Carolina Villagómez Vacacela Miembros: MSc. Ángel Gustavo Llerena Cruz Dra. Jenny Rocío Tenezaca Sánchez	Delegado Decano: MSc. Mayra Elizabeth Castillo Gonzáles Miembros: MSc. Ángel Gustavo Llerena Cruz Dra. Jenny Rocío Tenezaca Sánchez

Atentamente,

GONZALO EDMUNDO BONILLA PULGAR
Formado digitalmente por GONZALO EDMUNDO BONILLA PULGAR Fecha: 2022.07.08 14:50:37 -0500

Dr. Gonzalo Bonilla P.
DECANO DE LA FACULTAD
CIENCIAS DE LA SALUD – UNACH

Adj.: Documentos Habilitantes (d)
c.c. Archivo

Anexo 2: Aprobación de la carrera de Turismo



Carrera de Psicología Clínica
FACULTAD DE
CIENCIAS DE LA SALUD

en movimiento

Riobamba, 29 de septiembre de 2022

PhD.

Iván Carrillo

DIRECTOR DE CARRERA DE TURISMO DE LA ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

Presente. -

De nuestra consideración:

Reciba un atento y cordial saludo, nosotras **CHAVEZ CONTRERAS DAYSI MARILYN** con CC: **2350688335** y **MOREANO JARA LEONOR JACQUELINE** con CC: **0605164664**, estudiantes de la carrera de **PSICOLOGÍA CLÍNICA** de la Universidad Nacional de Chimborazo nos permitimos solicitar de la manera más comedida la aprobación correspondiente para acceder a la base de datos de los estudiantes de la carrera de Turismo, para la realización del proyecto de investigación titulado **"PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y DEPENDENCIA AL DISPOSITIVO MÓVIL EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO. RIOBAMBA, 2022"**, estudio que tiene la finalidad de producir conocimiento científico; la revisión de la información se realizará desde el 13 al 15 de julio.

Por la atención a la presente, le agradecemos.

Atentamente,

Daysi Marilyn Chávez Contreras
ESTUDIANTE

Leonor Jacqueline Moreano Jara
ESTUDIANTE



DIANA CAROLINA
VILLAGÓMEZ
VARGAS

Mgs. Carolina Villagómez
TUORA PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Aprobación:



JORGE IVÁN
CARRILLO
SERRANO

PhD. Iván Carrillo
DIRECTOR DE CARRERA DE TURISMO
ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DE CHIMBORAZO

Anexo 3: Escala de Procrastinación Académica EPA

EPA

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

N= Nunca

CN= Casi nunca

AV= A veces

CS= Casi siempre

S= Siempre

		N	CN	AV	CS	S
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
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 4: Test de dependencia al dispositivo móvil TDM

TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL (TDM)

Indique con qué frecuencia realiza las afirmaciones que aparecen a continuación marcando con una **X** en la columna que corresponda.

Nº	AFIRMACIÓN	Nunca	Rara Ve	A veces	Con frecuencia	Muchas veces
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 5: Prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov

Variables	Estadístico	Sig.
Autorregulación académica	,536	,000
Postergación de actividades	,311	,000
Dependencia al dispositivo móvil	,373	,000