



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

“Uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios”

**Trabajo de Titulación para optar al título de licenciatura en
Psicología Clínica**

Autor:

Medina Gavilanes, Daniela Yamilex
Romero Asqui, María Alejandra

Tutor:

Ps Cl. Carolina Alexandra Guijarro Orozco. Msc

Riobamba, Ecuador. 2025

DECLARATORIA DE AUTORÍA

Yo, Daniela Yamilex Medina Gavilanes y María Alejandra Romero Asqui, con cédula de ciudadanía 0605057173, 0604388538 autor (a) (s) del trabajo de investigación titulado: Uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios, certifico que la producción, ideas, opiniones, criterios, contenidos y conclusiones expuestas son de mi 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, 12 de noviembre de 2025.

Daniela Yamilex Medina Gavilanes

C.I: 0604388538

María Alejandra Romero Asqui

C.I: 0605057173

DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR

Quien suscribe, Carolina Alexandra Guijarro Orozco catedrático adscrito a la Facultad de Facultad de Ciencias de la Salud, por medio del presente documento certifico haber asesorado y revisado el desarrollo del trabajo de investigación titulado: Uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios, bajo la autoría de Daniela Yamilex Medina Gavilanes y María Alejandra Romero Asqui; por lo que se autoriza ejecutar los trámites legales para su sustentación.

Es todo cuanto informar en honor a la verdad; en Riobamba, a los 18 días del mes de julio de 2025.



Mgs. Carolina Alexandra Guijarro Orozco

C.I: 0604269928

CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL

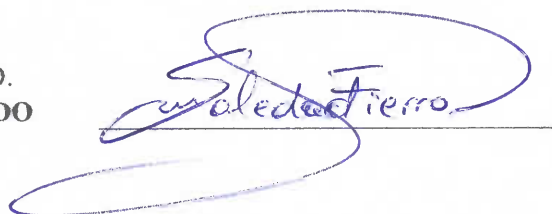
Quienes suscribimos, catedráticos designados Miembros del Tribunal de Grado para la evaluación del trabajo de investigación Uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios por Daniela Yamilex Medina Gavilanes y María Alejandra Romero Asqui, con cédula de identidad número 0604388538 y 0605057173, bajo la tutoría de Mgs. Carolina Alexandra Guijarro Orozco; 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 13 de Octubre de 2025.

Jennyfer Katheryne Llanga Gavilanez, Mgs.
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL DE GRADO



María Soledad Fierro Villacreses, PhD.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO

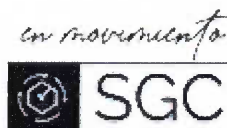


Rosario Isabel Cando Pilatuña, Dra.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL DE GRADO





Dirección
Académica
VICERRECTORADO ACADÉMICO

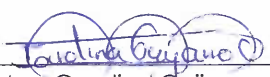


UNACH-RGF-01-04-08.17
VERSIÓN 01: 06-09-2021

CERTIFICACIÓN

Que, **Medina Gavilanes Daniela Yamilex** con CC: 1850132547, estudiante de la Carrera de **PSICOLOGIA CLINICA**, Facultad de **CIENCIAS DE LA SALUD**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado "Influencia de las redes sociales en la autoestima y la imagen corporal en estudiantes universitarios", cumple con el 9 %, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **COMPILATIO**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 15 de octubre de 2025

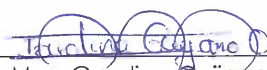

Mgs. Carolina Guijarro
TUTOR(A)



CERTIFICACIÓN

Que, **María Alejandra Romero Asqui** con CC: 0605057173, estudiante de la Carrera de **PSICOLOGIA CLINICA**, Facultad de **CIENCIAS DE LA SALUD**; ha trabajado bajo mi tutoría el trabajo de investigación titulado " Influencia de las redes sociales en la autoestima y la imagen corporal en estudiantes universitarios", cumple con el 9 %, de acuerdo al reporte del sistema Anti plagio **COMPILATIO**, porcentaje aceptado de acuerdo a la reglamentación institucional, por consiguiente autorizo continuar con el proceso.

Riobamba, 15 de octubre de 2025


Mgs. Carolina Guijarro
TUTOR(A)

DEDICATORIA

Siempre he creído que, detrás de cada gran esfuerzo, hay una recompensa y hoy puedo confirmarlo. Tras un largo camino al fin se ve la meta y es mucho mejor de lo que esperé. Este logro no solo representa un objetivo cumplido, sino también la suma de valiosas experiencias, anécdotas, aventuras, amistades, conocimientos y mucho más.

Por eso, quiero dedicar esta victoria a quienes estuvieron a mi lado en cada etapa, animándome a seguir cada día. Esto es por y para ustedes: Mónica y Wilson, mis amados padres y pilares fundamentales; a Cristina y Dayana, mis inseparables compañeras de vida; a mi querida Mamita Lola, mi ángel eterno, quien siempre cuidó de mí y fue parte esencial de la persona que soy hoy; y a mi ñañita Matilde, tía, abuela y amiga fiel. Extiendo también mi gratitud a toda mi adorada familia, que de una u otra manera siempre me ha brindado su apoyo, así como a mis amigos más cercanos Kevin, Alejandra, Pablito y Cristopher, con quienes compartí momentos inolvidables que me dejaron grandes enseñanzas. Finalmente, dedico este trabajo a mis profesores y a mi estimado tribunal, quienes han sido parte fundamental de este proceso.

Daniela Yamilex Medina Gavilanes

Este trabajo de investigación lo confío a Dios y a la Virgen Dolorosa, quienes han sido mis guías para tomar buenas decisiones y orientar mi actuar a lo largo de la vida. A mis padres Rocío Asqui y Víctor Romero, por los valores que me han inculcado y que hoy son la base de mi vida; gracias a su ejemplo he aprendido que los sueños se alcanzan con esfuerzo, disciplina y confianza en Dios. Dedico también este logro a mis abuelitos Carmen, Julio y Víctor, que no me acompañan físicamente, pero su recuerdo siempre está presente en mi corazón, así como a mi abuelita Enriqueta, que con su ternura y oraciones me ha demostrado que la verdadera fortaleza nace del corazón.

De igual manera, a mi hermano Steven, quien no es solo un apoyo para mí, sino que es un ejemplo de superación y constancia. A mi querida Pachita, que con su cariño, compañía e inocencia llena de alegría mis días más cansados y me recordó la belleza de las pequeñas cosas. A Diego, que con su apoyo discreto, pero firme, me ayudó a mantener la fe en mis capacidades y se convirtió en un soporte importante en los momentos de dificultad. Finalmente, a mis amigos, familia y personas con quienes compartí tantos momentos de crecimiento que me han permitido llegar hasta este momento.

María Alejandra Romero Asqui

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios y a la Virgencita por bendecirme, guiarme y levantarme en los momentos en que más lo necesité. A mis padres Mónica y Wilson, por ser un ejemplo constante de perseverancia y bondad. A mis hermanas Cristina y Dayana, por ser mis confidentes incondicionales, a mi querida abuelita Lola, quien desde muy pequeña me inculcó la empatía y el amor hacia los demás, a mi compañera de tesis y mejor amiga Alejandra, por su amistad sincera y lealtad inquebrantable. A mi querido tribunal: Mgs Jenifer Llanga, Phd. Soledad Fierro y Dra. Isabel Cando por ser más que maestras y enseñarme a crecer como persona y a mi tutora Mgs. Carolina, por su paciencia y compromiso para guiarnos en este proceso.

Daniela Yamilex Medina Gavilanes

A Dios, por ser mi guía y fuente de sabiduría para cursar una carrera universitaria, la virgen María, por ser mi fortaleza para superar los momentos de dificultad, a mis padres Rocío Asqui y Víctor Romero por cada sacrificio y mi hermano Steven Romero, por su apoyo. A mi compañera de tesis por compartir conmigo este camino lleno de aprendizajes, desafíos y alegrías. Finalmente, a mi tutora la Mgs. Carolina Guijarro por compartir sus conocimientos y su dirección para el desarrollo de esta investigación.

María Alejandra Romero Asqui

ÍNDICE GENERAL

DECLARATORIA DE AUTORÍA	
DICTAMEN FAVORABLE DEL PROFESOR TUTOR	
CERTIFICADO DE LOS MIEMBROS DEL TRIBUNAL	
CERTIFICADO ANTIPLAGIO	
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE FIGURAS	
RESUMEN	
ABSTRACT	
CAPÍTULO I. INTRODUCCION.....	15
OBJETIVOS.....	18
GENERAL	18
ESPECÍFICOS	18
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.....	19
ANTECEDENTES.....	19
REDES SOCIALES.....	20
PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA.....	25
USO DE REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA.....	30
CAPÍTULO III. METODOLOGIA.....	31
TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	31
NIVEL DE INVESTIGACIÓN	31
ESTRATEGIAS DE BÚSQUEDA.....	31
EXTRACCIÓN DE DATOS	31
SELECCIÓN DE ESTUDIOS	32
EVALUACIÓN DE CALIDAD	34
CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	41

CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	42
DISCUSIÓN.....	49
DISCUSIÓN.....	56
CAPÍTULO V. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	58
CONCLUSIONES	58
RECOMENDACIONES	58
BIBLIOGRAFÍAS.....	60
ANEXOS	67

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Criterios de selección de los documentos científicos	32
Tabla 2 Criterios de exclusión de los documentos científicos.....	32
Tabla 3 Evaluación de la calidad metodológica de los documentos científicos.....	34
Tabla 4 Tipo de uso que dan los universitarios a las redes sociales	42
Tabla 5 Relación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios	50

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Ciclo de la procrastinación académica.....	30
Figura 2 Diagrama de flujo PRISMA 2020.....	33

RESUMEN

El uso de redes sociales es beneficioso para la comunicación inmediata, sin embargo, se evidencian consecuencias como en el desempeño académico, por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo analizar el uso de las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes universitarios. Esta investigación es de tipo documental, de tipo bibliográfico y nivel descriptivo, se utilizó la metodología PRISMA para garantizar la calidad de selección del material, inicialmente se contó con 1387 artículos científicos de las bases de datos Web of Science, Scopus, Pubmed, ResearchGate y Scielo, se utilizaron operadores booleanos (“social media” AND “academic procrastination”) considerando publicaciones del periodo 2015-2025. Finalmente, se seleccionaron 20 artículos por medio de la matriz de calidad metodológica Critical Review Form-Quantitative Research (CRF-QS). Entre los resultados más relevantes, se observó que la mayoría de los estudiantes universitarios utilizan las redes sociales con fines recreativos o de ocio y en menor medida para temas académicos, es por ello que existe una correlación positiva entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, es decir, a mayor uso de plataformas digitales, mayor será la postergación de responsabilidades de los estudiantes, además la aparición de la procrastinación académica no depende de las variables sociodemográficas, sino del uso que les den a las redes sociales.

Palabras clave: redes sociales, procrastinación académica, medios digitales, plataformas digitales, postergación de actividades.

ABSTRACT

The use of social media is beneficial for immediate communication. However, there are evident consequences, such as a negative impact on academic performance. Therefore, this study aims to investigate the relationship between social media use and academic procrastination among university students. This research is documentary, bibliographic, and descriptive in nature. The PRISMA methodology was used to ensure the quality of material selection. Initially, there were 1,397 scientific articles from Web of Science, Scopus, PubMed, ResearchGate, and Scielo databases. Boolean operators ('social media' AND 'academic procrastination') were used. Publications were considered from the period 2015-2025. Finally, 20 articles were selected using the Critical Review Form-Quantitative Research (CRF-QS) methodological quality matrix. The findings indicate that most university students primarily use social media for recreational or leisure purposes, rather than for academic purposes. Thus, a positive correlation exists between social media use and academic procrastination. In other words, the more students use digital platforms, the more they procrastinate on their responsibilities. Furthermore, the occurrence of academic procrastination does not depend on social demographic variables. It depends on how students use social media.

Keywords: social media, academic procrastination, digital media, digital platforms postponement of activities



Reviewed by:

Mgs. Jessica María Guaranga Lema

ENGLISH PROFESSOR

C.C. 0606012607

CAPÍTULO I. INTRODUCCION.

La tecnología evolucionó el mundo, transformando la comunicación, el trabajo y el aprendizaje. Los jóvenes se encuentran inmersos en un ecosistema digital, del cual las redes sociales ocupan el primer lugar, brindando acceso a varias plataformas como Tik Tok, Instagram, Facebook, Whatsapp, entre otras que pueden ser beneficiosas o contraproducentes (Andreassen et al., 2016).

La mala utilización de estas plataformas digitales, afecta varias esferas del desarrollo, como el área cognitiva, que estimula habilidades de búsqueda de información, pensamiento crítico y resolución de problemas al facilitar el acceso a contenidos educativos y debates académicos, sin embargo, el uso excesivo reduce la capacidad de atención sostenida, afectando a la memoria de trabajo, la capacidad de concentración en tareas complejas y la profundidad del procesamiento cognitivo (Wilmer et al., 2017).

Por otro lado, en el ámbito emocional se asocia con mayores niveles de ansiedad y depresión, especialmente por la comparación social y la búsqueda de validación, no obstante, puede ser una herramienta de apoyo emocional al mantener conexiones significativas (Primack et al., 2017). En el área académica se evidencia una influencia en el intercambio de información, mejorando el aprendizaje colaborativo, no obstante, genera distracciones, reduce el rendimiento y si se utiliza de manera excesiva puede afectar a las relaciones interpersonales y provocar aislamiento social (Cabral y Ramos, 2021).

De la misma manera, su uso excesivo puede vincular a la procrastinación académica, afectando negativamente el rendimiento de los estudiantes. Investigaciones recientes indican que diferentes plataformas como Tik Tok disminuyeron la capacidad de concentración y aumentan la postergación de tareas académicas (Aguilar, 2021).

La procrastinación, es entendida como el retraso voluntario de tareas importantes, por lo tanto, puede convertirse en un problema académico, debido a que afecta la capacidad de los estudiantes para cumplir sus responsabilidades, por la distracción que genera el uso de las redes sociales (García y López, 2022). También, se evidencia de manera general en el bajo rendimiento académico, aumentando la probabilidad de abandono de estudios, por otro lado diversas investigaciones han determinado que el uso de redes sociales con fines no académicos, reduce el tiempo que se dedica al estudio y afecta a la calidad del aprendizaje (Rozgonjuk et al., 2020). Según Al-Menayes (2015), estas conductas se reflejan en las entregas tardías, el menor dominio de contenidos y calificaciones deficientes.

Es por ello que, en Indonesia se realizó un estudio sobre la procrastinación académica y las redes sociales, en donde se evidenció la existencia de una correlación significativa entre las variables, lo que indica que, un mayor uso de redes sociales genera ansiedad, arrepentimiento y distracción, afectando su rendimiento académico. Por lo que, se confirma que el uso de celular y redes sociales es uno de los principales factores que influyen en la conducta (Muslikah et al., 2018).

El uso desmedido de redes sociales responde a la búsqueda de placer inmediato y la evasión de responsabilidades, consolidando un patrón perjudicial que limita su capacidad de gestión del tiempo, esta situación no solo afecta el desempeño académico, sino también la salud mental, al relacionarse con ansiedad social, baja autoestima y una dependencia creciente de los dispositivos móviles, con los cuales se evidencian la necesidad de abordar de manera integral el impacto de las redes sociales en la vida estudiantil en Indonesia (Muslikah et al., 2018).

En un estudio realizado en México con estudiantes universitarios de la carrera de mercadotecnia, reveló que el 78% de los estudiantes presentaron niveles altos de procrastinación académica, asociada principalmente al uso excesivo de redes sociales. Así el 65% dedicaba más de 4 horas a plataformas digitales, principalmente: facebook, instagram y tik tok, lo que reducía su tiempo efectivo de estudio, la correlación entre el uso de redes sociales y procrastinación demuestra una fuerte relación. También, el 83% de los procrastinadores frecuentes demostraron un impacto negativo en sus calificaciones, y el 57% reconoció que revisaba sus redes sociales incluso durante horas destinadas a tareas académicas (Aguirre et al., 2024).

Esto se ha convertido en una problemática generalizada, especialmente entre los jóvenes, afectando tanto su desempeño académico como su esfera emocional, una gran parte de la población pasa varias horas al día conectada a múltiples plataformas digitales, lo que no solo incrementa la procrastinación, sino que también perjudica la calidad del sueño, la salud mental y las relaciones interpersonales, puesto que la facilidad para acceder a estos medios conlleva a un patrón de comportamiento que se relaciona con el estrés, sentimientos de culpa y algunos trastornos ya mencionados, incentivando la implementación de hábitos dañinos (Aguirre et al., 2024).

Un ejemplo de ello se evidencia en Ecuador, mediante un estudio sobre la adicción a redes sociales y su influencia en la procrastinación académica, en el que se encontró que, a mayor adicción a las redes sociales, mayor procrastinación, es así como el uso compulsivo de las plataformas digitales desvía la atención y el tiempo de los estudiantes de sus

responsabilidades académicas, generando un patrón de postergación de tareas que afecta negativamente su rendimiento, bienestar emocional y trayectoria educativa, esto sugiere que la gratificación inmediata que provocan las redes sociales actúa como distractores que desvían la atención de los deberes académicos y se fomenta su aplazamiento (Mendoza, 2024).

La investigación toma relevancia al analizar la relación del uso de redes sociales y la procrastinación académica, un tema de creciente interés en estudiantes universitarios. Este proyecto investigativo se desarrollará por dos estudiantes, esto se debe a la complejidad del estudio al ejecutar los criterios científicos para realizar una revisión bibliográfica exhaustiva en bases de datos de alto impacto con el fin de incrementar su rigor metodológico, mejorando la eficiencia del proceso y elevar el nivel académico por medio del aporte de distintas perspectivas y a su vez se destaca la necesidad de formular estrategias eficientes para mitigar los efectos negativos y mejorar la gestión del tiempo entre los estudiantes universitarios.

Asimismo, la factibilidad de esta revisión radica en la amplia disponibilidad de estudios previos que abordan la relación entre el uso desmedido de redes sociales y la procrastinación académica, lo que proporciona un marco teórico sólido que servirá como respaldo para las conclusiones del estudio, además se podrán identificar patrones y tendencias que contribuyan a un futuro diseño de herramientas prácticas para mitigar los efectos negativos del uso desmedido de estas plataformas y a su vez promover una utilización saludable y consciente porque ofrecen numerosos beneficios, como la facilidad para comunicarse y acceder a información de manera instantánea.

La etapa universitaria es crucial para el crecimiento tanto profesional como personal, se realizará esta investigación con la finalidad de comprender cómo las redes sociales influyen en la optimización del tiempo y la priorización de actividades, en este caso las académicas, siendo un punto de partida para la creación de intervenciones que mejoren el desempeño educativo. Una gran parte de los universitarios al pasar varias horas en plataformas como TikTok, Instagram o WhatsApp, tienen distracciones constantes que perjudican su concentración, la cual genera la postergación de tareas importantes, es decir que pueden entregar tarde los trabajos, tienen un bajo rendimiento académico, lo mismo que genera estrés porque dejan acumular sus pendientes y no se sienten satisfechos con su desempeño, entonces en base a este contexto, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es la relación del uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios?

Objetivos

General

- Analizar el uso de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios

Específicos

- Identificar el uso de las redes sociales de los estudiantes universitarios
- Describir la relación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica

CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO.

Antecedentes

En Pakistán, se llevó a cabo una investigación sobre el impacto del uso de las redes sociales en la procrastinación académica, con el propósito de analizar la posible relación entre ambos factores en los estudiantes, tuvo un enfoque cuantitativo y un diseño no experimental para la recolección de datos, se empleó un muestreo multietápico, obteniendo una muestra de 240 estudiantes (N=240) de distintos niveles educativos (intermedio, y posgrado) (Anwar et al., 2022).

Para este estudio se diseñó una hoja de datos demográficos, también para medir el tiempo dedicado a las redes sociales, los investigadores utilizaron la Escala de Uso del Tiempo en Redes Sociales (SONTUS) de Olufadi (2016) y la Escala de Procrastinación Académica (APS) de McCloskey (2011). De este modo, los resultados revelan una correlación positiva significativa entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, también se observó una relación inversa entre el nivel educativo y el tiempo dedicado a redes sociales, como la procrastinación académica, lo que sugiere que, a mayor nivel educativo, menor uso de redes sociales y menor procrastinación académica. (Anwar et al., 2022).

En Puebla, México, se realizó un estudio sobre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios durante el confinamiento por COVID-19. El objetivo fue identificar diferencias significativas entre hombres y mujeres en ambos fenómenos, así como analizar la relación entre ellos en el contexto de clases en línea, se adoptó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental, de corte transversal y ex post facto, con alcance exploratorio, descriptivo y correlacional, la muestra, seleccionada de manera no probabilística y por conveniencia, incluyó a 250 universitarios: 166 mujeres de 18 a 34 años y 84 hombres de 17 a 32 años, provenientes de diversas carreras y universidades del estado (Ramírez et al., 2021).

Para ello, se emplearon tres instrumentos principales: un cuestionario de datos sociodemográficos para recolectar información básica de los participantes, la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Social Media Addiction Scale – Student Form (SMAS-SF). En ambos casos a mayores puntuaciones, mayores serán los niveles tanto de postergación como de adicción. (Ramírez et al., 2021). Los resultados arrojaron diferencias significativas por sexo, los hombres reportaron menor autorregulación y las mujeres mayores problemas con las redes sociales, además, se identificaron correlaciones bajas a moderadas

entre procrastinación y la adicción a las redes sociales, lo que sugiere que un uso problemático de estas plataformas puede interferir con las actividades académicas (Ramírez et al., 2021).

En Perú, se realizó un estudio sobre la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de la selva peruana durante el segundo período académico de 2021, tuvo un diseño no experimental, de alcance correlacional y corte transversal, la población estuvo conformada por estudiantes matriculados en el semestre 2021-II de una universidad en Tarapoto, San Martín, seleccionando una muestra de 304 alumnos de las facultades de Ciencias Empresariales, Ciencias de la Salud e Ingeniería y Arquitectura, mediante un muestreo no probabilístico de sujetos voluntarios (Araujo et al., 2022).

Se aplicaron dos instrumentos: el Test de Procrastinación Académica de Busko, validado por Condori y Mamani y el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS), desarrollado por Escurra Mayaute y Salas Blas en 2014. Los resultados no mostraron una distribución normal. Entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica, las puntuaciones entre la mayoría de los estudiantes se ubicó en un nivel medio, lo que refiere a una ausencia de una correlación estadística significativa entre las dos variables principales, aunque sí se observó una correlación entre la adicción a las redes sociales con la autorregulación académica y la postergación de actividades (Araujo et al., 2022).

En Ica, Perú, se llevó a cabo una investigación acerca del impacto de las redes sociales en el comportamiento procrastinador académico, con el objetivo de analizar la correlación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de pregrado de la Universidad Nacional "San Luis Gonzaga", adoptó un enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo y un diseño metodológico no experimental. La población de estudio estuvo constituida 11,490 estudiantes matriculados en el año 2023 en la Universidad Nacional San Luis Gonzaga y una muestra de 371 participantes (Oré et al., 2025).

Para la recolección de datos se empleó la encuesta, pero aparte se utilizaron dos cuestionarios estructurados, la primera relacionada con la variable de redes sociales y 12 preguntas para la variable de procrastinación académica, así los resultados obtenidos indican una relación significativa entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, aunque con respecto al uso de redes sociales, los estudiantes se ubicaron predominantemente en los rangos bajo y medio de uso (Oré et al., 2025).

Redes Sociales

Definición.

Una red social es una plataforma en línea que facilita la interacción entre personas con intereses comunes, permitiendo compartir información, comunicación fácilmente y ampliar o mantener sus conexiones sociales (Troya et al., 2024). García y Arosemena (2023) consideran que las redes sociales son plataformas digitales que permiten a los usuarios compartir información, interactuar con diversos actores sociales, crear y difundir contenido, así como establecer vínculos en línea y formar comunidades.

Las redes sociales constituyen una nueva forma de comunicación directa y bidireccional, que complementa a los medios tradicionales y facilita una retroalimentación inmediata, se puede también compartir intereses, inquietudes y necesidades . Esto es posible gracias a que permiten a las personas conectarse a través de internet para compartir información y opiniones mediante aplicaciones web interactivas (Universidad del País Vasco, 2015; Rodado et al., 2021).

Redes sociales más utilizadas.

Según datos de Statista (2025), las redes sociales más utilizadas a nivel mundial, clasificadas por número de usuarios activos mensuales, son Facebook (3.049 millones), YouTube (2.491 millones), WhatsApp e Instagram (2.000 millones cada una), y Tik Tok (1.526 millones). Le siguen WeChat, Facebook Messenger, Telegram, Douying, Snapchat, Kuaishou y X. Por otro lado, en Ecuador, las plataformas más utilizadas son Facebook, Instagram, Tik Tok y Twitter, siendo Facebook la más visitada y la red social con mayor tiempo empleado al día. (Guartán y Mocha, 2023)

- **Facebook:** Es una plataforma de redes sociales que permite a los usuarios crear perfiles, conectarse con amigos y compartir contenido multimedia. Fue creada el 4 de febrero de 2004 por Mark Zuckerberg y sus compañeros en Harvard, en un inicio fue creada como una red social universitaria, pero evolucionó hasta convertirse en una plataforma global para facilitar la conexión entre personas y comunidades (Mateu, 2024).
- **YouTube:** Es una plataforma digital para compartir videos que permite a los usuarios subir, visualizar y comentar contenido audiovisual, creada por Steve Chen, Chad Hurley y Jawed Karim en febrero de 2005, se convirtió en una herramienta clave para el aprendizaje autodidacta, el marketing y la comunicación digitales (Merlos, 2021).
- **WhatsApp:** Es una aplicación de mensajería instantánea que permite a los usuarios enviar mensajes de texto, voz, imágenes y videos, se creó en 2009 por Jan Koum y Brian Acton, siendo una de las plataformas de comunicación más utilizadas a nivel mundial en entornos educativos, laborales y recreativos, debido a su facilidad de uso y su enfoque en la comunicación directa y en tiempo real (Besalú et al., 2019).

- **Instagram:** Es una plataforma que se enfoca en compartir imágenes y videos con una fuerte carga visual, fue creada por Kevin Systrom y Mike Krieger el 6 de octubre de 2010, se convirtió en un espacio clave para la expresión personal, el marketing digital, la creación de marca y la interacción social, especialmente entre jóvenes y creadores de contenido visual (Merlos, 2021).
- **Tik Tok:** Este medio digital fue desarrollado por una empresa china, “ByteDance” en el año de 2016, en septiembre, con el objetivo de compartir videos cortos que permite a los usuarios crear, editar y compartir clips musicales, humorísticos o informativos favoreciendo la creatividad, la viralización de esos contenidos y la participación en una mayoría de adolescentes y jóvenes, con fines de entretenimiento y expresión cultural (Torres et al., 2021).

Uso de las redes sociales.

Según Lupano et al. (2022) las personas emplean las redes sociales con fines recreativos y laborales. El uso recreativo comprende actividades como ver videos, utilizar buscadores, explotar productos, leer noticias, realizar compras y mantener conversaciones en línea, en contraste, el uso laboral está relacionado con tareas como trabajar, enviar y leer correos electrónicos, realizar transacciones bancarias y participar en videollamadas.

Con fines recreativos.

Se caracteriza por un acceso diario e intensivo, centrado principalmente en la interacción con amigos y familiares, lo que evidencia una preferencia por la sociabilidad cercana y el entretenimiento, en el caso de los jóvenes, las emplean como un medio lúdico más que como una herramienta de participación pública o expresión política, actividades que apenas realiza la minoría, aunque reconocen que sus opiniones pueden influir en asuntos concretos, como la valoración de productos o servicios, evitan emitir juicios en temas sensibles por temor a reacciones negativas (López et al., 2020).

Con fines laborales.

Representa una herramienta relevante dentro de las organizaciones modernas, ya que facilita el intercambio de información entre empleados, proveedores y clientes para fortalecer la comunicación interna, fomentar la colaboración y promover la iniciativa laboral, siempre que su uso esté alineado con los objetivos institucionales. Estudios señalan que cuando los empleados son capaces de distinguir entre el uso profesional y recreativo, su desempeño laboral mejora, ya que logran integrar estas tecnologías de forma estratégica en sus tareas cotidianas (Rojas et al., 2023).

Kuss y Griffiths (2017) clasifican el uso de las redes sociales en formas activas, pasivas y problemáticas o adictivas:

Uso activo.

Implica publicar, comentar o interactuar con otros usuarios, esto generalmente se asocia con efectos positivos en adultos jóvenes como el fomentar la satisfacción con la vida, la construcción de identidad y el fortalecimiento de vínculos sociales, lo que influye de manera directa con la autorrealización y la autoestima con la necesidad de la validación social a través de “me gusta” y comentarios.

Uso pasivo.

Consiste en observar contenido sin interactuar, puede tener consecuencias negativas, como comparaciones sociales desfavorables, sentimientos de soledad y baja autoestima, aunque en algunos usuarios jóvenes ofrece entretenimiento o evasión, el uso pasivo prolongado disminuye el bienestar subjetivo porque no satisface la necesidad de comunicación humana genuina y la naturaleza receptiva, silenciosa de este tipo de participación puede conducir a una percepción distorsionada de la vida de los demás, intensificando el malestar emocional.

Uso problemático o adictivo.

Se manifiesta cuando el comportamiento se vuelve compulsivo y causa un deterioro funcional en la vida diaria, afectando distintas áreas del individuo, se caracteriza por síntomas similares a los de adicciones tradicionales, como la saliencia, la tolerancia, el síndrome de abstinencia y los conflictos interpersonales. La tolerancia se evidencia en la necesidad creciente de pasar más tiempo en redes para obtener satisfacción, mientras que la abstinencia se manifiesta como ansiedad, irritabilidad o tristeza cuando no se puede acceder a ellas. (Tejada et al., 2023)

Este patrón de uso interfiere significativa en la vida cotidiana, provocando descuido de responsabilidades académicas, familiares y personales, así como el abandono de otras actividades importantes. Factores como el FOMO (miedo a perderse algo) y la nomofobia (miedo estar sin teléfono) también están estrechamente vinculados a esta adicción y contribuyen al desarrollo de problemas como ansiedad, depresión y bajo rendimiento académico, lo que convierte este uso en un riesgo significativo para la salud mental, especialmente en adultos jóvenes que viven conectados de manera constante (García Aguilar y Arosemena, 2023)

El uso problemático de las redes sociales surge cuando estas, a pesar de sus múltiples beneficios como la socialización, el entretenimiento y la conexión constante, comienzan a

generar efectos negativos en la vida cotidiana de los usuarios, sin definirla solo por la cantidad de horas dedicadas, sino por el impacto que tiene en el bienestar emocional, la percepción de la realidad y la calidad de relaciones personales. Entre los riesgos asociados se encuentran la creación de identidades ficticias, el ciberacoso, la ansiedad, la pérdida de privacidad y la confusión entre la vida virtual y real, lo que es preocupante entre los jóvenes, que tienen una alta participación en estas plataformas y para quienes el uso excesivo puede derivar en comportamientos compulsivos o en una dependencia emocional (Marín et al., 2019).

El uso adictivo o problemático de estas plataformas puede convertirse en una fuente importante de distracción dentro del entorno laboral, generando consecuencias negativas como una disminución del rendimiento, incumplimiento de tareas, distracción constante y la aparición de síntomas propios de una adicción conductual, tales como irritabilidad, aislamiento social y un deterioro general del bienestar, dichos efectos repercuten directamente en la calidad del trabajo, la atención durante reuniones y el logro de los objetivos organizacionales (Rojas et al., 2023).

Ventajas y Riesgos de las redes sociales.

En la actualidad, las redes sociales ocupan un lugar central en la vida universitaria, tanto en el ámbito académico como en lo personal. Los jóvenes de entre 19 y 25 años representan el grupo que más uso hace de estas plataformas, con un promedio de 2.56 redes por persona y un 41% que utiliza al menos dos. En contraste, el 58% de los usuarios mayores de 36 años que están activos en redes sociales se limita a usar solo una plataforma en promedio (Urueña et al., 2011).

Las redes sociales son mucho más que espacios de ocio y distracción, cuando se utilizan de forma adecuada porque pueden convertirse en entornos dinámicos y naturales para el aprendizaje, incorporándolos en contextos educativos para fortalecer el trabajo colaborativo entre docentes y estudiantes, asimismo, fomenta el intercambio de experiencias y facilita la construcción conjunta del conocimiento, aunque están profundamente integradas en la vida cotidiana de muchos jóvenes, estas plataformas ofrecen oportunidades valiosas para renovar y enriquecer los métodos tradicionales de enseñanza (González y Martín, 2020).

Por otro lado, las redes sociales brindan beneficios significativos para el aprendizaje personal, facilitan el acceso inmediato a conocimientos de alcance global, permiten la participación activa en eventos relevantes sin importar la ubicación geográfica y brindan la posibilidad de compartir y construir la información en tiempo real, promueven la

actualización constante, fomenta la creación de contenidos propios, transformando a profesores y estudiantes en actores activos del proceso educativo, sin embargo, para aprovechar plenamente estas oportunidades, es fundamental desarrollar competencias digitales e informacionales que permitan gestionar de forma crítica y eficaz del flujo constante de datos en estos entornos (González y Martín, 2020).

También, representan una herramienta valiosa en el ámbito educativo por sus múltiples beneficios como el fortalecimiento de la competencia digital del estudiante, infunde el aprendizaje colaborativo, facilita el contacto con personas de diversos contextos sin limitaciones de tiempo/espacio y extiende el proceso de aprendizaje más allá del aula, también promueven el uso de nuevos códigos comunicativos, facilita la participación de estudiantes con mayor dificultad para expresarse, incrementan la motivación al incorporar medios cercanos a su realidad y estimulan la interacción, el debate y la búsqueda autónoma de información. (Alcívar, 2019)

El uso de redes sociales también presenta riesgos, un uso inadecuado, junto con la ausencia de políticas que regulen su implementación, puede generar actitudes negativas, especialmente si los usuarios las perciben solo como medios de ocio, pueden fomentar la dependencia y la adicción, sobre todo cuando el uso se vuelve irresponsable, es decir que el mal manejo técnico y el desconocimiento de medidas de seguridad y privacidad pueden derivar en problemas graves como el cyberbullying, el sexting o la sextorsión, incluso existe el riesgo de una mera transmisión de contenidos sin una estrategia clara para su uso y producción, así como una sobrecarga de información (González y Martín, 2020).

Sin embargo, se reconoce que estas herramientas digitales sirven como un complemento didáctico, a pesar de que no sustituyen los instrumentos pedagógicos fundamentales, es por esa razón que estas limitaciones se pueden gestionar por medio del docente, si planifica su integración de manera estratégica, estableciendo objetivos claros, instrucciones precisas, criterios de evaluación definidos y límites de uso bien comunicados (Limas y Vargas, 2021).

Procrastinación Académica

Definición.

La procrastinación es el aplazamiento voluntario de responsabilidades que tienden a ser desagradables, complejas e incluso importantes, a pesar de conocer las consecuencias negativas que abarca, es decir que muchas de las veces las actividades que son prioridad, son reemplazadas por otras que son más agradables, por esa razón la evasión afecta a la

productividad al actuar sobre la capacidad de autorregulación y por ende al bienestar emocional por el miedo al fracaso e incluso síntomas ansiosos (García y Silva, 2019).

La tendencia a que la postergación de las actividades sea más frecuente, a pesar de conocer las consecuencias que conlleva, en varias ocasiones se relaciona con aspectos más psicológicos como la desmotivación y estrés sobre todo por la búsqueda del placer inmediato, este aspecto es parte de la naturaleza humana, pero cuando se convierte en un hábito las esferas de desarrollo se verán afectadas, sobre todo porque se instaura desde tempranas edades como la adolescencia (Ovando y Rodríguez, 2024).

Tipos de procrastinación.

Atalaya y García (2019) identifican dos tipos de procrastinación, que se explican a continuación:

Procrastinación general.

De manera genérica se comprende a la procrastinación como el aplazar tareas que en sí no son llamativas y por ende carecen de motivación, entonces produce sensaciones de incomodidad y malestar personal, en su mayoría se reemplazan las actividades prioritarias por actividades sociales a pesar de reconocer cuales son las obligaciones y retrasan la ejecución de los trabajos que tienen un tiempo determinado de presentación.

Procrastinación académica.

En el ámbito educativo no existe una sola forma de procrastinación, es por eso que una de ellas se evidencia al posponer las tareas porque se considera que no cumplen con propios parámetros de calidad, hay otros casos que viven en ensoñaciones y no se concentran en sus responsabilidades, también existen personas que sienten miedo por las consecuencias y por ende evitan involucrarse, otros estudiantes que culpan al resto por los retrasos o incluso la atención se dispersa, es decir que realizan varias actividades, pero ninguna la completan.

Este comportamiento va a generar sentimientos de ansiedad que se van a relacionar con las obligaciones, si bien es cierto no pertenecen específicamente en una etapa de la formación educativa, pero en general afecta al rendimiento académico de manera negativa, al igual que al bienestar general, por lo cual, se asocia con un menor desempeño escolar, lo que acarrea al abandono de los estudios por la insatisfacción con su proceso académico (Balkis y Duru, 2017).

Se consideraba a la procrastinación como la capacidad de administrar el tiempo de manera eficiente, lo que incluye el autocontrol, organización, planificación y aspectos relacionados con la compulsividad y organización. A su vez se considera como una conducta influenciada por el contexto, es así como no solo afecta a la realización de tareas, sino

también a la autopercepción acerca de la eficacia, intensificando la procrastinación (Garzón y Gil, 2016).

Tipos de procrastinación académica.

Según Rodríguez y Clarina (2017) la procrastinación académica se presenta de dos maneras:

Esporádica.

Este tipo de procrastinación se caracteriza porque solo se relaciona a la postergación de tareas específicas a causa de malas gestiones con respecto al tiempo para organizar las actividades, en este caso escolares.

Crónica.

Contrapuesta a la procrastinación esporádica, este tipo de conducta se cronifica, es decir que llega a convertirse en un hábito persistente que se distingue por retrasar de manera constante el compromiso con el estudio.

Dimensiones de la procrastinación académica.

Autorregulación Académica.

La autorregulación académica es la capacidad para planificar y controlar el aprendizaje por medio de la monitorización y ajuste de procesos cognitivos, conductuales y emociones, en este caso utilizan distintas estrategias para alcanzar metas en el ámbito educativo (García, 2012). Asimismo, Garzón et al., (2018) considera que habilidades como el establecimiento de objetivos alcanzables, organización del tiempo y la capacidad de compactar aprendizajes previos son parte de la adaptación a las diferentes demandas que se vayan presentando a lo largo de la vida.

Esta dimensión se encuentra relacionada con factores más personales como la motivación y la autoeficacia porque los estudiantes muestran un mayor compromiso, por eso se considera fundamental para promover habilidades de aprendizaje autónomo para asegurar el éxito a largo plazo y de ese modo estar mejor preparados para la vida a nivel personal y profesional (Pintrich, 2000).

Postergación de actividades.

Se determina como una decisión consciente en la que se priorizan actividades dependiendo de su importancia y brevedad, pero que a su vez el retraso de las otras tareas no se vea afectadas y no generen consecuencias negativas ni malestar emocional. Es decir que en el aplazamiento de dichas actividades hay un buen manejo del tiempo, mientras que en la procrastinación se ve afectada la esfera emocional, por lo cual se pueden presentar complicaciones ya sea en el inicio o fin de las tareas (Díaz, 2019).

No obstante, hay estudios que consideran a la postergación de actividades como el retraso de trabajos o entrega de trabajos incompletos sin tener alguna razón justificada, que como consecuencia desata sintomatología ansiosa debido a la falta de confianza en las propias capacidades, en este caso por la entrega de tareas académicas y por ende las calificaciones son desfavorables (Ayala et al., 2020).

Causas de la procrastinación.

Entre las causas principales de la procrastinación se encuentra la deficiencia de autorregulación, esto se debe a que los tienden al aplazamiento de las tareas por factores emocionales o incluso porque prefieren realizar actividades que son más placenteras, afectando el desempeño académico y en el ámbito emocional genera desmotivación que puede expresarse como esa dificultad para mantener el interés o entusiasmo en ciertas actividades, lo que provoca que el individuo no responda emocionalmente en su entorno y potencializa esta conducta evitativa (Mendoza, 2022).

Las causas para explicar este fenómeno son diversas y pueden presentarse más de una en un mismo caso, entre ellas se encuentra el problema de autorregulación personal, lo cual crea el temor al fracaso, la falta de motivación y problemas con la organización del tiempo e incluso el perfeccionismo, aunque otros aspectos se relacionan con la percepción que se tiene de las tareas, algunas no son importantes, no obtienen una recompensa inmediata o son consideradas difíciles de realizar por lo cual requiere más esfuerzo para su realización (Moreta y Duran, 2018).

Sin embargo, estudios mencionan la influencia de factores internos y externos del individuo, entre los que se destaca la falta de autocontrol, problemas para evitar distracciones durante el aprendizaje y no saber definir prioridades, estas causas a su vez se relacionan con factores de crianza como la sobreprotección al no permitir desarrollar la autonomía y responsabilidad. Finalmente, relacionado con el ambiente está el no tener un espacio adecuado para estudiar, cuando las instrucciones no son claras, hay escasas relaciones interpersonales y las exigencias sobre los trabajos son demasiadas, sobre todo cuando no existe una buena forma de enseñanza (García y Silva, 2019).

Consecuencias de la procrastinación.

En los estudiantes universitarios las consecuencias más frecuentes se relacionan con el desempeño académico, destacando el abandono de los estudios y el malestar emocional como la ansiedad, frustración, depresión, baja autoestima e incluso enojo, con el pasar del tiempo se abre la posibilidad de que se convierta en un hábito, que es perjudicial (Casasola, 2022).

Asimismo, las afectaciones se producen también a nivel físico porque el agotamiento, constante inquietud y cambios en el estado de ánimo. A nivel psicológico los individuos experimentan ansiedad, estrés, culpa frustración y desesperanza, considerando que en la parte educativa se reducen los tiempos que están destinados para el estudio, la impulsividad, el bajo rendimiento académico que se refleja en bajas calificaciones, pérdidas de oportunidades hasta el punto de reprobar (Ocampo, 2017).

De este modo, el uso de las redes sociales genera un descuido de las actividades de los usuarios al momento de pasar más tiempo conectados que dedicándolo a la realización de tareas prioritarias o incluso sacrificando el descanso. Otra consecuencia es que luego de un tiempo puede volverse perjudicial, es que disminuye el interés por obligaciones académicas, sobre todo en los adolescentes que postergan las actividades diarias, en algunos casos las sustituyen por otras menos importantes, pero más satisfactorias, lo que se conoce como procrastinación (Condori y Mamani, 2016).

Ciclo de la procrastinación académica.

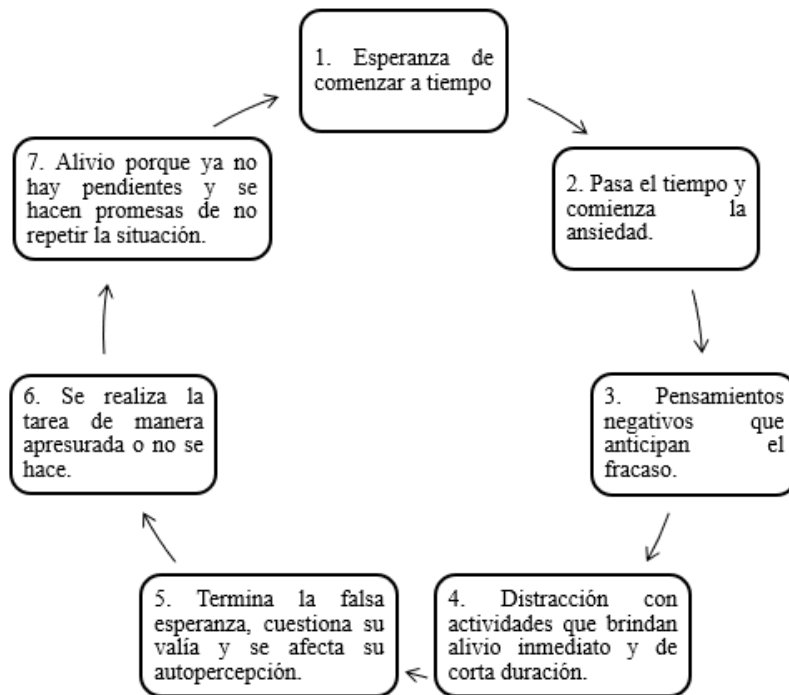
Los estudiantes en su mayoría experimentan inestabilidad emocional e incongruencia entre lo que hacen y lo que dicen, esto produce frustración y altera la percepción que tienen del tiempo. Como consecuencia, este patrón tiende a repetirse, iniciando con lapsos breves como pueden ser pocas horas y luego se va prolongando progresivamente hasta convertirse en un hábito que afecte durante varios años (Ricarte y Sacón, 2025).

El proceso inicia con la esperanza de comenzar una tarea con tiempo, aunque no se sientan capaces de realizarlo, luego cuando se acerca el momento se presenta sintomatología ansiosa, la cual va aumentando y la parte cognitiva, como la consciencia, comienza a presionar con la indicación de que se debe iniciar pronto, aunque hay tiempo. Conforme va quedando menos tiempo, la ansiedad se incrementa, pero junto a ella aparecen pensamientos negativos que anticipan el fracaso, eso hace que los sujetos se lamenten por no haber comenzado pronto y se distraigan con actividades que brindan alivio inmediato, pero son para evitar hacer la tarea principal (Guzmán, 2013).

Este tipo de actividades suelen ser de corta duración, pero que dan gratificación inmediata y un alivio momentáneo, por eso a medida que la situación se va complicando, existe la esperanza de que la tarea se realizará a tiempo y saldrá bien, pero cuando se va la esperanza, se cuestiona la propia valía, afectando la percepción que tiene de sí mismo, después llega un momento decisivo en el cual se realiza la tarea de manera apresurada para cumplir o acepta su derrota, aunque cada una aborda diferentes consecuencias. En el caso de realizarla, se da cuenta que no era tan difícil y se tranquiliza, a pesar de que el factor tiempo

juega un papel importante porque se prioriza la finalización y no la calidad, pero si no la hace la ansiedad empeora (Ricarte y Sacón, 2025).

Figura 1. Ciclo de la procrastinación académica



Uso de redes sociales y procrastinación académica.

El uso problemático de las redes sociales actúa como una distracción constante que disminuye la concentración, promueve la gratificación inmediata y desvía la atención de las tareas académicas, lo que afecta el compromiso con el estudio y favorece la procrastinación y la relación es más evidente en estudiantes universitarios, considerados nativos digitales, quienes acceden frecuentemente a plataformas desde diversos dispositivos. Las redes sociales capturan su atención con facilidad, reduciendo el tiempo dedicado al estudio, lo cual hace que presenten baja tolerancia a recompensas a largo plazo, separándolos de tareas que requieren esfuerzo sostenido y el uso excesivo responde también a necesidades emocionales, como la evasión y el entretenimiento, reforzando los hábitos de postergación académica (Segundio et al., 2017).

CAPÍTULO III.

Tipo de Investigación

La presente investigación fue de tipo bibliográfica, porque se basó en la recopilación y análisis de fuentes documentales como libros en línea, artículos científicos, estudios de posgrado, informes de organismos internacionales para la sustentación de las variables de estudio, lo que permite analizar de forma exhaustiva y crítica la evidencia científica disponible sobre la relación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica en universitarios.

Nivel de Investigación

Es de nivel descriptivo, por tal razón su objetivo principal es explorar y documentar el uso de redes sociales y la procrastinación en estudiantes universitarios para identificar patrones, tendencias y posibles asociaciones, sentando las bases para futuras investigaciones más profundas que puedan establecer relaciones de causalidad.

Estrategias de búsqueda

En la presente investigación se aplicó la metodología PRISMA para garantizar una revisión sistemática exhaustiva y rigurosa de la búsqueda de artículos científicos, que se realizó mediante bases de datos de alto impacto como Web of Science, Scopus y PubMed, pero también se tomó en consideración Scielo y ResearchGate con el objetivo de recopilar estudios relevantes para asegurar la calidad de la investigación y que la búsqueda sea más precisa se indagó con términos en inglés como “social media” OR “academic procrastination”, de ese modo se obtuvieron artículos que respondían a dos de los objetivos planteados, pero también se buscó como “social media” AND “academic procrastination” con la finalidad de obtener artículos para sustentar el último objetivo que aborda la relación entre las variables, pero a su vez se utilizaron filtros para limitar la cantidad de artículos, entre ellos está que la fecha de publicación no debe extenderse de los 10 años, deben ser de libre acceso, deben ser artículos ya sea en inglés o español.

Extracción de Datos

El proceso de extracción de datos, realizado por dos investigadoras, tiene como finalidad garantizar tanto la objetividad del estudio como la calidad de los artículos seleccionados. Para ello el primer investigador se centró en el análisis de la base de datos Scopus y PubMed, mientras que el segundo investigador realizó la búsqueda en Web of Science, Scielo y ResearchGate, dando paso a una selección más eficiente de artículos relevantes e importantes.

El flujograma PRISMA muestra los pasos realizados para la extracción de datos, iniciando desde la búsqueda de artículos científicos de alto impacto, en donde se obtuvo un total de 1387 documentos, de los cuales 15 fueron de la base de datos Web of Science, 595 de Scopus, 766 de PubMed, 9 de ResearchGate y 2 de Scielo. Posterior a ello, se eliminaron 6 registros duplicados, dejando 1381 documentos. También, se descartaron 1327 artículos que no comprendían las variables de estudio en el título, dejando un total de 54 documentos, de los cuales se excluyeron 31, debido a que no brindaban la información necesaria para la investigación

Finalmente, los artículos científicos fueron evaluados a través de la Escala Crítica Review Form Quantitative Studies (CRF-QS), de ese modo se eliminaron 3 artículos científicos que no cumplían con el puntaje esperado, dejando para la investigación un total de 20 documentos.

Selección de estudios

Los parámetros que se consideran para la selección de artículos cumplen con los criterios mencionados a continuación:

Tabla 1

Criterios de selección de los documentos científicos

-
- Documentos científicos divulgados entre los años 2015-2025.
 - Estudios cuantitativos.
 - Idioma inglés y español.
 - Base de indexación: Scopus, Web of Science, PubMed, Scielo y ResearchGate.
 - Uso de redes sociales y procrastinación académica en universitarios.
-

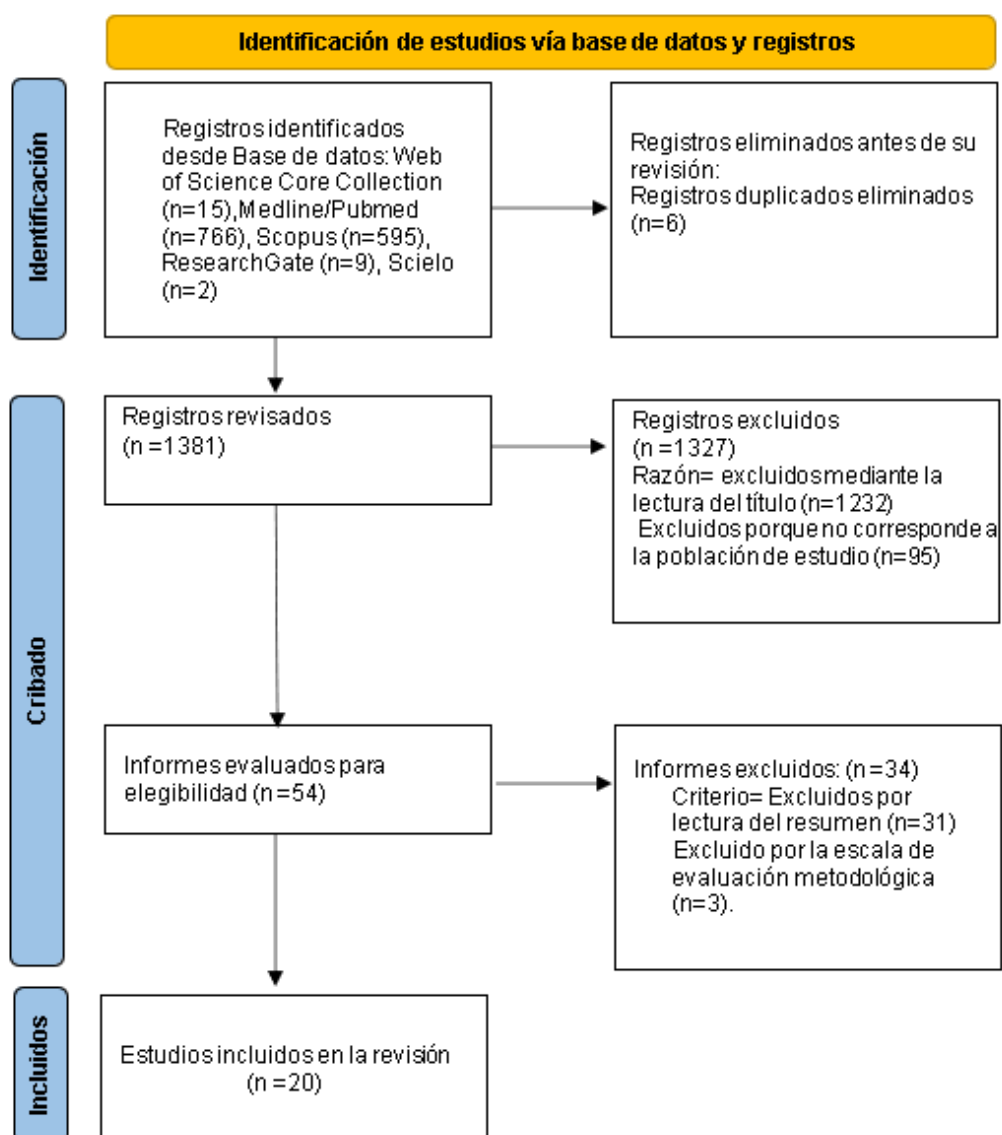
La exclusión de documentos se realizó por no contar con los siguientes requerimientos:

Tabla 2

Criterios de exclusión de los documentos científicos

-
- Trabajos que no tengan accesibilidad al texto completo.
 - Artículos que para su acceso solicitan un pago.
 - Estudios que no se enfocan en la población determinada.
 - Artículos cualitativos, mixtos o estudios teóricos.
-

Figura 2. Diagrama de flujo PRISMA 2020



Evaluación de calidad

Para garantizar la revisión, se evaluó la calidad metodológica de los estudios seleccionados mediante la Critical Review Form-Quantitative Studies (CRF-QS), una herramienta validada que permite valorar aspectos claves de la estructura de la investigación, incluido el análisis estadístico. Esta escala cuenta con un baremo específico que asegura una selección confiable de los artículos.

Tabla 3

Evaluación de la calidad metodológica de los documentos científicos

Puntuación CRF-QS																						
N°	Título	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	Total	Categoría
1	Correlation between social media addiction and academic procrastination in medical students at public and private medical colleges at Peshawar (Correlación entre la adicción a los medios sociales y la procrastinación académica en los estudiantes de medicina en las facultades de medicina públicas y privadas en Peshawar)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Muy buena Calidad

2	Does the association of social media use with problematic internet behaviours predict undergraduate students' academic procrastination? (¿La asociación del uso de las redes sociales con comportamientos problemáticos en Internet predice la procrastinación académica de los estudiantes universitarios?)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Muy buena calidad
3	Exploring the Association Between Social Media Disorder and Academic Procrastination of College Students: The Mediation Role of Intrusive Thinking and Fatigue (Exploración de la asociación entre el desorden de las redes sociales y la procrastinación académica de los estudiantes universitarios: El papel mediador del pensamiento intrusivo y la fatiga)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Muy buena calidad

4	Investigation of University Students' Problematic Social Media Use in Terms of Various Variables; (Investigación del uso problemático de los medios sociales por parte de los estudiantes universitarios en función de diversas variables;)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Muy buena calidad
5	Use of Social Networks by university students of the Faculty of Education (University of Extremadura) [Uso de las Redes Sociales por el alumnado universitario de la Facultad de Educación (Universidad de Extremadura)]	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Muy buena calidad
6	Predictive analysis of college students' academic procrastination behavior based on a decision tree model (Análisis predictivo del comportamiento de procrastinación académica de los estudiantes)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Muy buena calidad

	universitarios basado en un modelo de árbol de decisión)																					
7	The Use of Social Media for Student's Academic Life: Experience from Buhare Community Development Training Institute, Musoma, Tanzania (El uso de las redes sociales en la vida académica estudiantil: experiencia del Instituto de Capacitación para el desarrollo Comunitario de Buhare, Musoma, Tanzania)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Muy buena calidad
8	Indicators of Social Networking Addiction in College Students from Lima (Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	15	Buena calidad
9	Social Media and Academic Procrastination in College Students (Redes Sociales y procrastinación)	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	15	Buena calidad

	académica en estudiantes de la universidad)																					
10	Social media user Students' Academic Procrastination (La procrastinación académica en los estudiantes usuarios de redes sociales)	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	15	Buena calidad
11	Caught in the connection: Impact of social networks on academic procrastinating behavior (Atrapados en la conexión: Impacto de las redes sociales en el comportamiento procrastinador académico)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	15	Buena calidad
12	Impact of Social Media Use of University Students (El impacto del uso de las redes sociales en los estudiantes universitarios)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	15	Buena calidad
13	Academic Procrastination Among University Students in Saudi Arabia and Its Association with Social Media Addiction; (Procrastinación	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	15	Buena Calidad

	académica entre los estudiantes universitarios de Arabia Saudí y su asociación con la adicción a las redes sociales)																					
14	Problems generated by the use of technology in the universities (Problemas generados por el uso de la tecnología en los universitarios)	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	14	Buena calidad
15	Excessive use of Internet Social Networks and Academic Performance on UMSA Psychology students of the fourth year. (USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES DE INTERNET Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE CUARTO AÑO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA UMSA)	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	14	Buena calidad
16	The use of social media and its relationship to psychological alienation and academic	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	14	Buena calidad

	procrastination (El uso de los medios sociales y su relación con la psicología y la procrastinación académica)																					
17	Attitudes and use of internet and social networks in university students in Galicia: Personal and social implications (Actitudes y uso de internet y redes sociales en estudiantes universitarios/as de Galicia: implicaciones personales y sociales)	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	14	Buena calidad
18	Navigating The Social Media Abyss: Unraveling The Link Between Academic Procrastination And Social Media Addiction; (Navegar por el abismo de las redes sociales: desentrañar el vínculo entre la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	14	Buena calidad

Consideraciones éticas

La investigación realizada se fundamentó en los principios éticos que están orientados a un manejo responsable de la información científica, garantizando el respeto a la propiedad intelectual por medio de una correcta citación de todas las fuentes consultadas, es así como los artículos revisados y seleccionados están en consonancia con los objetivos planteados en el presente estudio.

CAPÍTULO IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la siguiente triangulación de datos se exponen los diferentes resultados obtenidos tras un análisis exhaustivo

En la tabla 4 se presentaron los resultados obtenidos en base al primer objetivo que es identificar el uso de las redes sociales de los estudiantes universitarios.

Tabla 4

Uso de las redes sociales de los estudiantes universitarios

No.	Título/Autores/año	Población o muestra	Instrumentos de evaluación	Proceso estadístico	Resultados principales
1	Uso de las Redes Sociales por el alumnado universitario de la Facultad de Educación (Universidad de Extremadura) (Cupido y Suárez, 2022)	Muestra: 76 estudiantes Muestreo no probabilístico por conveniencia	Cuestionario (datos sociodemográficos, uso general de redes sociales, y usos educativos específicos de WhatsApp, Instagram, Twitter, TikTok y Facebook)	Se utilizó estadística descriptiva (medias, modas, desviaciones típicas y varianza)	El 100% de los encuestados tiene un perfil en WhatsApp y el 96.1% en Instagram. WhatsApp es la red social más utilizada con fines de uso educativo, destacando su función de compartir opiniones (63.2%), buscar información útil (56.6%) y para pedir ayuda (52.6%) y enviar documentos (50%). Además, el 61.8 % de estudiantes le da un uso más social. En contraste, Instagram mostró un uso educativo más limitado, con una participación ocasional. Mientras que

							Facebook, Twiter y Tik Tok no son muy empleados con fines educativos.
2	Navigating The Social Media Abyss: Unraveling The Link Between Academic Procrastination And Social Media Addiction; (Navegar por el abismo de las redes sociales: desentrañar el vínculo entre la procrastinación académica y la adicción a las redes sociales)	Población estudiantes Muestra: estudiantes (Mujeres 79, Hombres 37) Muestreo no probabilístico por conveniencia	570 116 79, no por	Test de Adicción a Internet (IAT) Escala de Procrastinación Académica (EPA) de MacClosekey	Se utilizó la correlación de Spearman Rho (p), tomando en cuenta el valor de significancia p<0.05.	Los resultados reflejan que 113 personas (97.4%) de la muestra usan más Facebook, que otras redes sociales, seguida de YouTube que de igual forma del total de la muestra, 89 personas (76.7%) la utilizan, luego se encuentra Instagram con 70 personas (60.3%) y TikTok con 67 personas (57.8%), 105 personas (90.5%) determinan que es con un fin de entretenimiento, luego por eventos sociales 53 (45.7%) y para conocer nuevas personas fue seleccionado por 47 personas (40%). Por lo tanto, Facebook y YouTube son las redes sociales más propensas a generar adicción.	
	Nurshida et al., (2024)						
3	The Use of Social Media for Student's Academic Life: Experience from Buhare Community Development	Población: estudiantes	930	Cuestionario estructurado de redes sociales	Se utilizó estadística descriptiva (tablas con frecuencias y	Del 100% de los encuestados, el 93% utiliza Google de manera académica, para	

	Training Institute, Musoma, Tanzania (El uso de las redes sociales en la vida académica estudiantil: experiencia del Instituto de Capacitación para el desarrollo Comunitario de Buhare, Musoma, Tanzania)	Muestra: 273 estudiantes	Muestreo aleatorio simple	porcentajes) para presentar los resultados	investigar temas universitarios, el 84,6% emplea Whatsapp para comunicarse y compartir información en la vida académica diaria, seguido de Facebook (74.4%) y Twitter (40.3%), que es utilizado de forma recreativa, para compartir videos, fotos y actualizaciones de estado de entretenimiento por diversión	
	Mbegani et al. (2022)					
4	Impact of Social Media Use of University Students (El impacto del uso de las redes sociales en los estudiantes universitarios) (Saha y Guha, 2019)	Muestra: 502 estudiantes	Muestreo por conveniencia	Cuestionario estructurado (Datos sociodemográficos y perspectiva del estudiante sobre las redes sociales)	Se utilizó estadística descriptiva (frecuencias, porcentajes, gráficas y tablas)	El 45.2% de los estudiantes universitarios utilizan las redes sociales para chatear, el 32.9% para descargar música o vídeos, el 16.1% las utiliza con fines educativos, el 14.7% para publicar fotos, mientras que el 13.7 % lo utiliza para bloguear en estas plataformas y el 12.4% emplea las redes sociales para subir música y videos. Por otro lado, el 9.4 % las usan para crear encuestas, el 4.8 para publicar

						artículos en su sitio web y el 8.2% las ocupa para ver noticias deportivas
5	Excessive use of Internet Social Networks and Academic Performance on UMSA Psychology students of the fourth year. (USO EXCESIVO DE REDES SOCIALES DE INTERNET Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE CUARTO AÑO DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA UMSA)	Población: estudiantes Muestra: 49 universitarios: Muestreo probabilístico (intencional)	120 49 no	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) Registro de notas (Notas académicas de los estudiantes)	Se utilizó la correlación de Pearson para medir la relación entre el uso excesivo de redes sociales y el rendimiento académico.	Se evidenció que la red social más utilizada por los estudiantes es Facebook (27% mujeres y 12% hombres) con un uso principalmente académico (42%) para la búsqueda de información, libros digitales, videos educativos y material de estudio. Luego se encuentra WhatsApp (26% mujeres y 11% hombres) usado para comunicación con familia y amigos (27%) como llamadas o comentarios y publicaciones, también se determina un fin de entretenimiento (25%) y noticias nacionales/internacionales (6%)
	Mendoza (2018)					
6	Problems generated by the use of technology in the universities (Problemas generados por el uso de la tecnología en los universitarios)	Muestra: estudiantes	301	Cuestionario de Uso Problemático de Nuevas Tecnologías (UPNT) [Labrador et al. (2013)]	Se realizó un análisis descriptivo y se aplicó el análisis de correlación de	El 88.9% de los universitarios utilizan WhatsApp con fines de comunicación, el 81.6% utilizan YouTube para

	Colmenares et al. (2017)	Muestreo probabilístico, (causal)			Pearson para examinar las relaciones entre dimensiones.	consumo de contenido audiovisual y el 80.1% utiliza Instagram y TikTok como entretenimiento. Por otro lado, en el ámbito académico se evidencia que el 84.4% utiliza Google para la búsqueda de información, mientras que el 75.8% las usa activamente en redes sociales.
7	Indicators of Social Networking Addiction in College Students from Lima (Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima)	Muestra: estudiantes (Mujeres 150, Hombres 50)	200	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales de Eскурra y Salas (2014)	Se utilizaron las medidas de tendencia central y de desviación, la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para las tres variables y para la comparación de las variables según el género se utilizó la U de Mann-Whitney y para la carrera Kruskal-Wallis.	Los universitarios presentaron un uso moderado/bajo de redes sociales en la escala global, pero en el análisis por género se identificó que los hombres tienen mayor obsesión que las mujeres. En términos generales solo el 1% superó el punto medio en obsesión, el 11% en falta de control y el 16% en un uso excesivo, lo que sugiere que hay un uso frecuente pero no llega a convertirse en un uso adictivo.
	Araujo (2016)	Muestreo probabilístico	no			

8	Attitudes and use of internet and social networks in university students in Galicia: Personal and social implications (Actitudes y uso de internet y redes sociales en estudiantes universitarios/as de Galicia: implicaciones personales y sociales)	Muestra: estudiantes (Mujeres 331, Hombres 65)	396	Adaptación de la escala de actitudes hacia internet y redes sociales para adolescentes (Rial et al., 2014)	Se utilizaron análisis descriptivos para describir la muestra, también se utilizó la U de Mann-Whitney para comprobar los efectos de las variables y para contrastar la relación entre variables se aplicó la prueba de Chi cuadrado.	El 99.5% de los estudiantes se conecta a diario a internet. Los principales motivos de uso son para comunicación con personas cercanas (94.9%), para ver fotos y chatear (90.2%), para resolver temas académicos (77.5%), ocio y diversión (77.3%) y para subir videos y fotos (66.9%). Además, el 53% de los participantes dedican más de 3 horas al día a internet, destacando un posible riesgo de dependencia que puede estar asociado a Instagram y plataformas musicales.
	Fernández et al. (2020)					
9	Social Media and Academic Procrastination in College Students (Redes Sociales y procrastinación académica en estudiantes de la universidad) (Romero et al., 2025)	Población: estudiantes	600	Instrumento de uso de redes sociales de Cupid y Suárez (2022)	Se utilizó el coeficiente Tau-b de Kendall para analizar la relación entre las variables	WhatsApp es la plataforma más utilizada con fines académicos, registrando un 57% de uso moderado y un 40% de uso alto. Se observa una relación negativa y significativa entre el uso académico de WhatsApp y la procrastinación académica ($\tau = -0,323$, p
		Muestra: participantes	100	Cuestionario de procrastinación académica adaptado de Domínguez et al. (2019)		
		Muestreo probabilístico conveniencia	no por			

= 0,001; rho = -0,339), lo que indica que un mayor uso de esta plataforma con fines académicos se asocia con menores niveles de procrastinación académica.

Por otro lado, el uso académico de Instagram y Facebook ha disminuido en un 66,3% y un 65% respectivamente, siendo reemplazado por un uso más recreativos. Por esta razón se asocia a niveles moderados y altos de procrastinación académica.

Discusión

Los estudios analizados coinciden que las redes sociales son una herramienta muy utilizada por universitarios, pero el tipo de uso va a variar dependiendo del contexto cultural, educativo y social. Es así como en los trabajos de Cupido y Suárez (2022) y Romero et al. (2025) se determina que WhatsApp es una de las herramientas más utilizadas en el ámbito académico para compartir información, coordinar tareas y para comunicarse con compañeros, esto se relaciona con lo que descubrieron Mbegani et al. (2022), que el uso extensivo de esta aplicación en la vida diaria de los universitarios. Estos resultados sugieren que cuando una plataforma permite la interacción directa, rápida y accesible, puede contribuir de mejor manera al área educativa.

Sin embargo, Saha y Guha (2019) tienen una perspectiva diferente, al igual que Nurshida et al. (2024), identificaron que tanto Facebook como YouTube se utilizan más con fines de entretenimiento, eventos sociales o como forma de evasión, pero muy poco como herramienta de estudio y se conecta con lo detallado por Colmenares et al. (2017), donde se observa un uso intensivo de redes sociales como en contenido audiovisual y para momentos de ocio, aunque también hay un uso elevado en lo que corresponde a la búsqueda de información académica, lo que significa que existe una coexistencia de usos.

Por su parte, Mendoza (2018) determina que gran parte de los estudiantes emplean las redes sociales para realizar actividades académicas como la búsqueda de material de estudio, pero también se identifica un uso recreativo. Estos resultados coinciden con lo planteado por Fernández et al. (2020), quienes presentan la posible existencia de un equilibrio entre lo académico y el ocio, pero a su vez hay un posible riesgo de dependencia, especialmente con redes visuales como Instagram.

Asimismo, Araujo (2016), va más allá del estudio de los tipos de usos porque evalúa el impacto en la salud mental y advierten de como los niveles altos de conductas obsesivas y compulsivas se relacionan con la necesidad constante de estar conectados a las redes sociales y por ende descuidan sus responsabilidades, interfiriendo en el rendimiento académico.

Finalmente, hay redes sociales que son utilizadas de forma académica, contribuyendo a un mejor desempeño como lo es WhatsApp, pero hay otras como Instagram, Facebook o TikTok que tienen un uso más recreativo y de ocio, lo cual no aporta al ámbito educativo, por esta razón se considera importante realizar una educación de las plataformas digitales para promover un uso consciente y de ese modo potencializar un uso beneficioso para el aprendizaje y minimizar los efectos adictivos.

En la tabla 5, se presentan los resultados obtenidos en base al segundo objetivo el mismo que es describir la relación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica

Tabla 5

Relación entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios

No.	Título/Autores/año	Población o muestra	Instrumentos de evaluación	Proceso estadístico	Resultados principales
1	Correlation between social media addiction and academic procrastination in medical students at public and private medical colleges at Peshawar (Correlación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de medicina de facultades de medicina públicas y privadas de Peshawar) (Naushad et al., 2025)	Población: 4716 Muestra que participó en el estudio: 3366 (52,7 % hombres y 47,2% mujeres.) Muestreo universal	Escala de Adicción a las Redes Sociales (SMAS) Escala de Procrastinación académica (APS)	Se utilizó la prueba T de Student para comparar diferencias entre hombres y mujeres con respecto a los niveles de adicción y procrastinación. Así como, el coeficiente de correlación de Pearson para examinar la relación entre las variables y un modelo de regresión lineal para estimar el grado en que la adicción a las redes sociales influye en la procrastinación académica.	El 81 % de los estudiantes de medicina presentaron comportamientos de adicción a redes sociales, mientras que el 63% mostró procrastinación académica moderada y un 34% alta. Por otro lado, se evidenció una correlación positiva entre las variables con un coeficiente de $r= 0.539$. También, se halló que la adicción a las redes sociales explica aproximadamente el 28.93 % de la varianza en la procrastinación académica

2	Does the association of social media use with problematic internet behaviours predict undergraduate students' academic procrastination (¿La asociación del uso de las redes sociales con comportamientos problemáticos en Internet predice la procrastinación académica de los estudiantes universitarios?) (Nwosu et al., 2020)	Población: 1462 Muestra: 500 estudiantes. Muestreo por conveniencia	1462 500 por	Cuestionario De Cibervictimización. Cuestionario de Ciberagresión. Escala de Adicción a internet de Young Escala de Procrastinación académica adaptada de Abu Ghazal (2012).	Para la relación entre variables se utilizó la correlación de Pearson. También se aplicó el análisis de trayectoria	El uso de redes sociales predice indirectamente la procrastinación académica a través de la adicción a internet, la cual se explicó en un 33,9% de la variabilidad en los niveles de procrastinación académica de los estudiantes.
3	Exploring the Association Between Social Media Disorder and Academic Procrastination of College Students: The Mediation Role of Intrusive Thinking and Fatigue (Exploración de la asociación entre el desorden de las redes sociales y la procrastinación académica de los estudiantes universitarios: El papel mediador del pensamiento intrusivo y la fatiga) (Choudhury et al., 2025)	Población: 412 (159 hombres y 253 mujeres) Muestreo por conveniencia	412 por	Escala de trastorno de redes sociales Inventario de Supresión del Oso Blanco de Rassin Escala de evaluación de la fatiga Escala de Mccloskey y Scielzo	Se realizó la correlación de Pearson y pruebas t para comparaciones por género. Además, se utilizó el Modelo de mediación múltiple.	El trastorno de las redes sociales se correlaciona positivamente con la procrastinación académica y es estadísticamente significativa ($r = 0,375$, $p < 0,01$), lo que significa que un mayor nivel de uso adictivo de las redes sociales se relaciona con mayores niveles de procrastinación académica.
4	Social media user Students' Academic Procrastination (La procrastinación académica en los estudiantes usuarios de	Población: 419 Muestreo aleatorio	419	Escala de Intensidad del uso de Redes Sociales	Se utilizó el método del momento producto, para analizar la	Existe una relación significativa entre la procrastinación académica y el uso de

	redes sociales) (Muslikah et al., 2018)			Escala de Procrastinación académica (APS)	de relación entre las variables con un nivel de significancia del 5%	redes sociales entre los estudiantes de la Universidad Estatal de Semerang ($r_{xy} = -0.344$) y ($p = 0.000$). Lo cual indica que, a mayor procrastinación académica, mayor intensidad del uso de redes sociales y viceversa.
5	Social Media and Academic Procrastination in College Students (Redes Sociales y procrastinación académica en estudiantes de la universidad) (Romero et al., 2025)	Población: 600 estudiantes Muestra: 100 participantes Muestreo no probabilístico por conveniencia		Instrumento de uso de redes sociales de Cupid y Suárez (2022) Cuestionario de procrastinación académica adaptado de Domínguez et al. (2019)	Se utilizó el coeficiente Tau-b de Kendall para analizar la relación entre las variables	WhatsApp es la plataforma más utilizada con fines académicos, registrando un 57% de uso moderado y un 40% de uso alto. Se observa una relación negativa y significativa entre el uso académico de WhatsApp y la procrastinación académica ($\tau = -0,323$, $p = 0,001$; $\rho = -0,339$), lo que indica que un mayor uso de esta plataforma con fines académicos se asocia con menores niveles de procrastinación académica. Por otro lado, el uso académico de Instagram y Facebook ha disminuido en un 66,3%

							y un 65% respectivamente, siendo reemplazado por un uso más recreativos. Por esta razón se asocia a niveles moderados y altos de procrastinación académica.
6	The use of social media and its relationship to psychological alienation and academic procrastination (El uso de los medios sociales y su relación con la psicología y la procrastinación académica) (Hammad y Awed, 2023)	Población: 345 estudiantes (186 hombres y 159 mujeres)	Muestreo por conveniencia	Escala de Alineación Psicológica	de	Se usaron frecuencias, porcentajes, medias, desviaciones típicas, así como la prueba t para determinar las diferencias entre género. Finalmente, se aplicó la prueba ANOVA de Scheffe y un análisis de regresión lineal para identificar diferencias entre las variables	El 73.33% de los estudiantes usa redes sociales más de 4 horas al día, mientras que el 5.79% las utiliza menos de dos horas. Se evidenció, que, a mayor número de horas de uso de redes sociales, mayor es el nivel de procrastinación académica
7	Caught in the connection: Impact of social networks on academic procrastinating behavior (Atrapados en la conexión: Impacto de las redes sociales en el comportamiento procrastinador académico)	Población: 11 490 universitarios	Muestra: 372 estudiantes	Muestreo probabilístico	Cuestionarios:	Para el análisis descriptivo e inferencial. Se empleó la prueba de Chi-cuadrado de Pearson para determinar la	Existe una relación entre el uso de redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes universitarios. El 67.7% presentó un alto nivel de

(Oré et al., 2025)		Procrastinación [Adaptado del instrumento de Álvarez-Blas (2010) y Domínguez et al. (2014)]		relación significativa entre las variables	procrastinación, pero el 14.8% denotó un nivel muy alto. Las redes sociales reportaron un 39.5% en un nivel medio y el 17.7 en un nivel alto. De la prueba de Chi-cuadrado de Pearson se obtuvo un valor de 55.345, el cual es un número superior al valor crítico de 16.92 $p=0.000$, entonces hay una relación entre variables, es decir a mayor uso de redes sociales, mayor es la tendencia a la procrastinación académica.
8	Impact of Social Media Usage on Academic Procrastination (El impacto del uso de las redes sociales en la procrastinación académica) (Anwar et al., 2022)	240 estudiantes universitarios: (120 mujeres, 120 hombres) Muestreo probabilístico (multietapa y se estratificó por género)	Social Networking Time Use Scale (SONTUS) [Escala de uso del tiempo de las redes sociales] Academic Procrastination Scale (APS) [Escala de Procrastinación académica]	Para este estudio se calcularon las correlaciones y de ese modo identificar las asociaciones entre variables. Se utilizó Chi-cuadrado para ver la varianza en función de género con respecto al uso de redes sociales.	Los resultados muestran una correlación positiva entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, es decir que a medida que hay un mayor tiempo dedicado al uso de redes sociales, la procrastinación académica tiende a aumentar, entonces el 68.3% de los encuestados tienden a tener un nivel de

						procrastinación académica promedio y con respecto al género, tanto chicos como chicas procrastinan por igual.
9	Academic Procrastination Among University Students in Saudi Arabia and Its Association with Social Media Addiction; (Procrastinación académica entre los estudiantes universitarios de Arabia Saudí y su asociación con la adicción a las redes sociales)	Muestra de estudiantes (504 mujeres, 193 hombres)	697	Tuckman Procrastination Scale (TPS)	Para este estudio, se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para evaluar la normalidad de las variables continuas y a Pearson (r) para identificar la relación entre variables continuas. También se aplicó la prueba t para grupos independientes, y ANOVA de una vía para las variables con tres o más niveles.	Los resultados mostraron niveles moderados de procrastinación académica (53.2%) y a su vez se encontró una asociación positiva con la adicción a redes sociales. Entonces a medida que aumentan las horas diarias de uso de redes sociales, también aumenta la procrastinación académica y los estudiantes que usaban el teléfono con más frecuencia durante las clases son los que reportaron niveles más altos.

Discusión

En base a la información obtenida, se evidencia una correlación positiva entre el uso problemático o adictivo de las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios, teniendo en cuenta diversos factores culturales y educativos. Es por ello que, Naushad et al. (2025), realizó una investigación con estudiantes de Peshawar, en donde la mayoría de los participantes presentaban conductas adictivas hacia las redes sociales, por lo que el resto de participantes obtuvieron niveles moderados y altos de procrastinación académica, con una correlación significativa. De forma similar Nwosu et al. (2020) revelaron que el uso de redes sociales predice indirectamente la procrastinación académica a través de la adicción a internet y Choudhury et al. (2025) encontraron una correlación significativa, que se caracteriza por el pensamiento intrusivo y la fatiga.

Por otro lado, se observa una prevalencia del uso excesivo de redes sociales con una intensidad de más de 4 horas al día, lo que se puede evidenciar por los estudios de Hammad y Awed (2023) y Nurshid et al. (2024), en el cual, confirmaron que cuanto mayor es el tiempo de uso de los medios digitales o del número de plataformas usadas, mayor es el nivel de procrastinación académica. Por el contrario, Touloupis y Campbell (2024) destacan el papel del contexto académico y variables psicosociales como el compromiso y la conectividad escolar en la relación del uso de redes sociales y la procrastinación académica, mostrando que este uso afecta de mayor medida a los estudiantes universitarios. Este hallazgo se refuerza con el estudio realizado por Muslikah et al. (2018), quienes identificaron una relación significativa y negativa entre la procrastinación académica y el uso de redes sociales en universitarios, demostrando que a mayor uso de redes sociales, mayor es la tendencia a procrastinar y se evidenció que los estudiantes a pesar de ser conscientes de la importancia de realizar sus tareas con un alto nivel de calidad, tienden a postergarlas, lo que les genera sentimientos de arrepentimiento y ansiedad. Del mismo modo, Astocondor et al. (2025), señalan que WhatsApp, cuando es utilizado con fines académicos, se asocia con niveles más bajos de procrastinación académica, pero Instagram y Facebook tienen una mayor relación con la procrastinación académica, principalmente debido a su uso recreativo.

Rizvi y Parihar (2024), resaltan la existencia de una relación directa y significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios, razón por la cual, a medida que aumenta la adicción a las redes sociales, también aumentará la procrastinación académica.

Los estudios revisados coinciden en que el uso excesivo o problemático de redes sociales constituye un predictor significativo de la procrastinación académica,

independientemente de la población estudiada y el enfoque metodológico empleado. Es así, que esta correlación evidencia los efectos derivados de los diversos usos que los estudiantes universitarios le dan a las redes sociales afectando tanto su rendimiento académico como su bienestar psicológico, por lo tanto, es necesario generar conciencia sobre el manejo de las redes sociales y promover estrategias para mitigar las consecuencias negativas.

Finalmente, se sugiere que para futuras investigaciones se tome en cuenta una muestra más amplia y representativa de la población general, especialmente a los adolescentes, debido a que tienen un mayor acceso y uso frecuente de las redes sociales. Esto es debido a que una de las principales limitaciones de este estudio radica en la población seleccionada, porque se centró exclusivamente en los estudiantes universitarios, así como el enfoque empleado, pues se focalizó en el uso de las redes sociales, delimitando un alcance más amplio y global como es el uso del internet en general.

CAPÍTULO V. CONCLUSIONES y RECOMENDACIONES

Al concluir la investigación, el equipo llegó a las siguientes conclusiones y formuló las respectivas recomendaciones:

Conclusiones

- A partir del análisis de los artículos, se determina que WhatsApp es una de las plataformas más utilizadas por los universitarios con un fin educativo por el hecho de que permite tener una interacción inmediata, compartir documentos académicos y para la organización de tareas, pero otras redes sociales como Facebook, Instagram y TikTok son más utilizadas para entretenimiento y socialización, en la que los estudiantes tienen una utilización excesiva de los medios sociales, lo que afecta en la gestión de tiempo y por ende genera dificultades en las responsabilidades académicas.
- Asimismo, se evidenció que existe una correlación positiva y significativa entre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, independientemente del contexto y de los factores asociados como el género, el tiempo empleado y la intensidad del uso de dichas plataformas, significa que, a mayor uso de redes sociales, mayor es la tendencia a postergar las actividades académicas, sin embargo, se identificaron algunas plataformas como WhatsApp se asocia con menores niveles de procrastinación académica, lo que hace referencia a que no solo el tiempo de uso, sino también el tipo de uso que se les da a las redes sociales influye en la aparición o ausencia de la procrastinación académica.

Recomendaciones

- Se considera de suma importancia promover estrategias adecuadas de uso digital para que los estudiantes lo hagan de una manera consciente y equilibrada. Las estrategias deben tener como objetivo educar acerca de las consecuencias que abarca el uso problemático de redes sociales para que de este modo se pueda trabajar en mejorar la autorregulación al usarlas y poder implementarlas en el ámbito académico, siendo una herramienta y no un factor que perjudique su desempeño universitario.
- Es fundamental que las universidades implementen un plan de intervención, orientado a generar mayor consciencia en los estudiantes sobre el uso adictivo y problemático de las redes sociales, este plan puede incluir talleres, charlas y actividades de reflexión para que los estudiantes reconozcan patrones de uso de las redes sociales poco saludables y puedan modificarlos, además, es importante generar espacios dentro del aula de clase en donde los docentes puedan guiar a los estudiantes

en el uso las plataformas como apoyo en el aprendizaje y en el desarrollo personal, de forma que dejen de ser un factor de riesgo o de distracción y se conviertan en herramientas que potencien su formación académica.

BIBLIOGRAFIAS

- Al-Shaibani, M. H., Hejab, M., y Shaibani, A. (2020). Academic Procrastination Among University Students in Saudi Arabia and Its Association with Social Media Addiction. *Psychology and Education*, 57(8), 1118–1124. <https://www.psychologyandeducation>.
- Anwar, M., Anwar, A., y Marwan, A. H. (2022). Impact of social media usage on academic procrastination. *Global Educational Studies Review*, 7(2), 251-262. [http://dx.doi.org/10.31703/gesr.2022\(VII-II\).24](http://dx.doi.org/10.31703/gesr.2022(VII-II).24)
- Araujo Robles, E. D. (2016). Indicadores de adicción a las redes sociales en universitarios de Lima [Indicators of Social Networking Addiction in College Students from Lima]. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 10(2), 46-56. <http://dx.doi.org/10.19083/ridu.10.494>
- Arteaga Araujo, H., Quispe Román, N., Sánchez Ríos, K., Polin Andrade, J., Coronado Fernández, J. y Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 147-159. <https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Atalaya Laureano, C., y García Ampudia, L. (2019). Procrastinación: Revisión teórica. *Revista de investigación en psicología*, 22(2), 363-378. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Ayala, A., Rodríguez, R., Villanueva, V., Hernández, M., y Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de la Investigación*, (2), 40-52. <https://www.academia.edu/download/88759698/1661.pdf>
- Balkis, M., y Duru, E. (2017). Gender differences in the relationship between academic procrastination, satisfaction with academic life and academic life and academic

- performance. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 15(1), 105-125. <http://dx.doi.org/10.14204/ejrep.41.16042>
- Casasola-Rivera, W. (2022). Revisión sistemática sobre procrastinación en estudiantes universitarios en el contexto latinoamericano. *Psicología UNEMI*, 6(11), 227-244. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol6iss11.2022pp227-244p>
- Choudhury, S., D'cruz, N. R., Deb, J. P., Biswas, S., y Patil, S. D. (2025). Exploring the Association between Social Media Disorder and Academic Procrastination of College Students: The Mediation Role of Intrusive Thinking and Fatigue. *Journal of Interdisciplinary Studies in Education*, 14(1), 146-170. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1459870.pdf>
- Colmenares Guillén, L. E., Carrillo Ruiz, M., Jiménez González, F., y Hernández Ameca, J. L. (2017). Problemas generados por el uso de la tecnología en los universitarios. *Revista De Investigación En Tecnologías De La Información*, 5(10), 13–19. <https://doi.org/10.36825/RITI.05.10.003>
- Condori Huanca, Y., y Mamani Coaquira, K. (2016). Adicción al Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión. *Universidad Peruana Unión Repositorio*. <https://7doi.org/10.17162/riu.v5i2.971>
- Cupido Navarro, A. y Suárez Lantarón, B. (2022). Uso de las redes sociales por el alumnado universitario de la Facultad de Educación (Universidad de Extremadura). *International Journal of Technology and Educational Innovation*, 8(2), 97-113. <https://doi.org/10.24310/innoeduca.2022.v8i2.13719>
- Díaz-Morales, J. (2019). Procrastinación: una revisión de su medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica*, 2(51). <https://www.redalyc.org/journal/4596/459661106005/html/>

- García Martín, M., (2012). La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario, Profesorado. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 16(1), 203-221.
<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/23005/rev161ART12.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- García Martínez, V. y Silva Payró, M. P. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura (Guadalajara, Jal.)*, 11(2), 122-137. <https://doi.org/10.32870/ap.v11n2.1673>
- Garzón Umerenkova A. y Gil Flores J. (2016). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista Complutense de Educación*, 28(1), 307-324. https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n1.49682
- Garzón-Umerenkova, A., De la Fuente, J., Amate, J., Paoloni, P, Fadda, S., y Pérez, J. (2018). Un modelo empírico lineal de autorregulación sobre el florecimiento, la salud, la procrastinación y los logros entre estudiantes universitarios. *Fronteras en psicología*, 9, 536.
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.00536/full>
- Guartán Soria, G. M., y Mocha Guaiñas, D. E. (2023). *Análisis del uso del social media marketing en la elección de carrera de los estudiantes de nuevo ingreso* [Tesis de Maestría, Universidad Politécnica Salesiana sede Cuenca].
<https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/25175>
- Hammad, M. A., y Awed, H. S. (2023). The Use of Social Media and Its Relationship to Psychological Alienation and Academic Procrastination. *International Journal of Membrane Science and Technology*, 10(2), 332–340.
<https://doi.org/10.15379/ijmst.v10i2.1172>
https://www.researchgate.net/publication/337570594_Procrastinacion_acad

- Lascano Quispe, C., y Sacón Ormaza, F. (2025). Un Modelo Integrador de la Procrastinación Académica Basado en Teorías de Autorregulación y Procrastinación. *Revista Latinoamericana De Calidad Educativa*, 2(1), 407-417. <https://doi.org/10.70625/rlce/123>
- Mendoza Lipa, J. R. (2018). "Uso excesivo de redes sociales de internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de psicología UMSA". *Educación Superior*, 5(2), 57-70. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2518-82832018000200008&lng=es&tlng=es.
- Mendoza, C. E. R. (2022). Factores asociados a la Procrastinación Académica en estudiantes Universitarios. Revisión sistemática. *UNACIENCIA: Revista de Estudios e Investigaciones*, 15(28), 63-82. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9151190>
- Moreta Herrera, R., y Duran Armengol, T. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud & Sociedad: Latin American Journal on Health & Social Psychology*, 9(3), 236-247. <http://doi.org/10.22199/S07187475.2018.0003.00003>
- Muslikah, M., y Andriyani, A. (2018). Social media user students' academic procrastination. *Psikopedagogia Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 53-57. https://www.researchgate.net/profile/Mulawarman-Mulawarman-2/publication/335309904_Social_Media_User_Students'_Academic_Procrastination/links/5d5d520a299bf1b97cfc9aaf/Social-Media-User-Students-Academic-Procrastination.pdf
- Naushad, K., Jamil, B., Khan, N. A., y Jadoon, M. (2025). Correlation between social media addiction and academic procrastination in medical students at public and private

- medical colleges at Peshawar. *Pakistan journal of medical sciences*, 41(3), 837–842.
<https://doi.org/10.12669/pjms.41.3.9276>
- Navarro, A. C., y Lantarón, B. S. (2022). Uso de las redes sociales por el alumnado universitario de la Facultad de Educación (Universidad de Extremadura). *Innoeduca: international journal of technology and educational innovation*, 8(2), 97-113.
<http://hdl.handle.net/10662/23296>
- Núñez Balladares, K. R., y Gavilanes Gómez, D. (2023). Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 1550–1559. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.358>
- Nurshida J. Tiking, et al., (2024), Navigating The Social Media Abyss: Unraveling The Link between Academic Procrastination And Social Media Addiction, *Educational Administration: Theory and Practice*, 30 (5), 6833-6844.
<https://doi.org/10.53555/kuey.v30i5.4025>
- Nwosu, K. C., Ikwuka, D. O., Onyinyechi, M. U., y Unachukwu, G. C. (2020). Does the Association of Social Media Use with Problematic Internet Behaviours Predict Undergraduate Students' Academic Procrastination?. *Canadian Journal of Learning and Technology*, 46(1), n1. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1267623.pdf>
- Ocampo, M. A. (2017). Procrastinación académica:¿ una consecuencia emocional de la evaluación?. *Ponencia en el Congreso Internacional en Temes y Problemas de Investigación en Educación y Ciencias Sociales*. <https://acortar.link/hchHL5>.
- Oré Choque, M. K., Delgado Asto, E. C., Soto Loza, G. E., Roca Vásquez, K. L., García Ramos, T. E., y Navarro Guerra, B. M. (2025). Atrapados en la conexión: Impacto de las redes sociales en el comportamiento procrastinador académico. *RIDE Revista*

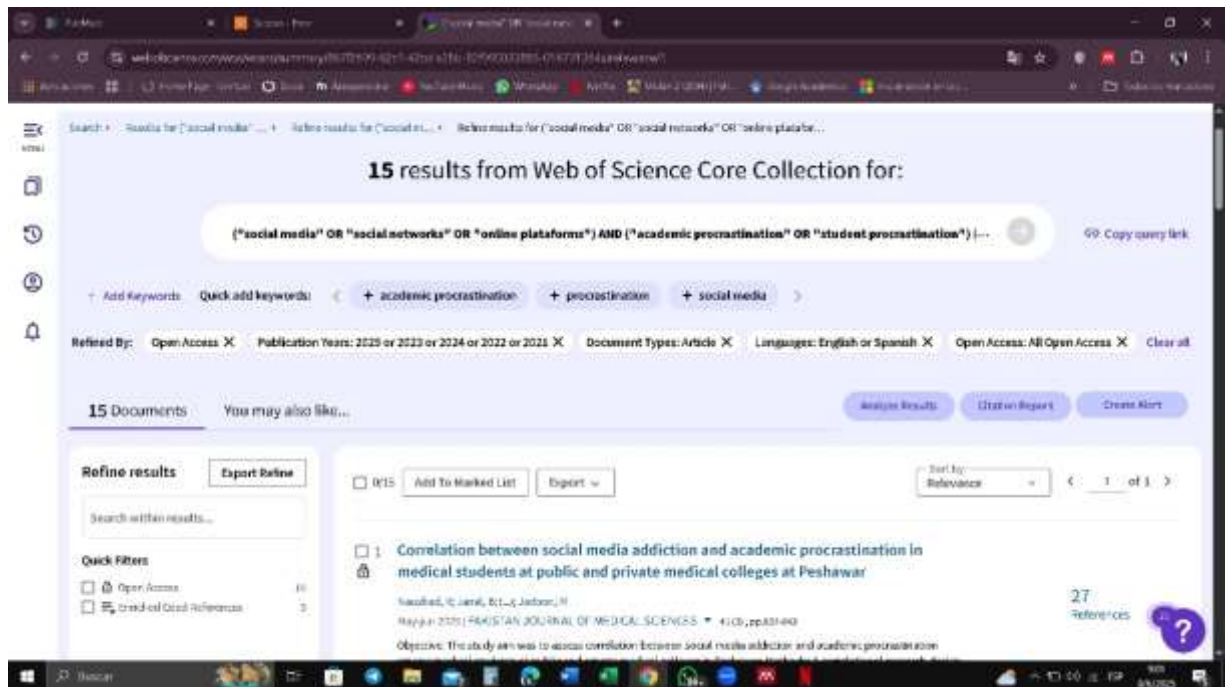
- Iberoamericana Para La Investigación Y El Desarrollo Educativo*, 15(30).
<https://doi.org/10.23913/ride.v15i30.2292>
- Ovando Leyva , A. M., y Rodríguez Falcón M. (2024). La procrastinacion en la formación de los estudiantes de sociología de la universidad Juarez Autónoma de Tabasco: right to access information in the fight against corruption in electoral processes. *Ecos sociales*, 12(34). <https://doi.org/10.19136/es.v12n34.6412>
- Pintrich, P. R. (2000). The role of goal orientation in self-regulated learning. In M. Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 451-502). <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50043-3>
- Ramírez-Gil E., Cuaya-Itzcoatl I., Guzmán-Pimentel M. y Rojas-Solís J. (2021). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en universitarios durante el confinamiento por COVID-19. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 8(spe4), 00020. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v8i.2771>
- Rodado, Z., Jurado, L., & Giraldo, S. (2021). Uso excesivo de las redes sociales en adolescentes de 10 a 14 años un riesgo latente de la nueva era. *Revista Estudios Psicológicos*, 1(1), 33-49. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2021.01.003>
- Rodríguez, A., & Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <https://doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>
- Saha, S. R., y Guha, A. K. (2019). Impact of Social Media Use of University Students. *International Journal of Statistics and Applications*, 2019(1), 36–43. <https://doi.org/10.5923/j.statistics.20190901.05>
- Saidi A. Mbegani, Henry L. Mambo, & Christian Mubofu. (2022). The Use of Social Media for Students' Academic Life: Experience from Buhare Community Development

- Training Institute, Musoma, Tanzania. *Social Education Research*, November, 58–69. <https://doi.org/10.37256/ser.4120231744>
- Song, P., Liu, X., Cai, X., Zhong, M., Wang, Q., y Zhu, X. (2024). Predictive analysis of college students' academic procrastination behavior based on a decision tree model. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 1-13. <https://doi.org/10.1057/s41599-024-03300-1>
- Tiking, J. N., Dabbang, K. A., y Fadare, A. S. (2024). Navigating The Social Media Abyss: Unraveling The Link Between Academic Procrastination And Social Media Addiction. *Theory and Practice*, 30(5), 6833–6844. <https://doi.org/10.53555/kuey.v30i5.4025>
- TOPAL, M., KÜÇÜK AVCI, Ş. İ. R. İ. N., y İSTANBULLU, A. (2024). Investigation of University Students' Problematic Social Media Use in Terms of Various Variables Üniversite Öğrencilerinin Problemlı Sosyal Medya Kullanımının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Milli Egitim*, 53(244). DOI: 10.37669/milliegitim.1260083
- Zumárraga, M., y Cevallos, G. (2021). Evaluación psicométrica de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) en personas universitarias de Quito-Ecuador. *Revista Educación*, 45(1), 1-20. <https://doi.org/10.15517/revedu.v45i1.42820>

ANEXOS

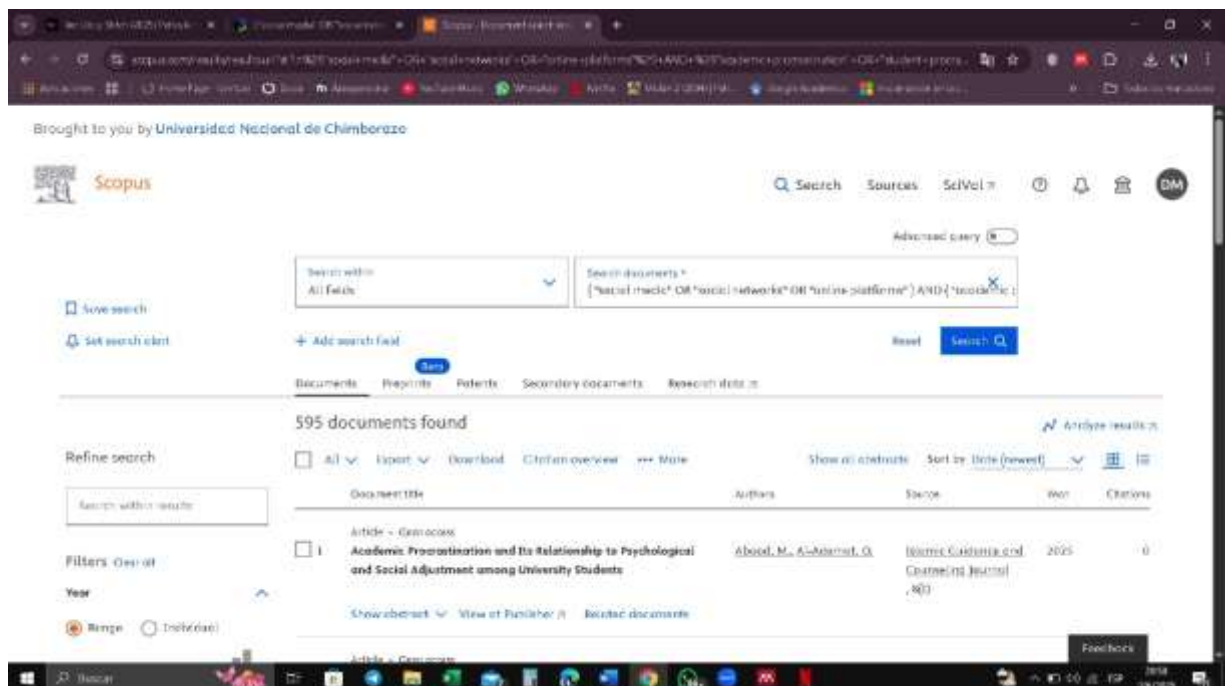
Anexo 1.

Búsqueda de información en la base de datos Web of science



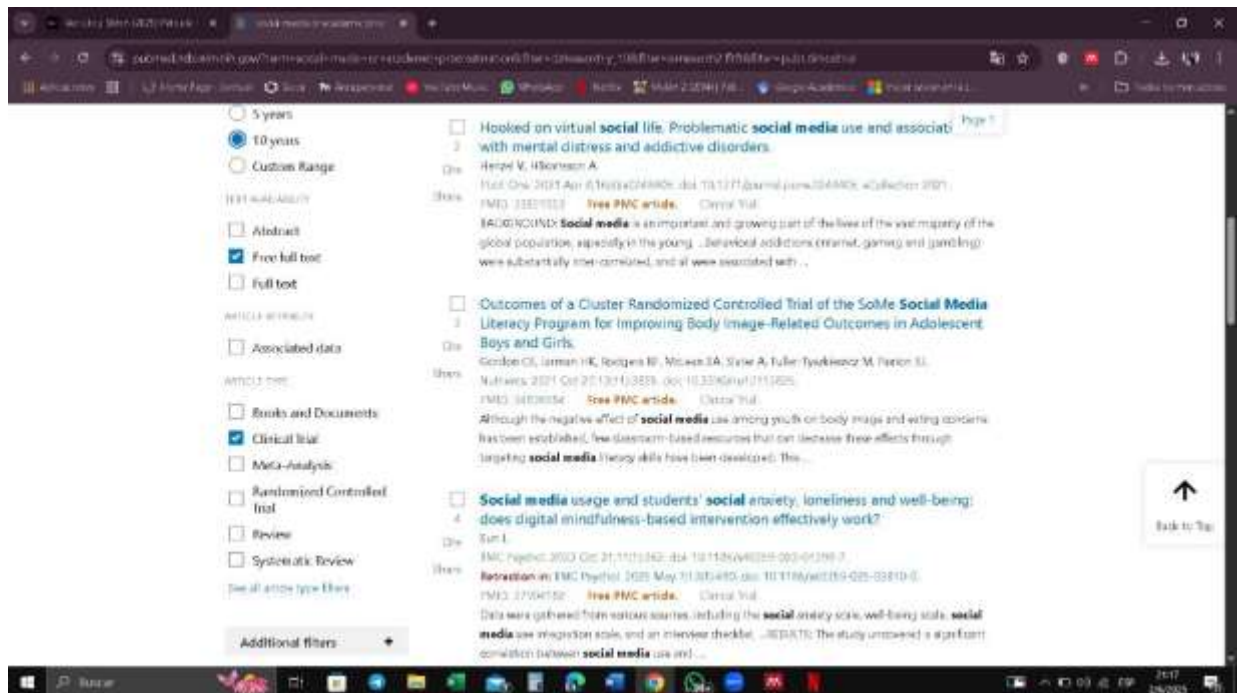
Anexo 2.

Búsqueda de información en la base de datos Scopus



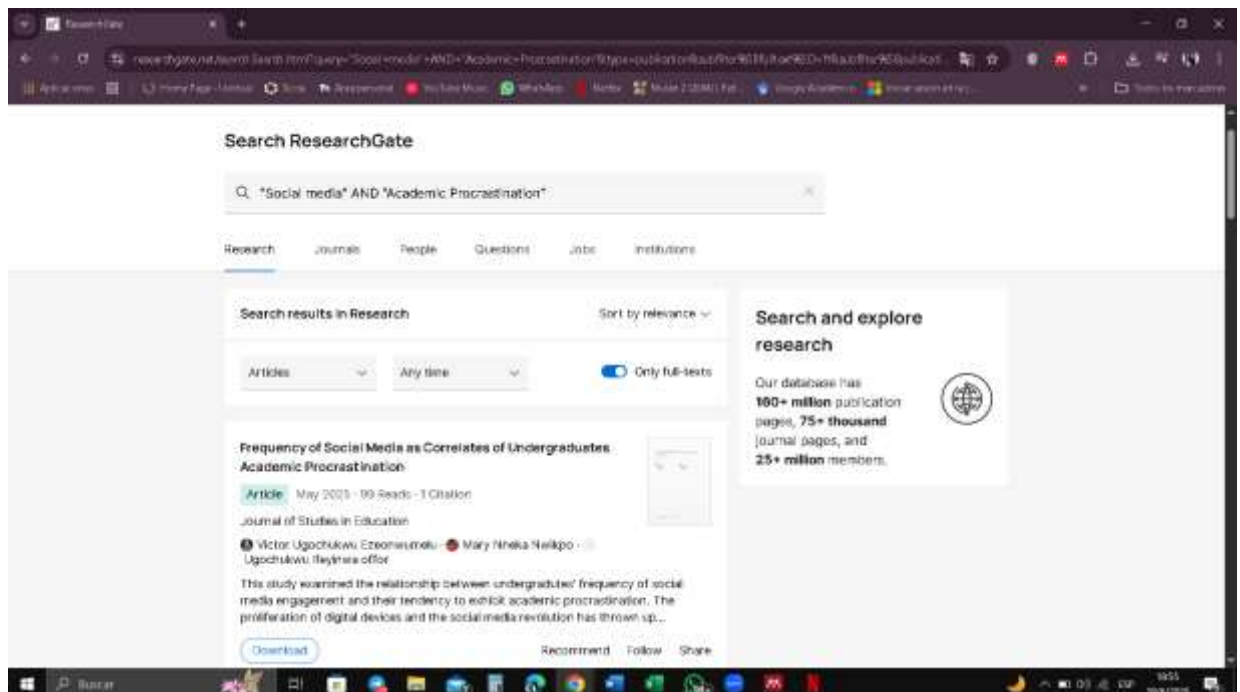
Anexo 3.

Búsqueda de información en la base de datos PubMed



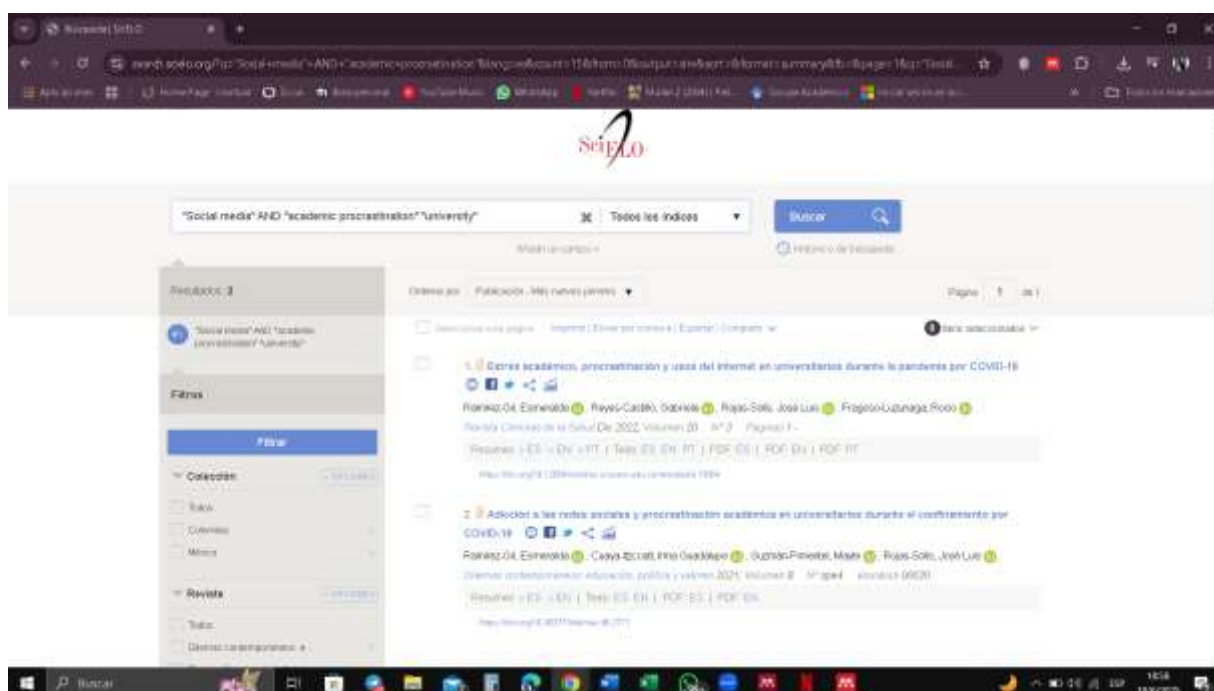
Anexo 4.

Búsqueda de información en la base de datos ResearchGate



Anexo 5.

Búsqueda de información en la base de datos Scielo



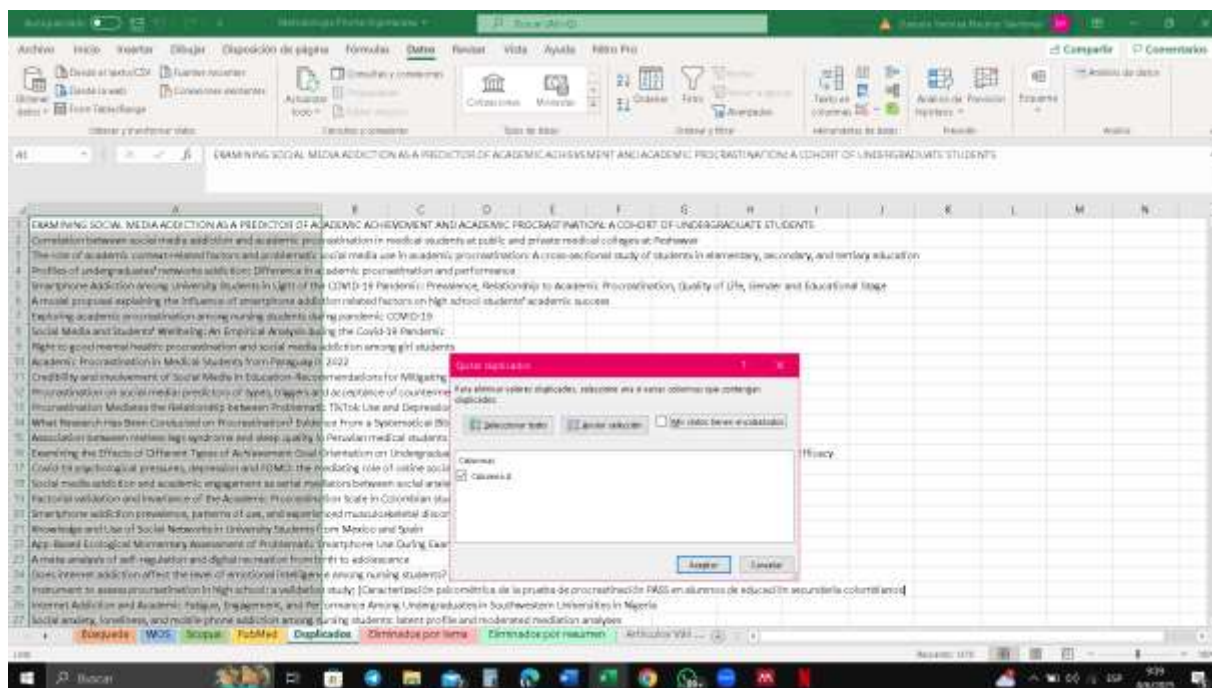
Anexo 6.

Organización de las bases de datos en Excel

Anexo 6. Organización de las bases de datos en Excel															
1	WOS														
2	Total:	13													
3	Fecha:	11/01/2023													
4	REFERIDO POR:	"SOCIAL MEDIA" OR "ONLINE PLATFORMS" AND "ACADEMIC PROCRASTINATION" OR "STUDENT PROCRASTINATION"													
5	PERIODO DE TIEMPO:	2013-2023													
6	SCOPUS														
7	Total:	595													
8	Fecha:	11/01/2023													
9	REFERIDO POR:	"SOCIAL MEDIA" OR "ONLINE PLATFORMS" AND "ACADEMIC PROCRASTINATION" OR "STUDENT PROCRASTINATION"													
10	PERIODO DE TIEMPO:	2013-2023													
11	PUB MED														
12	Total:	270													
13	Fecha:	11/01/2023													
14	REFERIDO POR:	"SOCIAL MEDIA" OR "ACADEMIC PROCRASTINATION"													
15	PERIODO DE TIEMPO:	2013-2023													
16	RESEARCH GATE														
17	Total:	5													
18	Fecha:	11/01/2023													
19	REFERIDO POR:	"SOCIAL MEDIA" OR "ACADEMIC PROCRASTINATION"													
20	PERIODO DE TIEMPO:	2013-2023													
21	ERIC														
22	Total:	1													
23	Fecha:	11/01/2023													

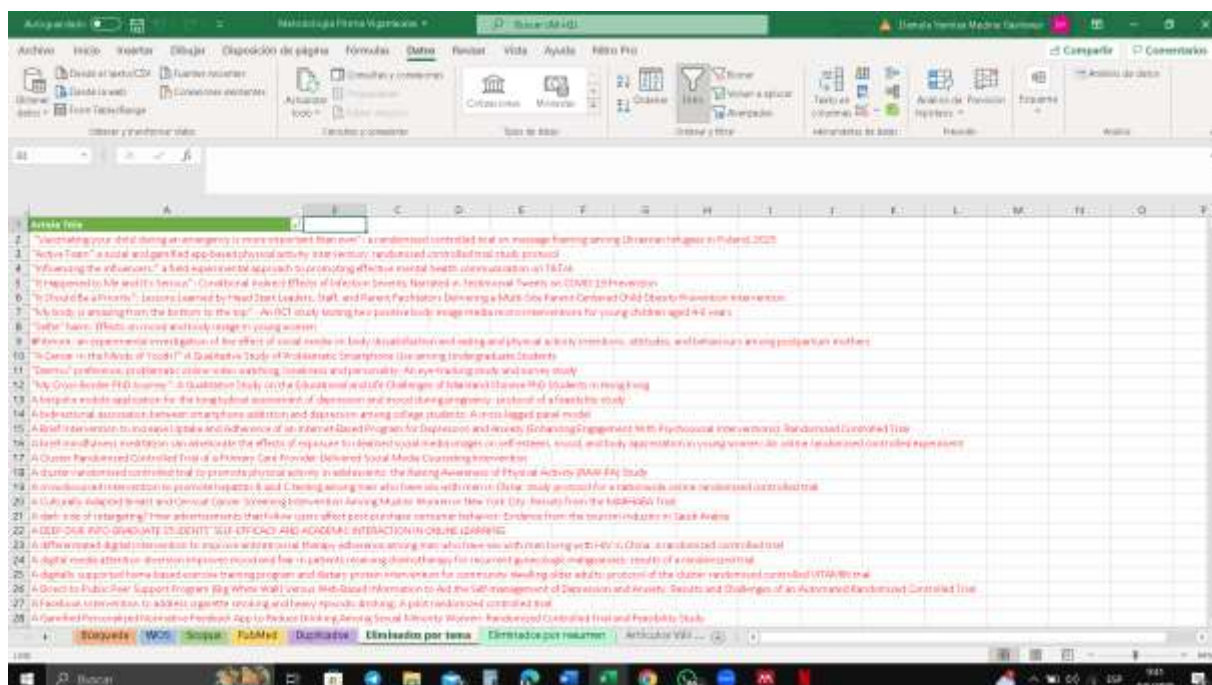
Anexo 7.

Eliminación de documentos duplicados



Anexo 8.

Eliminación de artículos por el tema



Anexo 9.

Eliminación de documentos por resumen

