

Informe final Castillo, Collantes Ramirez (1).pdf

 My Files My Files Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:417864358

Fecha de entrega

20 dic 2024, 1:01 p.m. GMT-3

Fecha de descarga

20 dic 2024, 1:06 p.m. GMT-3

Nombre de archivo

Informe final Castillo, Collantes Ramirez (1).pdf

Tamaño de archivo

369.4 KB

28 Páginas

7,069 Palabras

38,800 Caracteres

18% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 13%  Fuentes de Internet
- 1%  Publicaciones
- 15%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 1% Publicaciones
- 15% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	hdl.handle.net	1%
2	Internet	scielo.senescyt.gob.ec	1%
3	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	1%
4	Trabajos entregados	Universidad Privada del Norte on 2023-07-09	1%
5	Trabajos entregados	Universidad Privada del Norte on 2023-11-16	1%
6	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	1%
7	Internet	repositorio.unsa.edu.pe	1%
8	Internet	www.grafiati.com	1%
9	Internet	repositorio.unife.edu.pe	1%
10	Internet	repositorio.uta.edu.ec	1%
11	Trabajos entregados	Universidad Peruana Union on 2023-10-11	1%

12	Internet	www.researchgate.net	1%
13	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2023-05-22	0%
14	Internet	www.coursehero.com	0%
15	Trabajos entregados	Universidad San Ignacio de Loyola on 2020-09-24	0%
16	Trabajos entregados	Universidad San Ignacio de Loyola on 2021-05-31	0%
17	Trabajos entregados	amigo on 2024-11-27	0%
18	Trabajos entregados	Universidad Anahuac México Sur on 2023-07-07	0%
19	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2024-07-15	0%
20	Trabajos entregados	Universidad Nacional Abierta y a Distancia, UNAD,UNAD on 2021-04-20	0%
21	Internet	revista.grupocieg.org	0%
22	Trabajos entregados	Universidad Nacional de Tumbes on 2017-12-01	0%
23	Trabajos entregados	ULACIT Universidad Latinoamericana de Ciencia y Tecnología on 2023-08-21	0%
24	Trabajos entregados	Universidad Catolica San Antonio de Murcia on 2020-05-04	0%
25	Trabajos entregados	Universidad TecMilenio on 2024-01-21	0%

26	Internet	revistas.autonoma.edu.pe	0%
27	Trabajos entregados	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2024-07-19	0%
28	Trabajos entregados	unap on 2022-08-21	0%
29	Trabajos entregados	Kovadata Ltda on 2022-11-30	0%
30	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2023-06-02	0%
31	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2021-11-23	0%
32	Trabajos entregados	Universidad Ricardo Palma on 2024-05-31	0%
33	Trabajos entregados	University of the Andes on 2024-04-19	0%
34	Internet	repositorio.upch.edu.pe	0%
35	Internet	search.bvsalud.org	0%
36	Internet	sftpinstitu.us.es	0%
37	Internet	www.incae.ac.cr	0%
38	Trabajos entregados	UPAEP: Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla on 2024-12-09	0%
39	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2024-12-11	0%

40	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2024-12-14	0%
41	Internet	casus.ucss.edu.pe	0%
42	Internet	noticiaslogisticaytransporte.com	0%
43	Internet	repositorio.upn.edu.pe	0%
44	Internet	revistas.uned.es	0%
45	Internet	www.castellonet.com	0%
46	Internet	www.drogasextremadura.com	0%
47	Internet	www.scribd.com	0%
48	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE on 2024-06-22	0%
49	Trabajos entregados	Universidad Alas Peruanas on 2020-12-28	0%
50	Trabajos entregados	Universidad Anahuac México Sur on 2024-09-07	0%
51	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2023-08-21	0%
52	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2023-05-10	0%
53	Trabajos entregados	Universidad Tecnologica del Peru on 2024-07-19	0%

54	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC on 2024-04-29	0%
55	Trabajos entregados	Universidad de Córdoba on 2023-11-07	0%
56	Trabajos entregados	Universidad de Talca on 2024-12-18	0%
57	Trabajos entregados	Universidad del Norte, Colombia on 2024-04-29	0%
58	Internet	cousto.best	0%
59	Internet	repositorio.pucesa.edu.ec	0%
60	Internet	worldwidescience.org	0%
61	Internet	www.pisa.oecd.org	0%
62	Internet	www.repositorio.usac.edu.gt	0%

Ansiedad, depresión y procrastinación en estudiantes de una universidad privada, Lima 2023

Miguel Elias Castillo Paucar ¹, Cynthia Betsabe Collantes Escate ², Haydee Melissa Ramírez Pingo³

1 Bachiller en Enfermería. Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
miguelpaucar@upeu.edu.pe

2 Bachiller en Enfermería. Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
haydeeramirez@upeu.edu.pe

3 Bachiller en Enfermería. Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.
cynthiacollantes@upeu.edu.pe

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre ansiedad-depresión y procrastinación tras el inicio de clases presenciales en estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de una Universidad Privada. El estudio es de diseño no experimental, cuantitativo, tipo asociativo, y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 511 estudiantes universitarios. Las variables principales fueron Ansiedad, Depresión y Procrastinación para la variable ansiedad, se usó el Inventario de Ansiedad, Rasgo – Estado (IDARE), para depresión se usará El Inventario de Depresión de (Beck II); para procrastinación, se usará la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Se utilizó el paquete estadístico SPSS 22 y para el análisis bivariado se usó T-student, ANOVA y Chi-cuadrado. Resultados: de la muestra la mayoría representan al sexo femenino (57,4%). La carrera con mayor predominancia es psicología con el (37,18%). La edad predominante en el estudio es de 18-19 años; de acuerdo con los resultados los individuos experimentan niveles moderados de ansiedad, los participantes experimentan síntomas somato-motivacionales de depresión en un nivel bajo a moderado; respecto a la dimensión de procrastinación los participantes tienden a posponer tareas en un grado moderado. En cuanto a la autorregulación académica, se observa que la ansiedad estado

39 presente tiene una correlación positiva de 0.37, la ansiedad estado ausente muestra una correlación positiva de 0.44, La ansiedad rasgo presente también tiene una correlación positiva de 0.41, La variable cognitivo-afectivo muestra una correlación negativa de -0.08. La ansiedad rasgo presente tiene una fiabilidad muy alta con un alfa de 0.84 y un omega de 0.85, La ansiedad rasgo ausente muestra una fiabilidad ligeramente menor, con valores de 0.78 para α y 0.79, En cuanto a la depresión, la dimensión somato-motivacional tiene un alfa de 0.86 y un omega de 0.87, La dimensión cognitivo-afectiva presenta una fiabilidad aún mayor, con un alfa de 0.90 y un omega de 0.91, La desregulación académica muestra una fiabilidad muy alta con valores de 0.93 para ambos índices, la postergación de actividades tiene una fiabilidad de 0.84 para ambos índices. Estos resultados indicaron una relación significativa entre ansiedad, depresión y procrastinación, sugiriendo que estos factores podrán influir en la autorregulación académica de los estudiantes.

INTRODUCCIÓN

23 Para Rojas (2021) La ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto, indefinido, que, a diferencia del miedo, tiene una referencia explícita. Comparte con el anterior la impresión interior de temor, de indefensión, de zozobra. Pero mientras en el miedo esto se produce por algo, en la angustia (o ansiedad) se produce por nada. Para Córdova y Santa María (2018) se considera a la ansiedad como una actitud emocional negativa, es complicada, molesta y difusa, se manifiesta como tensión emocional, miedo, se acompaña de aceleración cardiaca, náuseas, palidez, dificultad para respirar, diarrea, cefalea y sudoración. 49 La ansiedad como el estrés son problemas que se presentan por situaciones donde el ser humano se siente en peligro, esto produce: sensaciones de nerviosismo, agitación o tensión, taquicardia, hiperventilación, sudoración, temblores, sensación de cansancio y

debilidad; la ansiedad como cualquier enfermedad se clasifica en mínima, leve, moderada y grave. Galindo-Vázquez (2020)

20 Se conoce que las causas de la ansiedad son multifactoriales en la vida de los humanos y las diferentes situaciones que se enfrenta en su vida diaria ya sea como estudiante o como profesional afectan de manera psicológica produciendo ansiedad, depresión o estrés; sea por exámenes, enfermedad, situaciones de familia, trabajo, relaciones sentimentales, situaciones económicas y en general todo tipo de situaciones problemáticas en la vida cotidiana, depende de la persona, su capacidad para poder superarse y salir adelante ante estas situaciones con niveles ansiedad leve o ansiedad grave. Ozamiz (2020)

58 Castillo (2021) mencionan que las características de la ansiedad al aprendizaje en línea son: la frustración (62.0%) y nerviosismo (58.3%), ubican al género femenino en una situación de mayor desventaja frente a la experiencia del aprendizaje en línea; del mismo modo refieren que el regreso a clases presenciales tras los dos años de virtualidad académica enfrentó a los estudiantes a un nuevo reto de adaptación lo cual provoca niveles de ansiedad en los estudiantes universitarios.

62 La angustia psicológica (ansiedad y depresión) entre los estudiantes puede afectar negativamente tanto su desempeño académico como su calidad de vida, y podría contribuir al abuso de alcohol y otras drogas, a la disminución de la capacidad de ponerse en el lugar del otro y a comportamientos académicamente deshonestos. Dado los riesgos y las consecuencias de la salud mental comprometida en los estudiantes, y ante el significativo aumento del número de estudiantes universitarios en el África subsahariana en las últimas tres décadas, es crucial entender la frecuencia y los factores que contribuyen a los trastornos mentales comunes entre esta población estudiantil January (2018).

54 Solomon (2015) explora la depresión desde un enfoque integral, analizando tanto su

experiencia personal con la depresión como entrevistas con médicos, pacientes y expertos. En su libro, define la depresión como una enfermedad profunda que trasciende la tristeza para envolver una compleja interacción de síntomas emocionales, físicos y cognitivos. Él describe cómo esta condición puede llevar a la pérdida de la capacidad de amar, de actuar, e incluso de sentir, resaltando la "laxitud total" o incapacidad para involucrarse emocionalmente con el mundo, un aspecto que distingue a la depresión de otras condiciones. Por otro lado, según la OMS (2023) "El trastorno depresivo (o depresión) es un trastorno mental común. Implica un estado de ánimo deprimido o la pérdida del placer o el interés por actividades durante largos períodos de tiempo". Afectando así el ámbito laboral, familiar e incluso los estudios, cualquier persona puede llegar a tener depresión, como por ejemplo quien ha sufrido de abusos, alguna pérdida de un ser querido o algún evento traumático. Para cualquier diagnóstico de depresión, es fundamental evaluar la gravedad de esta, lo cual se determina principalmente a través de los síntomas presentados por el individuo. Estos síntomas pueden variar entre personas, pero comúnmente incluyen sentimientos de tristeza profunda y desesperanza. Se dividen en dos categorías: el estado emocional del individuo y el impacto de estos sentimientos en su comportamiento diario. Esta clasificación permite comprender cómo los síntomas afectan tanto los pensamientos y emociones como las acciones, relaciones y el funcionamiento general del individuo, sirviendo como guía para un plan de tratamiento personalizado y adecuado. Orellana & Orellana (2020).

1 Tijerinaet (2018), en su estudio se encontró que la depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior presentan una edad promedio de 18,06 años (DE $\pm$ 1,82). Del total de la muestra, el 80,8% de la población eran mujeres y el 19,2% hombres. 15 Los resultados indican que el 19,9% de los estudiantes tiene ansiedad, el 36,9% presenta depresión, y el 19,8% experimenta estrés. 16 Las principales conclusiones indican que

12 (depresión, ansiedad y estrés) están asociados; en el género femenino se observó una relación
16 entre depresión-ansiedad, ansiedad-estrés y depresión-estrés, mientras que en los hombres solo se observó una asociación entre depresión y ansiedad. Estos hallazgos sugieren la necesidad de intervenciones específicas de género para abordar estos problemas de salud mental en estudiantes.

57 Asimismo Steel (2007) menciona que, la procrastinación es un acto intencional en el cual las personas retrasan sus actividades para realizarlas más tarde. Este comportamiento puede presentarse en diversas áreas, como en la vida cotidiana, el trabajo y el ámbito académico, destacándose en estos contextos por el impacto que produce en cada uno de ellos, esto se presenta de manera más frecuente en el contexto universitario La procrastinación repercutirá de manera negativa en los logros académicos, dado que alcanzar un rendimiento óptimo requiere planificación, autoevaluación y persistencia, especialmente en tareas complejas y altamente estructuradas.

42 Si bien posponer estas actividades brinda un alivio momentáneo, al acercarse la fecha límite, muchos experimentan altos niveles de estrés y miedo al fracaso, lo que afecta su capacidad para cumplir con sus responsabilidades. Esto puede generar una percepción negativa de su propio rendimiento y llevar a sentimientos de desesperanza, ya que las responsabilidades se acumulan y los plazos se acercan, La procrastinación no solo se limita a "dejar las cosas para después"; implica una dinámica emocional y mental en la que intervienen factores como la regulación emocional, la percepción del tiempo y la toma de decisiones (Rodríguez, 2018).

45 La vida académica presenta numerosos desafíos y demandas, lo cual expone a los estudiantes a situaciones de alta presión, expectativas elevadas y plazos ajustados. En este entorno, muchos estudiantes postergan sus tareas para evitar enfrentar la ansiedad, el estrés o el miedo al fracaso que les generan estos retos. Al hacerlo, encuentran un alivio momentáneo, pero a

19 largo plazo la acumulación de responsabilidades y la cercanía de las fechas límite incrementan su sensación de frustración, la procrastinación sostenida en el tiempo puede convertirse en un hábito difícil de romper y en una fuente adicional de estrés, ya que el estudiante puede comenzar a cuestionar su propia capacidad para alcanzar sus metas Altamirano & Rodríguez (2021).

Toaza Navia & Valencia Cepeda (2023) analizaron la variable procrastinación académica, y se obtuvo que en la dimensión de postergación académica existe una prevalencia del nivel medio con un 45.1%, seguido del nivel bajo con un 29.2% y un 25.7% en el nivel alto. Respecto a la autorregulación académica, predominó el nivel medio con un 46%, seguido del 44.2% con nivel alto y finalmente un 9.7% un nivel bajo.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio es de diseño no experimental ya que se realiza sin manipular ninguna variable y consiste en observar el fenómeno en su estado natural. Es un estudio cuantitativo, tipo asociativo porque se utilizarán las matemáticas para analizar y medir las variables de investigación en la población. Es una investigación de corte transversal pues se estudia una muestra representativa de ella en un momento dado. Casari (2020)

28 En el estudio se aplicará 3 instrumentos para la recolección de datos. Para la variable ansiedad, se usará el Inventario de Ansiedad, Rasgo – Estado (IDARE); El IDARE está conformado por 40 ítems separados en dos escalas de autoevaluación para medir la ansiedad-rasgo y la ansiedad-estado; La escala A Rasgo (SXR) está conformado por ítems (7 directos y 13 inversos) en la cual se presentan afirmaciones para describir cómo se sienten generalmente las personas ante situaciones de estrés ambiental; la escala A-Estado (SXE) está conformado por 20 ítems (10 directos e inversos) en la cual se pide a los participantes indicar cómo se sienten en situaciones específicas de presión ambiental. Para la confiabilidad

14 el instrumento presento alfa Cronbach de .83 y .90 en cada escala lo cual lo ubica en un nivel muy bueno de fiabilidad.

Para la variable depresión se usara El Inventario de Depresión de Beck II (Beck Depression Inventory II – BDI-II), elaborado por Beck, Steer y Brown (2006) en su adaptación argentina por Brenlla y Rodríguez (2006); Esta constituido por una estructura de dos dimensiones en 20 ítems la primera dimensión es cognitivo-afectivo, la cual está compuesta por los ítems 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 13, 14; y la segunda es somáticomotivacional, compuesta por los ítems 4, 11, 12, 15, 17, 18, 19, 20. Cada ítem se responde en una escala de 4 puntos, de 0 a 3, excepto los ítems 16 (cambios en el patrón de sueño) y 18 (cambios en el apetito) que contienen 7 categorías. Para confiabilidad, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach de 0,889, lo que significa muy aceptable, con alta confiabilidad y validez.

17 Para la variable procrastinación, se usará la Escala de Procrastinación Académica (EPA), que fue desarrollada por Busko en el año 1998 en la ciudad de Gueph- Canadá para estudiar las causas y las consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación en alumnos de pregrado, en primera instancia constaba de 16 ítems; Domínguez lo adapto al contexto peruano (2016), obtuvo una confiabilidad de 0.86. La validez se obtuvo, por medio AFE, resultando la distribución con dos factores que explican la variable en un 82%, con saturaciones de sus ítems mayores a.37 y los errores de medición fueron valores de 0.123 para procrastinación académica. (Álvarez, 2010). todos los ítems se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos, donde las opciones respuesta son: Nunca (1), Pocas Veces (2), A veces (3), Casi Siempre (4) y Siempre (5). La interpretación de los puntajes es directa; esto quiere decir que, a mayor puntaje obtenido de la prueba, el universitario presenta una conducta más elevada de procrastinación. Siendo los niveles de procrastinación académica: Alta (41-60), Moderada (21-40), Baja (0-20).. Trujillo-Chumán & Noé-Grijalva (2020).

Los criterios de inclusión fueron: Ser estudiante de la UPeU; Aceptar voluntariamente desarrollar el instrumento; Estudiantes del 1er al 4to ciclo de una carrera de salud; El estudiante debe estar matriculado para su participación; Debe llenar el termino de consentimiento y cuestionario de manera completa.

Los datos recogidos se ingresarán a la base de datos estadísticos con el programa SPSS versión 25. Los datos recogidos se ingresarán a la base de datos estadísticos usando el programa SPSS versión 25, se realizaron los procesos de limpieza considerando la eliminación de los casos con un dato perdido, se comprobaron los supuestos que exige la regresión lineal como supuestos de normalidad colinealidad, autocorrelación de errores, y para poder generar el modelo de regresión lineal se introdujeron las variables que el análisis bivariado resultaron significativas. aquellos casos que no presenten criterios de inclusión serán eliminados. Los resultados obtenidos se presentarán con tablas y figuras, para estadística para analizar los datos es análisis de ecuaciones estructurales.

El estudio cuenta con la aprobación del comité de ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión (2023-CE-FCS-UPEU-023).

RESULTADOS

La tabla 1 presenta los datos sociodemográficos. La edad promedio de los participantes es de 18.99 años con una desviación estándar de 2.31 años, lo que indica una variabilidad moderada en las edades. En cuanto al sexo, los participantes masculinos representan el 42.6% de la muestra, mientras que las participantes de sexo femenino constituyen el 57.4%. Respecto a la carrera profesional, los participantes estudian Enfermería, equivalen al 28.96% de la muestra. Los que están en la carrera de Nutrición, representan el 33.86%. Y los que estudian Psicología, corresponden al 37.18%.

Tabla 1
Datos sociodemográficos

Variable	Media	Desviación Estándar
Edad	18.99	2.31
Variable	f	%
Sexo		
Masculino	180	42,6
Femenino	243	57,4
Carrera Profesional		
Enfermería	148	28.96%
Nutrición	173	33.86%
Psicología	190	37.18%

Fuente: elaboración propia

La tabla 2 presenta un análisis descriptivo de varias variables relacionadas con la ansiedad, la depresión y la procrastinación en los estudiantes. En cuanto a la ansiedad, se midieron dos tipos: ansiedad estado (lo que sienten en el momento) y ansiedad rasgo (una tendencia más permanente a la ansiedad). La ansiedad estado se dividió en dos condiciones: presente y ausente. En la condición presente, los estudiantes obtuvieron una puntuación promedio de 17.84, con un rango de 10 a 27. En la condición ausente, la puntuación promedio fue de 18.16, con un rango de 10 a 29. La ansiedad rasgo también se dividió en presente y ausente, donde el promedio en la condición presente fue de 23.13 con rango 13 a 36, y en la condición ausente, el promedio fue de 12.75, con un rango de 7 a 21.

La depresión se evaluó en dos dimensiones: somato-motivacional y cognitivo-afectivo. La dimensión somato-motivacional, que abarca los síntomas físicos y la motivación, mostró un promedio de 9.87, con un rango de puntuaciones entre 0 y 24. La dimensión cognitivo-

afectiva, que se enfoca en los pensamientos y emociones, obtuvo un promedio de 15.58, con un rango de 0 a 40. Esto indica que los estudiantes experimentan una variedad de síntomas depresivos, tanto físicos como emocionales.

Finalmente, en el caso de la procrastinación, se analizaron dos aspectos: la autorregulación académica y la postergación de actividades. En cuanto a la autorregulación académica, el promedio fue de 30.15, con un rango de 9 a 45, lo que sugiere que algunos estudiantes tienen dificultades para organizar su tiempo y cumplir con sus responsabilidades académicas. En cuanto a la postergación de actividades, el promedio fue de 9.42, con un rango de 3 a 15, lo que refleja una tendencia a aplazar las tareas importantes.

Tabla 2
Análisis descriptivo de las variables de estudio

Variable	Min.	Max.	Media	Desviación Estándar	Asimetría	Curtosis
Ansiedad Estado – Rasgo						
Ansiedad Estado Presente	10	27	17.84	4.08	0.14	-0.84
Ansiedad Estado Ausente	10	29	18.16	4.06	0.2	-0.48
Ansiedad Rasgo Presente	13	36	23.13	5.23	0.23	-0.91
Ansiedad Rasgo Ausente	7	21	12.75	3.22	0.3	-0.61
Depresión						
Somato-Motivacional	0	24	9.87	5.84	0.28	-0.7
Cognitivo-Afectivo	0	40	15.58	9.49	0.33	-0.65
Procrastinación						
Autorregulación Académica	9	45	30.15	8	-0.52	-0.24
Postergación de Actividades	3	15	9.42	3.16	-0.12	-0.86

Fuente: elaboración propia

Nota: g1:asimetría ; g2: curtosis

La tabla 3 muestra el análisis de correlación entre la autorregulación académica, la postergación de actividades y diferentes aspectos de la ansiedad y la depresión en los estudiantes.

4 La autorregulación académica se relaciona positivamente con la ansiedad en estado presente (0.37) y la ansiedad en estado ausente (0.44). Esto significa que a medida que aumenta la ansiedad, también tiende a aumentar la capacidad de los estudiantes para autorregularse académicamente. Además, la ansiedad rasgo presente muestra una correlación positiva fuerte (0.41), mientras que la ansiedad rasgo ausente también tiene una correlación positiva moderada (0.40). Esto sugiere que una mayor ansiedad, ya sea en el momento o como rasgo, está asociada con una mejor autorregulación académica.

1 En contraste, la postergación de actividades muestra una relación positiva con la ansiedad estado presente (0.41) y la ansiedad estado ausente (0.38), indicando que a mayor ansiedad, mayor es la tendencia a posponer actividades. La ansiedad rasgo presente tiene una correlación aún más fuerte con la postergación de actividades (0.51), mientras que la ansiedad rasgo ausente muestra una correlación moderada (0.33). Estos resultados sugieren que los estudiantes que experimentan niveles más altos de ansiedad suelen procrastinar más.

19 En cuanto a la depresión, la dimensión somato-motivacional muestra una correlación negativa con la autorregulación académica (-0.33) y una correlación aún más baja con la postergación de actividades (-0.15). Esto implica que los síntomas físicos y motivacionales de la depresión están relacionados con una menor capacidad de autorregulación, pero no influyen significativamente en la procrastinación. Por otro lado, la dimensión cognitivo-afectiva de la depresión muestra correlaciones negativas similares con la autorregulación académica (-0.32) y una correlación aún menor con la postergación de actividades (-0.08). Esto sugiere que los problemas de pensamiento y emociones asociados con la depresión

afectan negativamente la capacidad de autorregulación académica, pero tienen poco impacto en la procrastinación.

Tabla 3
Análisis de correlación entre las variables de estudio

	Autorregulación Académica	Postergación de Actividades
Ansiedad Estado Presente	.37**	.41**
Ansiedad Estado Ausente	.44**	.38**
Ansiedad Rasgo Presente	.41**	.51**
Ansiedad Rasgo Ausente	.40**	.33**
Somato-Motivacional	-.33**	-.15**
Cognitivo-Afectivo	-.32**	-.08**

Fuente: elaboración propia

Nota: ** $p < 0.01$

La tabla 4 proporciona datos sobre la fiabilidad de las variables de estudio, evaluada mediante dos índices: el alfa de Cronbach (α) y el omega (ω).

Para la ansiedad estado presente, el alfa de Cronbach es 0.80 y el omega es 0.81. Esto indica una buena consistencia interna en la medición de la ansiedad que los estudiantes experimentan en el momento presente. En el caso de la ansiedad estado ausente, los valores son 0.81 para α y 0.84 para ω , mostrando también una buena consistencia en la medición de la ansiedad cuando esta no está presente.

La ansiedad rasgo presente tiene una fiabilidad muy alta con un alfa de 0.84 y un omega de 0.85, lo que sugiere que el instrumento mide de manera consistente la tendencia de los estudiantes a sentir ansiedad de forma generalizada. La ansiedad rasgo ausente muestra una fiabilidad ligeramente menor, con valores de 0.78 para α y 0.79 para ω , pero sigue siendo buena.

En cuanto a la depresión, la dimensión somato-motivacional tiene un alfa de 0.86 y un omega

de 0.87, indicando una alta consistencia en la medición de los síntomas físicos y motivacionales de la depresión. La dimensión cognitivo-afectiva presenta una fiabilidad aún mayor, con un alfa de 0.90 y un omega de 0.91, lo que refleja una excelente consistencia en la medición de los aspectos cognitivos y emocionales de la depresión.

La desregulación académica muestra una fiabilidad muy alta con valores de 0.93 tanto para α como para ω , lo que indica una alta consistencia en la medición de la capacidad de los estudiantes para autorregularse en el ámbito académico. Finalmente, la postergación de actividades tiene una fiabilidad de 0.84 para ambos índices, lo que sugiere una buena consistencia en la medición de la tendencia a aplazar tareas.

Tabla 4
Fiabilidad de las variables de estudio

Variable	α	ω
Ansiedad Estado Presente	.80	.81
Ansiedad Estado Ausente	.81	.84
Ansiedad Rasgo Presente	.84	.85
Ansiedad Rasgo Ausente	.78	.79
Somato-Motivacional	.86	.87
Cognitivo-Afectivo	.90	.91
Desregulación Académica	.93	.93
Postergación de Actividades	.84	.84

Fuente: elaboración propia

La tabla 5 muestra el índice de ajuste de un modelo de ecuaciones estructurales que examina cómo la procrastinación influye en la ansiedad y la depresión. A continuación, se interpretan los distintos índices de ajuste presentados:

El valor chi-cuadrado (χ^2) es 15835.99 con 2485 grados de libertad (gl), y el valor p es 0.000.

Un valor p menor a 0.05 indica que el modelo no se ajusta perfectamente a los datos, pero el

valor chi-cuadrado elevado puede deberse al tamaño de la muestra, que podría hacer que incluso ajustes buenos se muestren como estadísticamente significativos.

El Índice de Ajuste Comparativo (CFI) es 0.911, mientras que el Índice de Ajuste Tucker-Lewis (TLI) es 0.907. Ambos índices son superiores a 0.90, lo que indica un buen ajuste del modelo. Estos índices comparan el ajuste del modelo propuesto con un modelo nulo, donde un valor mayor a 0.90 sugiere que el modelo se ajusta bien a los datos.

El Error Cuadrático Medio de Aproximación (RMSEA) es 0.035, con un intervalo de confianza de [0.032, 0.037]. Este índice mide la cantidad de error de ajuste del modelo, y un valor menor a 0.06 es considerado excelente. Dado que 0.035 está dentro del rango de ajuste excelente, sugiere que el modelo se ajusta bien a los datos en términos de error de aproximación.

El Índice de Residuos Estandarizados (SRMR) es 0.054. Este índice mide la discrepancia entre los residuos observados y los predichos por el modelo. Un valor menor a 0.08 indica un buen ajuste, por lo que 0.054 sugiere que el modelo tiene un ajuste adecuado.

Tabla 5
Índice de Ajuste del Modelo de Ecuaciones Estructurales

Modelo	χ^2	gl	p	Índice de Ajuste Comparativo (CFI)	Índice Tucker-Lewis (TLI)	Raíz del Error Cuadrático Medio Estándar (RMSEA)	Raíz del Residuo Cuadrático Medio Estándar (SRMR)
Procrastinación influye en Ansiedad y Depresión	15835.99	2485	0.000	0.911	0.907	0.035 [0.032,0.037]	0.054

Fuente: elaboración propia

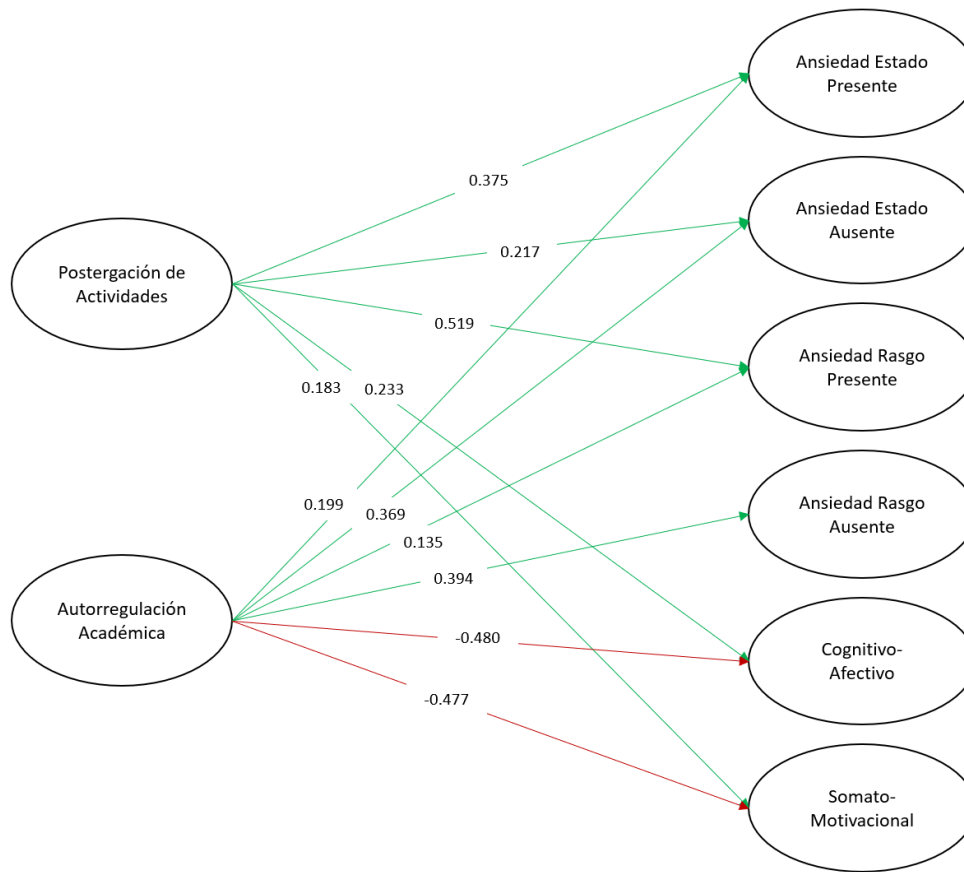
La figura 1 presenta un diagrama de ecuaciones estructurales que ilustra las influencias de la postergación de actividades y la autorregulación académica sobre diversas variables de ansiedad y motivación. Las flechas verdes representan influencias positivas, mientras que las flechas rojas indican influencias negativas. Los coeficientes de regresión están asociados con cada flecha, mostrando la magnitud de las influencias.

La postergación de actividades influye positivamente en la ansiedad estado presente ($\beta = 0.375$), ansiedad estado ausente ($\beta = 0.217$), ansiedad rasgo presente ($\beta = 0.519$), ansiedad rasgo ausente ($\beta = 0.147$), cognitivo-afectivo ($\beta = 0.233$), y somato-motivacional ($\beta = 0.183$). Estas influencias indican que un aumento en la postergación de actividades está asociado con un incremento en los niveles de ansiedad y en los aspectos cognitivo-afectivo y somato-motivacional de la depresión.

Por otro lado, la autorregulación académica muestra influencias positivas sobre la ansiedad estado presente ($\beta = 0.199$), ansiedad estado ausente ($\beta = 0.369$), ansiedad rasgo presente ($\beta = 0.135$) y ansiedad rasgo ausente ($\beta = 0.394$). Sin embargo, influye negativamente en las variables cognitivo-afectivo ($\beta = -0.480$) y somato-motivacional ($\beta = -0.477$). Esto sugiere que una mayor autorregulación académica está asociada con una reducción en los aspectos cognitivo-afectivo y somato-motivacional de la depresión, aunque está relacionada con un aumento en ciertos tipos de ansiedad.

Figura 1

Modelo de ecuaciones estructurales



Discusión

En el presente estudio se observa que la edad promedio de los participantes es de 18.99 años con una desviación estándar de 2.31 años, lo que indica una variabilidad moderada en las edades. En cuanto al sexo, los participantes masculinos representan el 42.6% de la muestra, mientras que las participantes de sexo femenino constituyen el 57.4%; resultado similar al estudio de Sandra de la Cruz (2021) procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios, en donde se observa que las edades oscilan entre los 18 a 30 años y en donde existió mayor predominio del genero femenino con un (70,2%).

La ansiedad estado se dividió en dos condiciones: presente y ausente. En la condición

presente, los estudiantes obtuvieron una puntuación promedio de 17.84, con un rango de 10 a 27. La ansiedad rasgo tuvo un promedio en la condición presente de 23.13 con rango 13 a 36. Resultados similares al estudio de Hernández (2023) en donde se observó que se existe ansiedad estado con una puntuación promedio de 46 y en el caso de ansiedad rasgo con una puntuación promedio de 11.54.

La depresión se evaluó en dos dimensiones: somato-motivacional y cognitivo-afectivo. La dimensión somato-motivacional, que abarca los síntomas físicos y la motivación, mostró un promedio de 9.87, con un rango de puntuaciones entre 0 y 24. La dimensión cognitivo-afectiva, que se enfoca en los pensamientos y emociones, obtuvo un promedio de 15.58, con un rango de 0 a 40. Resultado similar al estudio de Montoya (2022) en donde se pudo apreciar una puntuación de 11.57 de la parte anímica y mental de los participantes.

de la procrastinación, se analizaron dos aspectos: la autorregulación académica y la postergación de actividades. En cuanto a la autorregulación académica, el promedio fue de 30.15, con un rango de 9 a 45; En cuanto a la postergación de actividades, el promedio fue de 9.42, con un rango de 3 a 15. De acuerdo con los resultados de Chérrez (2021) en donde se pudo observar que al analizar la dimensión postergación de actividades, se observó un (52%); mientras que la dimensión autorregulación académica, estableció que la mayoría de los estudiantes se ubicaron en el nivel promedio con un (48%).

En la tabla 3 se muestra el análisis de correlación entre las dos dimensiones de procrastinación académica (la autorregulación académica y la postergación de actividades) con las dimensiones de Ansiedad Estado-Rasgo y Depresión, con significancia estadística ($p < 0.01$). En cuanto a la autorregulación académica, se observa que la ansiedad estado presente tiene una correlación positiva de 0.37**, lo que indica que, a mayor ansiedad-estado presente, mayor es la autorregulación académica.

1 La ansiedad rasgo presente también tiene una correlación positiva de 0.41**, lo que significa que una mayor tendencia a experimentar ansiedad como rasgo está relacionada con una mayor autorregulación. Además, la ansiedad rasgo ausente presenta una correlación positiva de 0.40**, indicando que la ausencia de ansiedad como rasgo se asocia con una mejor autorregulación académica.

2 Además Jochmann (2024) reportó similitud como, los valores de Rho de Spearman posibilitaron establecer la existencia de una correlación estadísticamente significativa entre postergación y ansiedad ($p=0,029$), la que fue positiva y moderada ($Rho=0,309$).

En cuanto a la postergación de actividades, se encuentra que la ansiedad estado presente tiene una correlación positiva de 0.41**, lo que significa que a mayor ansiedad-estado presente, mayor es la tendencia a postergar actividades. La ansiedad estado ausente presenta una correlación positiva de 0.38**, sugiriendo que la falta de ansiedad-estado está asociada con una mayor postergación de actividades.

10 Al analizar los resultados obtenidos en una investigación similar realizada por Córdova & Alarcón (2019) se evidenció que en la muestra no existe relación significativa entre los hábitos de estudio y la procrastinación académica. También se halló relación entre preparación de exámenes de los hábitos de estudio con la postergación de actividades de la procrastinación académica.

35 La tabla 4 presenta la fiabilidad de las variables de estudio, medida a través de los coeficientes alfa de Cronbach (α) y omega (ω). Todos los coeficientes indican una buena a excelente consistencia interna: la ansiedad estado presente ($\alpha = 0.80$, $\omega = 0.81$), ansiedad estado ausente ($\alpha = 0.81$, $\omega = 0.84$), ansiedad rasgo presente ($\alpha = 0.84$, $\omega = 0.85$).

2 Misma que fue empleada por Altamirano (2021) para elaborar su estudio, con un Alfa de Cronbach que oscila entre 0,79 y 0,86, que muestra una buena consistencia interna.

5 Los resultados muestran que la postergación de actividades tiene una influencia positiva significativa en todas las formas de ansiedad: ansiedad estado presente ($\beta = 0.375$), ansiedad estado ausente ($\beta = 0.217$), ansiedad rasgo presente ($\beta = 0.519$) y ansiedad rasgo ausente ($\beta = 0.147$). Además, también afecta los aspectos cognitivo-afectivo ($\beta = 0.233$) y somato-motivacional ($\beta = 0.183$) de la depresión.

21 En comparación con el estudio de Jochmann (2024), que encontró que la procrastinación condujo a síntomas de depresión y ansiedad a lo largo del tiempo sin que el estrés percibido actuara como mediador, mis resultados indican una relación directa y significativa entre la procrastinación y diversas formas de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios.

5 Específicamente, mis hallazgos muestran que la procrastinación tiene una influencia positiva significativa en todas las formas de ansiedad medida: ansiedad en estado presente ($\beta = 0.375$), ansiedad en estado ausente ($\beta = 0.217$), ansiedad en rasgo presente ($\beta = 0.519$) y ansiedad en rasgo ausente ($\beta = 0.147$). Además, la procrastinación afecta tanto los aspectos cognitivo-afectivos ($\beta = 0.233$) como somato-motivacionales ($\beta = 0.183$) de la depresión. A diferencia del estudio de Jochmann (2024) en el que el estrés percibido no mediaba la relación entre procrastinación y salud mental, mis resultados sugieren que la procrastinación está directamente relacionada con síntomas de ansiedad y depresión, sin un mediador claro como el estrés percibido.

La autorregulación académica presenta una influencia dual. Muestra una relación positiva con la ansiedad estado presente ($\beta = 0.199$), ansiedad estado ausente ($\beta = 0.369$), ansiedad rasgo presente ($\beta = 0.135$) y ansiedad rasgo ausente ($\beta = 0.394$). Sin embargo, tiene una influencia negativa en los aspectos cognitivo-afectivo ($\beta = -0.480$) y somato-motivacional ($\beta = -0.477$) de la depresión.

40 Estos resultados contrastan con los hallazgos de Ragusa (2023), quienes encontraron que la

11 autorregulación académica predice negativamente la procrastinación, la cual a su vez predice positivamente el estrés y la ansiedad académicos. Además, Ragusa (2023) identificaron que la resiliencia actúa como un factor protector, estando positivamente relacionada con la ansiedad académico, y predice positivamente el rendimiento académico, mientras que la ansiedad predice negativamente el rendimiento académico. Aunque mi estudio no incluyó la resiliencia como variable, los hallazgos destacan la compleja interacción entre autorregulación, procrastinación, ansiedad y depresión

Conclusión

37 En el presente estudio, observamos que la edad promedio de los participantes es de 18.99 años, en cuanto al sexo, los participantes masculinos representan el 42.6% de la muestra, mientras que las participantes de sexo femenino constituyen el 57.4%

8 El análisis de correlación entre las dos dimensiones de procrastinación académica (la autorregulación académica y la postergación de actividades) con las dimensiones de 4 Ansiedad Estado-Rasgo y Depresión, con significancia estadística ($p < 0.01$). En cuanto a la 13 autorregulación académica, se observa que la ansiedad estado presente tiene una correlación 1 positiva de 0.37**, lo que indica que, a mayor ansiedad-estado presente, mayor es la autorregulación académica.

La ansiedad rasgo presente también tiene una correlación positiva de 0.41**, lo que significa que una mayor tendencia a experimentar ansiedad como rasgo está relacionada con una mayor autorregulación.

9 En cuanto a la postergación de actividades, se encuentra que la ansiedad estado presente tiene una correlación positiva de 0.41**, lo que significa que a mayor ansiedad-estado presente, mayor es la tendencia a postergar actividades

5 Los resultados muestran que la postergación de actividades tiene una influencia positiva

significativa en todas las formas de ansiedad, además, también afecta los aspectos cognitivo-afectivo y somato-motivacional de la depresión.

Referencias Bibliográficas

Altamirano, C., & Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. REVISTA EUGENIO ESPEJO, 15(3), 16–28. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>

Altamirano Chérrez, C. E., Rodríguez Pérez, M. L., Altamirano Chérrez, C. E., & Rodríguez Pérez, M. L. (2021a). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. Revista Eugenio Espejo , 15(3), 16–28. <https://doi.org/10.37135/EE.04.12.03>

Altamirano Chérrez, C. E., Rodríguez Pérez, M. L., Altamirano Chérrez, C. E., & Rodríguez Pérez, M. L. (2021b). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. Revista Eugenio Espejo , 15(3), 16–28. <https://doi.org/10.37135/EE.04.12.03>

Brian Ibañez Montoya, J. (2022). FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA TESIS AUTOR LÍNEA DE INVESTIGACIÓN.

Casari, L. M. (2020). Diseños Cuantitativos de Investigación en Psicología: una introducción.

Castillo Riquelme, V., Cabezas Maureira, N., Vera Navarro, C., Toledo Puente, C., Castillo Riquelme, V., Cabezas Maureira, N., Vera Navarro, C., & Toledo Puente, C. (2021). Ansiedad al aprendizaje en línea: relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios. Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria, 15(1). <https://doi.org/10.19083/RIDU.2021.1284>

Córdova Torres, P., & Alarcón Arias, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. CASUS: Revista de Investigación y Casos En Salud, ISSN 2519-0652, ISSN-e 2519-9110, Vol. 4, No. 1,

2019, Págs. 22-29, 4(1), 22–29.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6985490&info=resumen&idioma=E>
NG

Galindo-Vázquez, O., Ramírez-Orozco, M., Costas-Muñiz, R., Mendoza-Contreras, L., Calderillo-Ruíz, G., & Meneses-García, A. (2020). Symptoms of anxiety, depression and self-care behaviors during the COVID-19 pandemic in the general population. *Gaceta Medica de Mexico*, 156(4), 298–305. <https://doi.org/10.24875/GMM.20000266>

January, J., Madhombiro, M., Chipamaunga, S., Ray, S., Chingono, A., & Abas, M. (2018). Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low- and middle-income countries: A systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 7(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s13643-018-0723-8>

Jochmann, A., Gusy, B., Lesener, T., & Wolter, C. (2024). Procrastination, depression and anxiety symptoms in university students: a three-wave longitudinal study on the mediating role of perceived stress. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01761-2>

María Guadalupe Hernández Cruz, Gabriela Chávez Contreras, Víctor Tonatiuh Ortiz Arango, & Ruth Marcela Romero Rojas. (2023). Análisis estadístico de la medición de ansiedad estado-rasgo y depresión en estudiantes de la Universidad Tecnológica Fidel Velázquez.

Orellana, C., & Orellana, L. (2020). Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID-19 en El Salvador (pp. 103–120).

Organización Mundial de la Salud. (2023). Depresion. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Ozamiz, N., Dosil, M., Picaza, M., & Idoiaga, N. (2020). Niveles de estrés , ansiedad y

depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4), 1–10. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>

Ragusa, A., González-Bernal, J., Trigueros, R., Caggiano, V., Navarro, N., Minguez-Minguez, L. A., Obregón, A. I., & Fernandez-Ortega, C. (2023). Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience and academic performance in a sample of Spanish secondary school students. *Frontiers in Psychology*, 14, 1073529. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2023.1073529/BIBTEX>

Rojas, Enrique. (2021). *Cómo superar la ansiedad : la obra definitiva para vencer el estrés, las fobias y las obsesiones*. Espasa, sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

SANDRA ANAIS RUIZ DE LA CRUZ. (2021). UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO. <https://orcid.org/0000-0003-0781-5344>

Solomon, A., De, T., Mateo, F., & Ramos, F. (n.d.). *El demonio de la depresión Un atlas de la enfermedad Edición actualizada*. www.megustaleerebooks.com

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. In *Psychological Bulletin* (Vol. 133, Issue 1, pp. 65–94). <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

Tijerina, L., González, E., Gómez, M., Cisneros, M., Rodríguez, K., & Ramos, E. (2018). Depresión, Ansiedad y Estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41–47.

Toaza Navia, V. E., & Valencia Cepeda, M. C. (2023). Procrastinación académica y regulación emocional en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.794>

Trujillo-Chumán, K., & Noé-Grijalva, M. (2020). La Escala de Procrastinación

Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes Peruanos. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 15(1), 98. <https://doi.org/10.23923/RPYE2020.01.189>

Altamirano, C., & Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *REVISTA EUGENIO ESPEJO*, 15(3), 16–28. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>

Altamirano Chérrez, C. E., Rodríguez Pérez, M. L., Altamirano Chérrez, C. E., & Rodríguez Pérez, M. L. (2021a). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16–28. <https://doi.org/10.37135/EE.04.12.03>

Altamirano Chérrez, C. E., Rodríguez Pérez, M. L., Altamirano Chérrez, C. E., & Rodríguez Pérez, M. L. (2021b). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16–28. <https://doi.org/10.37135/EE.04.12.03>

Brian Ibañez Montoya, J. (2022). FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA TESIS AUTOR LÍNEA DE INVESTIGACIÓN.

Casari, L. M. (2020). Diseños Cuantitativos de Investigación en Psicología: una introducción.

Castillo Riquelme, V., Cabezas Maureira, N., Vera Navarro, C., Toledo Puente, C., Castillo Riquelme, V., Cabezas Maureira, N., Vera Navarro, C., & Toledo Puente, C. (2021). Ansiedad al aprendizaje en línea: relación con actitud, género, entorno y salud mental en universitarios. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 15(1). <https://doi.org/10.19083/RIDU.2021.1284>

Córdova Torres, P., & Alarcón Arias, A. (2019). Hábitos de estudio y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Lima Norte. *CASUS: Revista de*

Investigación y Casos En Salud, ISSN 2519-0652, ISSN-e 2519-9110, Vol. 4, No. 1, 2019, Págs. 22-29, 4(1), 22–29.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6985490&info=resumen&idioma=ENG>

Galindo-Vázquez, O., Ramírez-Orozco, M., Costas-Muñiz, R., Mendoza-Contreras, L., Calderillo-Ruiz, G., & Meneses-García, A. (2020). Symptoms of anxiety, depression and self-care behaviors during the COVID-19 pandemic in the general population. *Gaceta Medica de Mexico*, 156(4), 298–305. <https://doi.org/10.24875/GMM.20000266>

January, J., Madhombiro, M., Chipamaunga, S., Ray, S., Chingono, A., & Abas, M. (2018). Prevalence of depression and anxiety among undergraduate university students in low- and middle-income countries: A systematic review protocol. *Systematic Reviews*, 7(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s13643-018-0723-8>

Jochmann, A., Gusy, B., Lesener, T., & Wolter, C. (2024). Procrastination, depression and anxiety symptoms in university students: a three-wave longitudinal study on the mediating role of perceived stress. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01761-2>

María Guadalupe Hernández Cruz, Gabriela Chávez Contreras, Víctor Tonatíuh Ortiz Arango, & Ruth Marcela Romero Rojas. (2023). Análisis estadístico de la medición de ansiedad estado-rasgo y depresión en estudiantes de la Universidad Tecnológica Fidel Velázquez.

Orellana, C., & Orellana, L. (2020). Predictores de síntomas emocionales durante la cuarentena domiciliar por pandemia de COVID-19 en El Salvador (pp. 103–120).

Organización Mundial de la Salud. (2023). Depression. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Ozamiz, N., Dosil, M., Picaza, M., & Idoiaga, N. (2020). Niveles de estrés , ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36(4), 1–10. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>

Ragusa, A., González-Bernal, J., Trigueros, R., Caggiano, V., Navarro, N., Minguez-Minguez, L. A., Obregón, A. I., & Fernandez-Ortega, C. (2023). Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience and academic performance in a sample of Spanish secondary school students. *Frontiers in Psychology*, 14, 1073529. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2023.1073529/BIBTEX>

Rojas, Enrique. (2021). *Cómo superar la ansiedad : la obra definitiva para vencer el estrés, las fobias y las obsesiones*. Espasa, sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

SANDRA ANAIS RUIZ DE LA CRUZ. (2021). UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO. <https://orcid.org/0000-0003-0781-5344>

Solomon, A., De, T., Mateo, F., & Ramos, F. (n.d.). *El demonio de la depresión Un atlas de la enfermedad Edición actualizada*. www.megustaleerebooks.com

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. In *Psychological Bulletin* (Vol. 133, Issue 1, pp. 65–94). <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

Tijerina, L., González, E., Gómez, M., Cisneros, M., Rodríguez, K., & Ramos, E. (2018). Depresión, Ansiedad y Estrés en estudiantes de nuevo ingreso a la educación superior. *Revista Salud Pública y Nutrición*, 17(4), 41–47.

Toaza Navia, V. E., & Valencia Cepeda, M. C. (2023). Procrastinación académica y regulación emocional en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.794>

Trujillo-Chumán, K., & Noé-Grijalva, M. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes Peruanos. *Revista de Psicología y Educación - Journal of Psychology and Education*, 15(1), 98. <https://doi.org/10.23923/RPYE2020.01.189>

