

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Análisis predictivo del tecnoestrés y la procrastinación académica
en estudiantes universitarios de la selva peruana.**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicólogo (a)

Autores:

Jhany Selene García Ríos

Martha Adelina Tapullima Vásquez

Asesor:

Mtra. Celina Ramírez Vega

Tarapoto, mayo de 2026

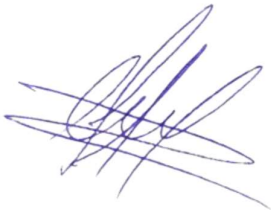
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Celina Ramírez Vega, docente de la Facultad de ciencias de la salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **Análisis predictivo del tecnoestrés y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la selva peruana**” de Jhany Selene García Rios, Martha Adelina Tapullima Vásquez tiene un índice de similitud de 7% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Tarapoto, a los 25 días del mes de mayo del año 2026.



Celina Ramírez Vega

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En San Martín, Tarapoto, Morales, a 28 día(s) del mes de mayo del año 2020 siendo las 15:10 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Tarapoto, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mtra. Jesenia Elizabeth Huamán Rama (la) secretario(a): Mtro. Dan Eroc Sáenz Gaspar y los demás miembros: Psic. Gabriela Nahir Jiménez y el (la) asesor(a) Mtra. Estina Ramírez Vega

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Análisis predictivo del temoestrés y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la selva peruana"

- de los (las) bachilleres:
- a) Jhany Selene García Ríos
 - b) Martha Adelina Tapullima Vázquez
 - c) _____

conducente a la obtención del título profesional de: Psicóloga
(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Jhany Selene García Ríos

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>18</u>	<u>A-</u>	<u>Muy bueno</u>	<u>Sobresaliente</u>

Bachiller (b): Martha Adelina Tapullima Vázquez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>18</u>	<u>A-</u>	<u>Muy bueno</u>	<u>Sobresaliente</u>

Bachiller (c): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

[Firma]
Presidente/a

[Firma]
Secretario/a

[Firma]
Asesor/a

Miembro

Miembro

[Firma]
Bachiller (a)

[Firma]
Bachiller (b)

Bachiller (c)

Dedicatoria

Dedicamos este trabajo de investigación, en primer lugar, a Dios, por guiarnos con su infinito amor, concedernos fortaleza en los momentos de dificultad y brindarnos la sabiduría, perseverancia y esperanza necesarias para culminar esta importante meta académica y profesional.

A nuestros padres, especialmente a aquellos que hoy ya no se encuentran físicamente a nuestro lado, pero que viven eternamente en nuestros corazones. Su amor incondicional, esfuerzo incansable, sacrificios y enseñanzas fueron el pilar fundamental sobre el cual construimos nuestros sueños y aspiraciones. Aunque su ausencia deja un vacío imposible de llenar, su legado permanece vivo en cada paso que damos y en cada logro alcanzado. Este trabajo también es un homenaje a su memoria, porque fueron ellos quienes nos enseñaron el valor de la educación, la perseverancia y la fe.

A nuestras madres, familiares y seres queridos, por su apoyo incondicional, comprensión, paciencia y confianza durante cada etapa de este proceso. Gracias por acompañarnos en los momentos de incertidumbre, celebrar nuestros avances y alentarnos a seguir adelante cuando el camino parecía difícil. Su amor y compañía fueron una fuente constante de motivación para no rendirnos.

Finalmente, dedicamos este trabajo a nuestros docentes, amigos y a todas aquellas personas que, de una u otra manera, contribuyeron a nuestra formación personal y profesional, compartiendo sus conocimientos, experiencias y palabras de aliento que enriquecieron nuestro crecimiento. Con profundo amor, gratitud y eterna admiración, presentamos este trabajo como el fruto del esfuerzo, la perseverancia y los valores que nos inculcaron.

Agradecimientos

Expresamos nuestro más profundo agradecimiento a Dios, por concedernos la vida, guiarnos con su infinita sabiduría y brindarnos la fortaleza, perseverancia y fe necesarias para culminar satisfactoriamente esta importante etapa de nuestra formación profesional. Su presencia ha sido fundamental en cada desafío, permitiéndonos alcanzar una de las metas más significativas de nuestras vidas.

A nuestras familias, especialmente a nuestros padres, madres y seres queridos, por su amor incondicional, apoyo constante, comprensión y sacrificio a lo largo de este camino. Gracias por confiar en nosotras, alentarnos en los momentos difíciles y celebrar cada uno de nuestros logros. Su compañía y motivación fueron esenciales para mantenernos firmes en la consecución de nuestros objetivos.

Nuestro especial agradecimiento a nuestra asesora de tesis, así como a los docentes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión, por su orientación, dedicación y valiosos aportes académicos durante nuestra formación. Asimismo, agradecemos a la Universidad Nacional de San Martín por las facilidades brindadas para la ejecución de esta investigación y a los estudiantes que participaron voluntariamente, haciendo posible el desarrollo y culminación de este trabajo.

Finalmente, agradecemos a todas aquellas personas que, de manera directa o indirecta, contribuyeron con su apoyo, orientación y palabras de aliento durante este proceso. A cada una de ellas les expresamos nuestra más sincera gratitud, pues su aporte fue valioso para hacer realidad este logro académico y profesional.

Índice de Contenido

Declaración de autoría.....	ii
Acta de sustentación.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimientos.....	v
Índice de Contenido.....	vi
Resumen.....	vii
Abstract.....	
iix	
Introducción.....	11
Metodología.....	13
1. Diseño, tipo de investigación	13
2. Participantes.....	13
3. Instrumentos.....	16
3.1. Cuestionario de Tecnoestrés	16
3.2. Escala de Procrastinación académica	17
4. Procedimiento y aspectos éticos	17
5. Análisis estadístico	18
Resultados.....	19
1. Resultados descriptivos.....	19
1.1. Datos sociodemográficos.....	¡Error! Marcador no definido.
1.2. Análisis descriptivo de las variables.....	19
2. Resultados inferenciales.....	19
Discusión.....	
218	
Limitaciones.....	20
Conclusión.....	21
Declaración de financiamiento y de conflicto de interés.....	22
Referencias.....	25

**Análisis predictivo del tecnoestrés y la procrastinación académica en
estudiantes universitarios de la selva peruana**

**Predictive Analysis of Technostress and Academic Procrastination Among
University Students in the Peruvian Rainforest**

Resumen

Objetivo: Determinar el efecto predictivo del tecnoestrés sobre la procrastinación académica y sus dimensiones de autorregulación académica y postergación de actividades en universitarios de la selva peruana. **Materiales y métodos:** Estudio cuantitativo, no experimental, de corte transversal y de alcance predictivo. La muestra estuvo conformada por 422 estudiantes universitarios de 18 a 25 años de una universidad pública de la selva peruana, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se emplearon el Cuestionario de Tecnoestrés ($\alpha = 0,948$) y la Escala de Procrastinación Académica ($\alpha = 0,807$). El análisis incluyó estadísticos descriptivos, correlación de Spearman y regresión lineal simple, previa verificación de supuestos estadísticos. **Resultados:** Se encontró una relación positiva y significativa entre el tecnoestrés y la procrastinación académica ($p = 0,345$; $p < 0,001$). Asimismo, el tecnoestrés explicó el 4,0 % de la varianza de la procrastinación académica ($R^2 = 0,040$; $p < 0,001$). A nivel dimensional, se asoció negativamente con la autorregulación académica ($\beta = -0,239$; $p < 0,001$) y positivamente con la postergación de actividades ($\beta = 0,289$; $p < 0,001$). **Conclusiones:** El tecnoestrés

constituye un predictor significativo de la procrastinación académica, afectando la autorregulación y favoreciendo la postergación de actividades en estudiantes universitarios. Se recomienda que las instituciones de educación superior implementen estrategias orientadas al fortalecimiento de la autorregulación y al uso saludable de la tecnología, a fin de mitigar el impacto del tecnoestrés en el desempeño académico.

Palabras clave: Estrés psicológico; procrastinación; estudiantes universitarios
(Fuente: DeCS, BIREME).