

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Medicina Humana



**Procrastinación académica y la fatiga visual como factores asociados  
al estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una  
Universidad privada, 2025**

Tesis para obtener el título profesional de Médico Cirujano

**Autor:**

Yeisa Baslith, De la Cruz Riquez  
Vasthy Orializ, Reyes Casamayor

**Asesor:**

Magíster. Ricardo J. Rojas Humpire

Lima, 24 de julio del 2025

## DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DE TESIS

Yo Ricardo Josué Rojas Humpire, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Medicina Humana, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y LA FATIGA VISUAL RELACIONADO AL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE MEDICINA HUMANA DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA, 2025”** de las autoras Yeisa Baslith De la Cruz Riquez y Vasthy Orializ Reyes Casamayor tiene un índice de similitud de 16% 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 de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 24 días del mes de julio del año 2025.



---

Mg. Ricardo J. Rojas Humpire

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 24 día(s) del mes de julio del año 2025 siendo las 18:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Mg. Segura Chavez Luis Felipe, el (la) secretario(a): Mg. Albornoz Toyohama Roger Hiroshi y los demás miembros: Mg. Soriano Moreno Anderson Nelver y el (la) asesor(a) Mg. Rojas Humpire Ricardo Josue

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Procastinación académica y la fatiga visual relacionado al estrés académico en estudiantes de medicina humana de una universidad privada, 2026"

- de los (las) bachilleres: a) Vasthy Orjaliz Reyes Casamayor b) Yeisa Baslith De La Cruz Riquez c)

conducente a la obtención del título profesional de: Médico Cirujano

(Discriminación 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): Vasthy Orjaliz Reyes Casamayor

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: APROBADO, 15, B-, BUENO, MUY BUENO

Bachiller (b): Yeisa Baslith De La Cruz Riquez

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: APROBADO, 15, B-, BUENO, MUY BUENO

Bachiller (c):

Table with columns: CALIFICACIÓN, ESCALAS (Vigesimal, Literal, Cualitativa), Mérito. Values: (Empty)

(\*) 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.

Signature of Presidente/a

Signature of Secretario/a

Asesor/a

Miembro

Miembro

Bachiller (a)

Bachiller (b)

Bachiller (c)

## INDICE

• CARÁTULA.....	1
• DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA DE TESIS.....	2
• ACTA DE SUSTENTACIÓN.....	3
• ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN.....	5
• ANEXOS.....	20
○ EVIDENCIA DE SUMISIÓN.....	20
○ RESOLUCIÓN DE INSCRIPCIÓN DEL PERFIL DE PROYECTO DE TESIS EN FORMATO ARTÍCULO.....	21
○ CARTA DE APROBACIÓN DE COMITÉ DE ÉTICA.....	23
• INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	24

**Procrastinación académica y la fatiga visual como factores asociados al estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada, 2025**

**Academic Procrastination and Visual Fatigue as factors associated to Academic Stress in Human Medicine Students at a Private University**

Yeisa B. De la Cruz-Riquez<sup>1a</sup>, Vasthy O. Reyes-Casamayor<sup>1a</sup>, Ricardo J. Rojas-Humpire<sup>1b</sup>

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-2203-6222>, <https://orcid.org/0000-0002-0331-254X>

<sup>1</sup>Escuela de Medicina Humana, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú.

<sup>a</sup>Bachiller en Medicina Humana

<sup>b</sup>Magister en Medicina Humana

La investigación ha sido autofinanciada.

No hay conflictos de interés.

Correspondencia: Vasthy Orializ Reyes Casamayor [vasthyrc@gmail.com](mailto:vasthyrc@gmail.com)

*Este estudio es parte de la tesis: De la Cruz - Reyes.V. con enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de corte transversal y analítico relacionado al estrés académico asociada a variables de fatiga visual y estrés académico en una población de estudiantes de medicina Humana en la Universidad PERUANA UNIÓN . Lima - Perú 2025.*



## Resumen

**Introducción:** La procrastinación académica, la fatiga visual y el estrés académico son condiciones frecuentes entre estudiantes universitarios de ciencias de la salud, con implicancias negativas en su rendimiento y bienestar. Este estudio buscó determinar la relación entre la procrastinación académica y la fatiga visual con el estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada en Lima, durante el semestre 2025-I. **Materiales y métodos:** Se realizó un estudio analítico transversal, en una muestra de 337 estudiantes seleccionados por muestreo por cuotas. Se aplicaron tres instrumentos validados: el cuestionario EPA para procrastinación académica, el CVSS-17 para fatiga visual y el Inventario SISCO SV-21 para estrés académico. A través de modelos de regresión de Poisson crudos y ajustados. **Resultados:** Se observó que el 70.6% de los estudiantes presentaron procrastinación elevada por postergación y el 32.9% en autorregulación. Asimismo, el 35.9% presentó niveles altos de estrés académico, y la mediana de fatiga visual fue de 38.0 (RIQ: 35.0–40.0). En el análisis multivariable, la procrastinación por postergación (PRa=1.99; IC95%: 1.36–3.03), la alta autorregulación (PRa=1.61; IC95%: 1.19–2.18) se asociaron significativamente con el estrés académico. Sin embargo, la asociación entre fatiga visual sintomática y estrés académico, no fue significativa (PRa=1.02; IC95%: 0.99–1.08). **Conclusión:** El estudio evidenció que los niveles elevados de estrés académico en estudiantes de Medicina se encuentran significativamente asociados con la procrastinación académica.

Palabras clave: Estudiantes de medicina, Fatiga visual, Procrastinación académica, Salud mental, Universitarios.

## Abstract

Academic procrastination, visual fatigue, and academic stress are common conditions among university students in health sciences, with negative implications for their performance and well-being. This study sought to determine the relationship between academic procrastination and visual fatigue with academic stress in students of Human Medicine at a private university in Lima, during the 2025-I semester. **Materials and methods:** An analytical, cross-sectional study was conducted with a sample of 337 students selected through quota sampling. Three validated instruments were applied: the EPA questionnaire for academic procrastination, the CVSS-17 for visual fatigue, and the SISCO SV-21 Inventory for academic stress. Through crude and adjusted Poisson regression models. **Results:** It was found that 70.6% of the students presented high levels of procrastination due to task postponement, and 32.9% showed high self-regulation. Additionally, 35.9% reported high levels of academic stress, and the median visual fatigue score was 38.0 (IQR: 35.0–40.0). In the multivariate analysis, task-postponement procrastination (aPR=1.99; 95% CI: 1.36-3.03), and high self-regulation (aPR=1.61; 95% CI: 1.19–2.18) were significantly associated with academic stress. However, the association between symptomatic visual fatigue and academic stress was not significant (aPR=1.02; 95% CI: 0.99–1.08). **Conclusion:** The study showed that high levels of academic stress in medical students are significantly associated with academic procrastination.

**Keywords:** Medical students, Visual fatigue, Academic procrastination, Mental health, University students.

## 1. Introducción

El estrés académico es un factor que impacta significativamente en la educación superior médica suscitando preocupación por su influencia [1], particularmente en aquellos estudiantes que cursan disciplinas exigentes como las relacionadas con el campo de la salud [2]. En este sentido, la Organización Mundial de la Salud, refirió que un buen estado de salud, es considerado al “estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad”, por lo que, al no tener la capacidad de hacerle frente al estrés, sino vivir con él, es no es gozar de buena salud [3]. El estrés académico se percibe cuando la demanda académica supera los recursos del individuo para enfrentar la demanda, siendo esta una respuesta de adaptación al entorno [4]. La intensa carga de trabajo, la presión por mantener altos estándares académicos médicos, falta de tiempo y las demandas del currículo pueden generar altos niveles de estrés entre los estudiantes, lo que afecta su bienestar general y su capacidad para aprender de manera efectiva [5]. A nivel de Latinoamérica, un estudio en población ecuatoriana, reveló que estudiantes de nutrición y enfermería, presentaron 42% un nivel severo y el 36% nivel moderado de estrés, según el instrumento SISCO [6]. A nivel de Perú, según la web del Ministerio de educación, en 21 universidades encuestadas con el instrumento SISCO, hallaron en el 79 % de sus estudiantes cuadros de estrés [7]. Es evidente la alta prevalencia de estrés académico en estudiantes universitarios, lo cual de mantenerse altos los niveles de estrés de manera prolongada, podría generar una mala calidad de vida, agotamiento mental y físico e incluso trastornos de ansiedad y depresión [1,7]. Por otro lado se ha evidenciado en estudiantes de medicina, que el grado de estrés leve o ausencia de este, han sido debido a el desarrollo de conductas de afrontamiento positivas como la autorregulación, reevaluación de la situación y resolución de problemas [1,8]; o estrategias negativas como la evitación, el abuso de sustancias, tabaquismo y conductas sexuales de riesgo [1,5,9]. Además la organización panamericana de salud hizo referencia a que los trastornos mentales neurológicos y de consumo de sustancias representan el 10% de la mortalidad y el 30 % de enfermedades no mortales [10].

La procrastinación es un tipo común de falta de autorregulación que se relaciona con resultados desfavorables [11]. Se define como la demora voluntaria e innecesaria en el inicio o finalización de tareas cruciales y planificadas, a pesar del reconocimiento de las posibles consecuencias perjudiciales tanto para uno mismo como para otros como el mal humor, la apatía y afecto negativo [12]. No obstante, los efectos negativos de la postergación no se limitan únicamente a la productividad. Investigaciones recientes han evidenciado que la procrastinación puede tener amplias implicaciones negativas para la salud y el bienestar, particularmente cuando se convierte en un patrón conductual crónico [13,14]. Se ha asociado con niveles más altos de estrés, adopción de estrategias de afrontamiento menos efectivas, conductas de salud deficientes, mala calidad de

sueño, autoevaluación de la salud negativa y un mayor número de enfermedades y síntomas físicos [15].

Por otro lado, el uso cada vez más extendido de dispositivos digitales en el ámbito académico ha llevado consigo la emergencia de un problema de salud visual: la fatiga visual [16]. La asociación americana de optometría se refiere a la fatiga visual como un conjunto de problemas oculares asociados estrechamente con el uso prolongado de ordenadores de escritorio, portátiles, teléfonos, tabletas o lectores electrónicos, dando así recomendaciones de tiempo de uso menor a 4 horas diarias, buena iluminación ambiental, pantallas a 50 centímetros de los ojos, entre otras, evitando así los problemas relacionados con la fatiga visual [17]. Por la creciente dependencia de estos aparatos antes mencionados para las actividades de estudio, los estudiantes, especialmente aquellos de disciplinas relacionadas con la salud, se enfrentan a síntomas de fatiga ocular, como ojos secos, visión borrosa, dolores de cabeza y otros malestares que impactan su capacidad para concentrarse y rendir académicamente [18].

Sabiendo que el estrés académico se ha convertido en un factor inherente al entorno universitario, especialmente en disciplinas exigentes como medicina, es importante el estudio de sus factores asociados, como la fatiga visual, la cual no posee literatura suficiente en nuestro país en población estudiantil médica, así mismo no se ha abordado la relación de años estudiados con nivel de estrés alto, para crear estrategias eficaces, evitar consecuencias físicas y mentales [5,9], para lograr el desarrollo positivo de esta población médica [1].

Por lo tanto, esta investigación tuvo como objetivo conocer el grado de estrés aproximado que tuvieron los estudiantes con nivel alto de procrastinación y fatiga visual sintomática.

## 2. Materiales y métodos

### Diseño metodológico

Se desarrolló un estudio transversal, porque se realizó en un tiempo específico, de tipo analítico debido a que pretendió conocer la relación o grado de asociación que existe entre las variables. Es decir, se evaluará la variable dependiente y las variables independientes al mismo tiempo a fin de determinar cambios en la prevalencia del desenlace de interés [19].

### Población y muestra

La población objetivo estuvo conformada por los estudiantes de la Escuela Profesional de Medicina Humana de la Universidad Peruana Unión, sede Lima, matriculados en el semestre académico 2025-I. La población estuvo conformada por un total de 701 estudiantes. Para la selección de la muestra se empleó un muestreo no probabilístico por cuotas, a fin de asegurar una distribución proporcional según el año académico de estudio. Al ser no probabilístico no requiere cálculo de muestra. a cuota recolectada del primer año fue 87 estudiantes, del segundo año fue 81 estudiantes, del tercer año fue 65 estudiantes, del cuarto año fue 71 estudiantes, del quinto año fue 44 estudiantes y finalmente, del sexto año fue 41 estudiantes.

Al final del proceso de recolección, se alcanzó un total de 389 estudiantes.

Los criterios que usamos para la recolección, fueron los siguientes: estudiantes de medicina humana cursando la carga académica 2025-I, con margen de edad entre 18 y 49 años, y aquellos que hayan aceptado voluntariamente participar en el estudio con el consentimiento informado. Se excluyeron estudiantes del séptimo año, es decir del internado médico, debido a la variabilidad de exposición a la variable de interés.

Tras la recolección de datos, se descartaron 52 formularios que incumplían los criterios establecidos, 39 encuestas por edad fuera del rango estipulado, 13 encuestas por falta de consentimiento informado, lo cual garantizó la calidad y validez interna de la muestra final. Siendo la muestra final de 337 estudiantes.

### Variables independientes

**Procrastinación académica:** Se utilizó el cuestionario EPA, adaptado a estudiantes universitarios limeños, que consta de 12 ítems distribuidos en dos dimensiones: postergación de actividades (3 ítems) y autorregulación académica (9 ítems). Los ítems se califican en una escala tipo Likert de cinco puntos (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre, Siempre). La interpretación es directa: a mayor puntaje, mayor nivel de procrastinación. Para la dimensión de postergación, se considera nivel bajo un puntaje menor a 7, y nivel alto si es mayor a 9; en la dimensión de autorregulación, se considera nivel bajo un puntaje menor a 27, y nivel alto si es mayor a 35. El instrumento posee una confiabilidad adecuada con un Alfa de Cronbach de 0.82 [20].

**Fatiga visual:** Se aplicó la escala The Computer Vision Symptom Scale (CVSS17), adaptada y validada en escolares peruanos durante la pandemia por COVID-19. Este instrumento es unidimensional y contiene 17 ítems con opciones de respuesta tipo Likert de 3 o 4 alternativas. Las puntuaciones varían entre 17 y 53, donde 17-22 indica ausencia de fatiga visual y 23-53 indica presencia sintomática. La escala cuenta con un Alfa de Cronbach superior a 0.90, lo cual evidencia una alta consistencia interna [21].

### Variable dependiente

**Estrés académico:** Se empleó el Inventario SISCO SV-21, validado en estudiantes universitarios peruanos en el año 2021. Este instrumento contiene 21 ítems agrupados en tres dimensiones: estresores académicos (ítems 1-7), síntomas del estrés (ítems 8-14) y estrategias de afrontamiento (ítems 15-21), utilizando una escala tipo Likert de seis puntos que va desde 0 (Nunca) hasta 5 (Siempre). La interpretación de los puntajes se distribuye en tres niveles: estrés leve (0–33%), estrés moderado (34–66%) y estrés severo (67–100%). El instrumento presentó una confiabilidad adecuada con un Alfa de Cronbach de 0.89 [7].

La recopilación de datos se realizó en mayo de 2025. El instrumento fue administrado mediante un formulario virtual en Google Forms, difundido a través de canales oficiales y redes académicas. La primera interfaz del formulario incluía una explicación detallada sobre los objetivos del estudio,

los criterios de inclusión y exclusión, y el consentimiento informado. Asimismo, se ofrecieron incentivos académicos con el propósito de favorecer la participación voluntaria.

#### Análisis de datos

El procesamiento y análisis de los datos se realizó utilizando el lenguaje de programación R versión 4.0.2 (R Foundation for Statistical Computing, Austria; <http://www.R-project.org>). Las variables cualitativas fueron descritas mediante frecuencias absolutas y relativas (%), mientras que las variables cuantitativas fueron analizadas mediante medidas de tendencia central y dispersión, como la mediana y el rango intercuartílico (RIQ), debido a la distribución no normal de los datos.

Para el análisis comparativo se usó el test de chi-cuadrado, exacta de Fisher o Kruskal-Wallis dependiendo de la naturaleza de las variables y previo análisis de normalidad a través del test Kolmogorov-Smirnov (Anexo 1). Para establecer asociación independiente entre la procrastinación académica, fatiga visual y estrés académico, se dispuso modelos de regresión de Poisson con varianza robusta. Estos modelos de regresión generaron los PRc y PRa (Razón de prevalencias crudas y ajustadas) de cada factor, con sus respectivos intervalos de confianza al 95% (IC95%). Se consideró un valor de  $p < 0.05$  como un valor con significancia estadística.

#### Aspectos éticos

El estudio se desarrolló respetando los principios éticos de la investigación en seres humanos. Los datos fueron recolectados de forma confidencial y voluntaria, empleando un formulario virtual con consentimiento informado incluido. No se identificaron riesgos físicos ni psicológicos para los participantes. La información recolectada fue utilizada exclusivamente para fines académicos y fue resguardada por el equipo de investigación. Asimismo, el protocolo fue sometido a evaluación por el Comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, recibiendo la aprobación para su ejecución.

### 3. Resultados

El estudio incluyó a 337 estudiantes universitarios, cuya mediana de edad fue de 20.0 años (RIQ: 19.0–22.0). La mayoría fueron mujeres (62.3%) y cursaban una carga académica completa (80.7%). Asimismo, la mayoría no llevaba cursos extraprogramáticos (80.4%). En cuanto a la distribución por año de estudios, predominaban los estudiantes de segundo año (23.1%), seguidos por los de cuarto y tercer año (Tabla 1).

Respecto a las variables de fatiga visual, se observó una mediana de 38.0 e (RIQ: 35.0–40.0) en su puntaje, lo cual sugiere molestias visuales frecuentes. En términos de procrastinación, el 70.6% de los estudiantes presentaban un nivel alto en la dimensión de postergación, y el 32.9% un nivel alto en la dimensión de autorregulación. En cuanto al estrés académico, se observó una distribución equilibrada: 30.3% bajo, 33.8% medio y 35.9% alto (Tabla 1).

El análisis bivariado permitió identificar las variables independientes que presentaron asociación significativa con el nivel de estrés académico. En primer lugar, se encontró una diferencia

significativa en la edad ( $p=0.019$ ), con una tendencia a mayor edad en los estudiantes con niveles altos de estrés. Asimismo, el año de estudios se asoció significativamente con el nivel de estrés ( $p=0.006$ ), siendo los estudiantes de años superiores (4.º a 6.º año) quienes reportaron mayores niveles de estrés. También se observó una diferencia significativa en el puntaje de fatiga visual ( $p=0.047$ ), siendo más alto en el grupo con estrés elevado. Las dimensiones de la procrastinación mostraron asociaciones altamente significativas: tanto la postergación ( $p<0.001$ ) como la autorregulación alta ( $p=0.005$ ) fueron más frecuentes en los estudiantes con estrés académico alto (Tabla 2).

Por otro lado, variables como el sexo ( $p=0.111$ ), la carga académica ( $p=0.594$ ) y los cursos extraprogramáticos ( $p=0.492$ ) no mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los niveles de estrés académico (Tabla 2).

En el análisis multivariable mediante modelos de regresión de Poisson con varianza robusta confirmó varias de estas asociaciones: se encontró en los estudiantes con fatiga visual sintomática incrementan su prevalencia de estrés académico en un 5% (PRc=1.05; IC95%: 1.02-1.10;  $p=0.032$ ), además los estudiantes con alta procrastinación por postergación duplicaron su prevalencia de estrés académico, siendo estadísticamente significativa (PRc=2.1; IC95%: 1.45–3.14;  $p<0.001$ ). De igual manera, aquellos con autorregulación alta incrementó su prevalencia estadísticamente significativa de estrés académico en un 59% (PRc=1.59; IC95%: 1.19–2.11;  $p=0.002$ ).

Sin embargo, cabe resaltar que al ajustar los confusores, por edad, sexo, carga académica y año de estudios, persistió la asociación estadísticamente significativa, aquellos estudiantes con alta procrastinación por postergación mantuvieron el doble de prevalencia (PRa=1.99; IC95%: 1.36–3.03;  $p=0.001$ ), aquellos con autorregulación alta aumentaron su prevalencia al 61% (PRa=1.61; IC95%: 1.19–2.18;  $p=0.002$ ). Sin embargo, se perdió la asociación significativa entre fatiga visual sintomática y estrés académico (PRa=1.02; IC95%: 0.99–1.08;  $p=0.053$ ) (Tabla 3).

Tabla 1. Características generales de la población de estudio

<b>Variable</b>	<b>Total (n=337)</b>
Edad (años)	20.0 [19.0 - 22.0]
Sexo (%)	
Femenino	210 (62.3%)
Masculino	127 (37.7%)
Carga académica (%)	
Completa	275 (80.7%)
Incompleta	65 (19.3%)
Lleva cursos extraprogramáticos (%)	
No	271 (80.4%)
Si	66 (19.6%)
Año de estudios (%)	
1er año	48 (14.2%)

2do año	78 (23.1%)
3er año	63 (18.7%)
4to año	67 (19.9%)
5to año	43 (12.8%)
6to año	48 (11.3%)
Fatiga visual (score)	38.0 [35.0 - 40.0]
Procrastinación postergación (%)	
Alto	238 (70.6%)
Bajo	99 (29.4%)
Procrastinación autorregulación (%)	
Alto	111 (32.9%)
Bajo	226 (67.1%)
Estrés académico (%)	
Bajo	102 (30.3%)
Medio	114 (33.8%)
Alto	121 (35.9%)

VARIABLES presentadas como mediana [rango intercuartílico] o frecuencia absoluta y relativa (%).

Tabla 2. Comparación de las variables por nivel de estrés académico en estudiantes universitarios

Variables	Estrés académico		p-valor
	Bajo - medio (n=216)	Alto (n=121)	
Edad (años)	20.0 [19.0-22.0]	21.0 [19.0-23.0]	0.019*
Sexo (%)			0.111
Femenino	130 (61.9%)	80 (38.1%)	
Masculino	86 (67.7%)	41 (32.3%)	
Carga académica (%)			0.594
Completa	172 (63.2%)	100 (36.8%)	
Incompleta	44 (67.7%)	21 (32.3%)	
Lleva cursos extraprogramáticos (%)			0.492
No	176 (64.9%)	95 (35.1%)	
Si	40 (60.6%)	26 (39.4%)	
Año de estudios (%)			0.006*
1er año	41 (85.4%)	7 (14.6%)	
2do año	48 (61.5%)	30 (38.5%)	
3er año	43 (68.3%)	20 (31.7%)	
4to año	37 (55.2%)	30 (44.8%)	
5to año	24 (55.8%)	19 (44.2%)	
6to año	23 (60.5%)	15 (39.5%)	
Fatiga visual (score)	37.0 [35.0-39.0]	38.0 [35.0-40.0]	0.047*

Estrés académico	67.0[59.8-72.0]	68[81.0-91.0]	<0.001*
Procrastinación-postergación	9.00 [8.00-10.0]	10.0 [9.00-11.0]	<0.001*
Procrastinación-Autorregulación	29.0 [25.0-35.0]	33.0 [30.0-36.0]	<0.001
Procrastinación postergación (%)			<0.001*
Alto	137 (57.6%)	101 (42.4%)	
Bajo	49 (79.8%)	20 (20.2%)	
Procrastinación autorregulación (%)			0.005*
Alto	58 (52.3%)	53 (47.7%)	
Bajo	159 (69.9%)	68 (30.1%)	

VARIABLES PRESENTADAS COMO MEDIANA [RANGO INTERCUARTILICO] O FRECUENCIA ABSOLUTA Y RELATIVA (%).  
\*p<0.05, ESTADÍSTICAMENTE SIGNIFICATIVO POR U DE KRUSKAL-WALLIS O CHI-SQUARE.

Tabla 3. Modelos de regresión de poisson de la asociación entre fatiga visual, procrastinación y estrés académico

VARIABLES	PRc	IC95%	p-valor	PRa	IC95%	p-valor
Fatiga visual (score) <sup>a</sup>	1.05	1.02 – 1.10	0.032*	1.02	0.99 – 1.08	0.053
Procrastinación postergación <sup>b</sup>						
Bajo	1	Reference	-	1	Reference	-
Alto	2.1	1.45 – 3.14	<0.001*	1.99	1.36 – 3.03	0.001*
Procrastinación autorregulación <sup>c</sup>						
Bajo	1	Reference	-	1	Reference	-
Alto	1.59	1.19 – 2.11	0.002*	1.61	1.19 – 2.18	0.002*
Edad (años)	1.04	1.02 – 1.08	0.021*	-	-	-
Sexo						
Femenino	1	Reference	-	-	-	-
Masculino	0.85	0.62 – 1.14	0.283	-	-	-
Carga académica						
Completa	1	Reference	-	-	-	-
Incompleta	0.88	0.59 – 1.26	0.503	-	-	-
Año de estudios						
1er año	1	Reference	-	-	-	-

2do año	2.64	1.41 – 5.41	0.004*	-	-	-
3er año	2.18	1.12 – 4.57	0.028*	-	-	-
4to año	3.07	1.64 – 6.29	0.001*	-	-	-
5to año	3.03	1.55 – 6.39	0.002*	-	-	-
6to año	2.71	1.34 – 5.82	0.007*	-	-	-

PRc, Razón de prevalencia cruda; PRa, Razón de prevalencia ajustada. \* $p < 0.05$ , estadísticamente significativo por regresión de Poisson con varianza robusta. Los modelos de regresión de Poisson fueron ajustado por edad, sexo, carga académica y año de estudios con diferente variable independiente<sup>a,b,c</sup>.

#### 4. Discusión

Este estudio evidenció que aquellos estudiantes con un nivel alto de procrastinación en sus dimensiones postergación y autorregulación, presentaron un alto valor de estrés académico.

Se identificó mediante el puntaje de fatiga visual la sugerencia de que los estudiantes experimentan molestias visuales frecuentes. Este hallazgo resulta coincidir con lo reportado por Hassan et al. (2023) en Sudán, quienes hallaron que la mayoría de los estudiantes de medicina presentaban síntomas del síndrome de visión por computadora (SVC), experimentando al menos tres síntomas simultáneos, siendo los más frecuentes el dolor de cuello, cefalea y fatiga ocular [22]. Similarmente, Coronel et al. (2022) en Paraguay reportaron una alta prevalencia de SVC, asociada principalmente al uso prolongado de pantallas y a la falta de descansos regulares. De hecho, tomar pausas cada 20 o 60 minutos se asoció con una reducción significativa en la prevalencia del SVC [23]. Por otro lado, Dafallah et al. (2024) en Sudán también respaldan esta tendencia, identificando que factores como la distancia inadecuada a la pantalla, el uso de filtros antirreflejo y la postura corporal influyen significativamente en el número y la severidad de los síntomas del SVC. En particular, sentarse encorvado aumenta 4.6 veces el riesgo de presentar más de tres síntomas [24].

Nuestro análisis multivariable reveló que la asociación de fatiga visual y estrés académico alto no fue significativa, por lo que no se descarta la hipótesis planteada de una asociación entre fatiga visual y estrés académico. Este hallazgo es coherente, con un estudio realizado por Huyhua et al. (2021) en estudiantes de enfermería peruanos durante el confinamiento por COVID-19 donde no se encontró una relación estadísticamente significativa entre el SVC y el estrés académico [25], pudiendo deberse a que actualmente sin el contexto de pandemia, el área estudiantil de salud tiene dos grandes campos de aprendizaje, el aprendizaje mediante la tecnología, y las prácticas hospitalarias con los pacientes. Sin embargo, la falta de asociación podría deberse al diseño muestral. En contraste, la evidencia de Das et al. (2022), en estudiantes de ciencias médicas en Nepal, se observó una fuerte asociación entre la exposición prolongada a pantallas y el incremento del estrés ocupacional [26]. Además, durante la pandemia de COVID-19 un estudio realizado por Víctor et al. (2023) en Trinidad y Tobago, encontró una correlación positiva débil pero significativa entre fatiga visual y estrés percibido, observada principalmente en mujeres y en estudiantes de 24 a 29 años [27]. Esto puede deberse al contexto específico del confinamiento, y

otros factores estresantes, que podrían haber influido en mayor medida, los cuales generaron razones de prevalencia crudas, mas no ajustadas.

Otro resultado importante del estudio reveló que los estudiantes presentaron un nivel alto de procrastinación en la dimensión postergación, y en la dimensión de autorregulación. Estas cifras coinciden con lo reportado por Zárate Depraect et al. (2020) en estudiantes de medicina de México, quienes señalaron que aproximadamente el 60% de los alumnos tienden a procrastinar, aunque muchos no lo reconocen abiertamente [28]. En consonancia, Real et al. (2023), en Paraguay, reportaron una prevalencia de procrastinación del 38.8%, siendo más común en estudiantes que carecen de ingresos propios y que usan frecuentemente tecnología, lo cual refuerza el perfil observado en nuestra población [29].

Seguidamente, la procrastinación, particularmente la postergación de tareas, se asoció significativamente a una doble prevalencia estrés académico alto en nuestro estudio, mientras que la alta autorregulación también incrementó la prevalencia. Estos hallazgos son respaldados por Khalid et al. (2019), quienes hallaron que la procrastinación está positivamente correlacionada con el estrés percibido y con marcadores fisiológicos de estrés como la alfa-amilasa salival [30]. También, Govindan et al. (2024) refuerzan esta relación al demostrar que la ansiedad y la procrastinación coexisten en una relación cíclica, en la cual la ansiedad favorece la postergación, la cual a su vez incrementa el estrés y la ansiedad, especialmente ante evaluaciones académicas [31]. Además, Cao et al. (2025) identificaron que las emociones negativas median parcialmente la relación entre el estrés percibido y la procrastinación académica, explicando un 43.4% del efecto total. Este modelo sugiere que una gestión emocional deficiente contribuye a ambas conductas [32].

Finalmente, el estudio encontró una distribución equilibrada de los niveles de estrés académico: 32.4% bajo, 33.4% medio y 34.2% alto. Estos resultados se alinean con los de Hernández et al. (2023) en Cuba, donde predominó el estrés moderado (70%) en estudiantes de tercer año de medicina, atribuible a sobrecarga académica y exigencias evaluativas [33]. De igual forma, Bhandari et al. (2025) en Nepal, hallaron altos valores de estrés en la población estudiantil de medicina pre-clínica, siendo los factores de riesgo resaltantes: el semestre académico, el género femenino y antecedentes de ansiedad. Específicamente, los estudiantes del segundo semestre y aquellos con antecedentes de trastornos emocionales reportaron niveles de estrés significativamente más altos [5]. Por su parte, Cui et al. (2025) emplearon análisis de redes para explorar la relación entre el estrés académico y las relaciones interpersonales en estudiantes de medicina chinos. Identificaron que los factores de estrés más influyentes fueron las molestias personales y académicas, así como dificultades en el trato con otras personas, lo que resalta la dimensión social del estrés académico [34]

El estudio presenta algunas limitaciones que deben tenerse en cuenta al interpretar los resultados. En primer lugar, el uso de un muestreo no probabilístico por cuotas restringe la posibilidad de generalizar los hallazgos a toda la población universitaria. Asimismo, la aplicación del

cuestionario mediante formularios en línea pudo haber condicionado la participación de ciertos grupos, especialmente de aquellos con menor acceso o familiaridad con herramientas tecnológicas, introduciendo posibles sesgos de autoselección. Otra limitación relevante radica en el diseño transversal del estudio, que impide establecer relaciones de causalidad entre las variables analizadas. A ello se suma el uso de instrumentos autoinformados, los cuales pueden estar sujetos a sesgos de deseabilidad social o subestimación de conductas negativas como la procrastinación. En otro aspecto, entre las fortalezas de nuestro estudio cabe resaltar, que se obtuvo un número muestral mayor a la mitad de nuestra población médica estudiada, así mismo las asociaciones se presentaron crudas y ajustadas, sin el efecto de las variables confusoras.

Este estudio resalta la importancia de la autorregulación, y postergación de actividades, como una realidad actual en las generaciones de estudiantes del campo médico, esta información llena el vacío del conocimiento de la comunidad médica estudiantil. Por consiguiente, se concluye que los niveles elevados de estrés académico en estudiantes de Medicina se encuentran significativamente asociados con la procrastinación académica. Aquellos estudiantes que presentaron mayores niveles de postergación, alta autorregulación y aquellos que se encuentran en los últimos años, reportaron una mayor prevalencia de estrés académico alto. Se recomienda realizar estudios longitudinales en la población médica sobre factores que influyen en su rendimiento, para evidenciar la causalidad en el evento, así como llevar a cabo investigaciones que evalúen el impacto de estrategias destinadas a reducir la procrastinación en el ámbito universitario. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de considerar no sólo las exigencias académicas, sino también los factores individuales y psicoeducativos abriendo nuevas líneas de investigación e intervención educativa para mejorar el bienestar emocional del estudiantado en contextos universitarios exigentes, para promover un nivel universitario competitivo en las múltiples facetas de su desarrollo.

#### 8. Conflicto de intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

#### 9. Agradecimiento

Agradecemos a la Universidad Peruana Unión por permitirnos realizar el estudio.

## Referencias bibliográficas:

- [1] Yousefi Afrashteh M, Janjani P. The mediating role of goal orientation in the relationship between formative assessment with academic engagement and procrastination in medical students. *BMC Med Educ* 2024;24. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05965-3>.
- [2] Jeffries V, Salzer MS. Mental health symptoms and academic achievement factors. *Journal of American College Health* 2022;70:2262–5. <https://doi.org/10.1080/07448481.2020.1865377>.
- [3] Organización Mundial de la Salud. Documentos básicos. 48a ed. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2014.
- [4] Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *LRPP* 2021;27:e482. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>.
- [5] Bhandari MS, Chataut J, Kunwar A, et al. Self-perceived stress and associated factors among preclinical science students in a medical college in Central Nepal. *BMC Med Educ* 2025;25. <https://doi.org/10.1186/s12909-025-07182-y>.
- [6] Espín Rosales JT, Vargas Espín ADP. Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios: Procrastination and Academic Stress in College Students. *LATAM* 2023;4:551–63. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.272>.
- [7] Olivás Ugarte LO, Morales-Hernández SF, Solano-Jáuregui MK. Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *PyR* 2021;9. <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n2.647>.
- [8] Folkman S, Lazarus RS, Dunkel-Schetter C, et al. Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Revista de Personalidad y Psicología Social* 1986;50:992–1003. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.50.5.992>.
- [9] Campo F Y, Pombo O LM, Teherán V AA. Estilos de vida saludable y conductas de riesgo en estudiantes de medicina. *revsal* 2016;48:301–9. <https://doi.org/10.18273/revsal.v48n3-2016004>.
- [10] González Briones JM, Ferrusca Rangel LG, Ortiz Reséndiz A, et al. ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE LICENCIATURA EN MEDICINA DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE QUERÉTARO, MÉXICO. *Horiz Enferm* 2024;35:110–8. [https://doi.org/10.7764/horiz\\_enferm.35.1.110-118](https://doi.org/10.7764/horiz_enferm.35.1.110-118).
- [11] Cavusoglu C, Karatas H. Academic Procrastination of Undergraduates: Self-determination Theory and Academic Motivation. *The Anthropologist* 2015;20:735–43. <https://doi.org/10.1080/09720073.2015.11891780>.
- [12] Steel P. The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin* 2007;133:65–94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>.
- [13] Gargari RB, Sabouri H, Norzad F. Academic Procrastination: The Relationship Between Causal Attribution Styles and Behavioral Postponement 2011;5.
- [14] Peixoto EM, Pallini AC, Vallerand RJ, et al. The role of passion for studies on academic procrastination and mental health during the COVID-19 pandemic. *Soc Psychol Educ* 2021. <https://doi.org/10.1007/s11218-021-09636-9>.
- [15] Ragusa A, González-Bernal J, Trigueros R, et al. Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience and academic performance in a sample of Spanish secondary school students. *Front Psychol* 2023;14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1073529>.

- [16] Larese Filon F, Drusian A, Ronchese F, et al. Video Display Operator Complaints: A 10-Year Follow-Up of Visual Fatigue and Refractive Disorders. *IJERPH* 2019;16:2501. <https://doi.org/10.3390/ijerph16142501>.
- [17] Kaur K, Gurnani B, Nayak S, et al. Digital Eye Strain- A Comprehensive Review. *Ophthalmol Ther* 2022;11:1655–80. <https://doi.org/10.1007/s40123-022-00540-9>.
- [18] Schakel W, Bode C, Elsmann EBM, et al. The association between visual impairment and fatigue: a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Ophthalmic Physiologic Optic* 2019;39:399–413. <https://doi.org/10.1111/opo.12647>.
- [19] Hernández Sampieri R, Fernández-Collado CF. Metodología de la investigación. Sexta edición. México D.F.: McGraw-Hill Education; 2014.
- [20] Zumárraga Espinosa MR, Cevallos Pozo G. Evaluación psicométrica de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) en personas universitarias de Quito-Ecuador. *Rev Educación* 2020;346–66. <https://doi.org/10.15517/revedu.v45i1.42820>.
- [21] González-Pérez M, Susi R, Antona B, et al. The Computer-Vision Symptom Scale (CVSS17): Development and Initial Validation. *Invest Ophthalmol Vis Sci* 2014;55:4504. <https://doi.org/10.1167/iovs.13-13818>.
- [22] Gadain Hassan HA. Computer Vision Syndrome Among Medical Students at the University of Khartoum, Sudan: Prevalence and Associated Factors. *Cureus* 2023. <https://doi.org/10.7759/cureus.38762>.
- [23] Coronel-Ocampos J, Gómez J, Gómez A, et al. Computer Visual Syndrome in Medical Students From a Private University in Paraguay: A Survey Study. *Front Public Health* 2022;10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.935405>.
- [24] Dafallah MA, Mohamed Ahmed OA, Ibrahim Mohamed MM, et al. Computer vision syndrome among Sudanese medical students: a growing medical issue in the digital world. *Annals of Medicine & Surgery* 2024;86:2572–8. <https://doi.org/10.1097/ms9.0000000000001917>.
- [25] Huyhua Gutiérrez SC, Meléndez Tuesta J, Odar Rojas CE, et al. Síndrome Visual Informático y estrés académico en estudiantes de enfermería durante el confinamiento por la COVID-19. *RDLUZ* 2021;12:572–83. <https://doi.org/10.46925/rdluz.35.33>.
- [26] Das A, Shah S, Adhikari TB, et al. Computer vision syndrome, musculoskeletal, and stress-related problems among visual display terminal users in Nepal. *PLoS ONE* 2022;17:e0268356. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268356>.
- [27] Victor VM, Parsan A, Dookran A, et al. A Web-Based Cross-Sectional Survey on Eye Strain and Perceived Stress amid the COVID-19 Online Learning among Medical Science Students. *IME* 2023;2:83–95. <https://doi.org/10.3390/ime2020008>.
- [28] Zárate Depraect NEZ, Flores Flores P, Achoy Murillo L, et al. Procrastinación Académica en Estudiantes de Medicina. *Sinergias Educativas* 2020;5:252–9. <https://doi.org/10.37954/se.v5i2.135>.
- [29] Real Delor RE, Acosta Sánchez RA, Arrua Gaona CE, et al. Procrastinación académica en estudiantado de medicina del Paraguay en 2022. *Rev Educación* 2023. <https://doi.org/10.15517/revedu.v47i2.53617>.
- [30] Khalid A, Zhang Q, Wang W, et al. The relationship between procrastination, perceived stress, saliva alpha-amylase level and parenting styles in Chinese first year medical students. *PRBM* 2019;Volume 12:489–98. <https://doi.org/10.2147/prbm.s207430>.
- [31] Govindan S, Kaliaperumal M, Arulmozhi M, et al. Procrastination as a Marker of

Anxiety Disorder Among College Students: An Institution-Based Cross-Sectional Study From Puducherry, India. *Cureus* 2024. <https://doi.org/10.7759/cureus.61033>.

[32] Cao C, Chen D, Zhou Y. Perceived stress and academic procrastination among higher vocational nursing students: the mediating roles of positive and negative emotions. *BMC Nurs* 2025;24. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02672-8>.

[33] Hernández León M de L, Cruz Martínez I, Téllez Veranes T, et al. Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación Estudiantil. *MEDISAN* 2023;27:e4410.

[34] Cui Y, Guo Z, Yang T, et al. Stress and Interpersonal Relationships in Medical Students During Public Health Emergencies: A Network Analysis. *AMEP* 2025;Volume 16:123–33. <https://doi.org/10.2147/amep.s495472>.

### Anexo 1: Evaluación de la normalidad



Tabla 4. Test kolmogorov-smirnov de la variable edad y fatiga visual total


Test	Variable	Statistic	p value	Normality
Lilliefors (Kolmogorov-Smirnov)	edad	0.1777	<0.001	NO
Lilliefors (Kolmogorov-Smirnov)	fv_total	0.0913	<0.001	NO


ANEXOS

## EVIDENCIA DE SUMISIÓN

REVISTA: PERUANA DE MEDICINA EXPERIMENTAL Y SALUD PÚBLICA

Submitted Manuscript 15320 Recibidos x  

 **RPESP** <rpmesp@ins.gob.pe> 9:30 (hace 1 minuto) ☆ 😊 ↶ ⋮  
para mí ▾

 Traducir al español x

Dear,  
Vasthy orializ reyes casamayor,  
Corresponding author

Thank you for submitting your manuscript: "Academic Procrastination and Visual Fatigue as factors associated to AcademicStress in Human Medicine Students at a Private University" to the Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública. By using our online journal management system, you will be able to log in to the journal's website and track the progress of the editorial process:

Manuscript link: <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/authorDashboard/submission/15320>  
Username: vasthyreyes

Your manuscript will not be accepted if it does not meet the mandatory requirements listed in the Instructions for Authors of the Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública: <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/pages/view/instrucciones>

Thank you for choosing our journal to publish your work.



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

**RESOLUCIÓN N° 111-M-2025/UPEU-FCS-CF**

Lima, Naña, 23 de abril de 2025

**VISTO:**

El expediente de **VASTHY ORIALIZ REYES CASAMAYOR**, identificado (a) con código universitario N° 201420265 de la Escuela Profesional de Medicina, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión;

**CONSIDERANDO:**

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la **Facultad de Ciencias de la Salud** de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la aprobación e inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo y la designación o nombramiento del asesor para la obtención del título profesional;

Que **VASTHY ORIALIZ REYES CASAMAYOR**, ha solicitado: la inscripción del perfil de proyecto de tesis titulado, **Perfil de proyecto de investigación: Procrastinación académica y la fatiga visual relacionado al estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada, 2025** y la designación del Asesor, encargado de orientar y asesorar la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la **Facultad de Ciencias de la Salud** de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 15 de abril de 2025, y en aplicaciones del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

**SE RESUELVE:**

Aprobar el perfil de proyecto de tesis en formato artículo titulado **Perfil de proyecto de investigación: Procrastinación académica y la fatiga visual relacionado al estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada, 2025** y disponer su inscripción en el registro correspondiente, designar a la **Mg. Rojas Humpire Ricardo Josue** como ASESOR para que oriente y asesore la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo el cual fue dictaminado por: **Mg. Soriano Moreno Anderson Nelver Elias y Mg. Albornoz Toyohama Roger Hiroshi** otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



**Dra. Lili Albertina Fernandez Molocho**  
DECANA

- cc:
- Interesado
  - Asesor
  - Dirección General de Investigación
  - Archivo



**Mg. Maria Esther Valencia Orrillo**  
SECRETARIA ACADÉMICA

*EVO*



“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

**RESOLUCIÓN N° 112-M-2025/UPEU-FCS-CF**

Lima, Ñaña, 23 de abril de 2025

**VISTO:**

El expediente de **YEISA BASLITH DE LA CRUZ RIQUEZ**, identificado (a) con código universitario N° 201610929 de la Escuela Profesional de Medicina, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión;

**CONSIDERANDO:**

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la **Facultad de Ciencias de la Salud** de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la aprobación e inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo y la designación o nombramiento del asesor para la obtención del título profesional;

Que **YEISA BASLITH DE LA CRUZ RIQUEZ**, ha solicitado: la inscripción del perfil de proyecto de tesis titulado, **Perfil de proyecto de investigación: Procrastinación académica y la fatiga visual relacionado al estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada, 2025** y la designación del Asesor, encargado de orientar y asesorar la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la **Facultad de Ciencias de la Salud** de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 15 de abril de 2025, y en aplicaciones del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

**SE RESUELVE:**

Aprobar el perfil de proyecto de tesis en formato artículo titulado **Perfil de proyecto de investigación: Procrastinación académica y la fatiga visual relacionado al estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada, 2025** y disponer su inscripción en el registro correspondiente, designar a la **Mg. Rojas Humpire Ricardo Josue** como ASESOR para que oriente y asesore la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo el cual fue dictaminado por: **Mg. Soriano Moreno Anderson Nelver Elias y Mg. Albornoz Toyohama Roger Hiroshi** otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



cc:

- Interesado
- Asesor
- Dirección General de Investigación
- Archivo

*alifz*  
Dra. Lili Albertina Fernandez Molocho  
DECANA



*EVO*  
Mg. Maria Esther Valencia Orrillo  
SECRETARIA ACADÉMICA

Ñaña, Lima, 16 de abril de 2025

**EL COMITÉ DE ÉTICA Y BIOÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE  
CIENCIAS DE LASALUD**

**CONSTA**

Que el proyecto de investigación de **Yeisa Baslith De La Cruz Riquez** identificado (a) con DNI No. **70765383** y **Vasthy Orializ Reyes Casamayor** identificado (a) con DNI No. **75086748** y su asesor (a) el **Mg. Ricardo Josue Rojas Huampire** identificado (a) con DNI No. **47489506** con el título: **"Procrastinación académica y fatiga visual relacionado al estrés académico en estudiantes de Medicina Humana de una universidad privada, 2025"** fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética y Bioética de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud; considerando su calidad científica, bienestar de los participantes, y en conformidad con los estándares éticos establecidas en el Código de ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión (CoEIn - UPeU).

Para mantener la aprobación del Comité de Ética y Bioética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:


1. Cada participante debe dar su consentimiento informado. Los menores de edad deben registrar su asentimiento informado bajo el consentimiento de uno de sus padres o tutores legales, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos, se debe contar con la carta de autorización de la institución para el uso de los datos, si no es de acceso público.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2025-CEB-FCS - UPeU-«N° 048»**

Fecha de aprobación: 2025-abril-08

Fecha de expiración: 2026- abril-08



  
**Mg. José Luis Yareta Yareta**  
Presidente  
Comité de Ética y Bioética - FCS



  
**Mg. Rita Cordova Soncco**  
Secretaria  
Comité de Ética y Bioética - FCS

## ANEXO 01

### FICHA DE RECOLECCIÓN DE DATOS

a. Edad: \_\_\_ años

b. Sexo

0. Femenino

1. Masculino

c. Carrera que cursa

0. Medicina Humana

1. Enfermería

2. Psicología

3. Nutrición

d. Año de estudio

0. 1

1. 2

2. 3

3. 4

4. 5

5. 6

6. 7

<b>Estrés académico</b>	<b>Nunca</b>	<b>Casi nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>Algunas veces</b>	<b>Casi siempre</b>	<b>Siempre</b>
¿Con qué frecuencia te estresa?						
La sobrecarga de tareas y trabajos que tengo que realizar todos los días						
La personalidad y el carácter de los/as profesores/as que me imparten clases						
La forma de evaluación de mis profesores/as (a través de ensayos, trabajos de investigación, búsquedas en Internet, etc.)						
El nivel de exigencia de mis profesores/as						
El tipo de trabajo que me piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)						
Tener tiempo limitado para hacer el trabajo que me encargan los/as profesores/as						
La poca claridad que tengo sobre lo que quieren los/as profesores/as						
Con qué frecuencia se te presentan las siguientes reacciones cuando estás estresado:						
Fatiga crónica (cansancio permanente)						
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)						
Ansiedad, angustia o desesperación						

Problemas de concentración						
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad						
Conflictos o tendencia a polemizar o discutir						
Desgano para realizar las labores universitarias						
¿Con qué frecuencia utilizas cada una de estas acciones para enfrentar tu estrés:						
Concentrarse en resolver la situación que me preocupa						
Establecer soluciones concretas para resolver la situación que me preocupa						
Analizar lo positivo y negativo de las soluciones pensadas para solucionar la situación que me preocupa						
Mantener el control sobre mis emociones para que no me afecte lo que me estresa						
Recordar situaciones similares ocurridas anteriormente y pensar en cómo las solucione						
Elaboración de un plan para enfrentar lo que me estresa y ejecución de sus tareas						
Fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que preocupa						

<b>Fatiga visual</b>	
----------------------	--

¿Ha notado que a veces se le emborronan las letras del ordenador mientras trabaja con él?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No, nada/Sí, muy poco</li> <li>2. Sí, un poco/Sí, moderadamente</li> <li>3. Sí, mucho/Sí, muchísimo</li> </ol>
¿Nota sus ojos cansados durante o después del trabajo con ordenador?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca/Casi nunca</li> <li>2. Poco tiempo/Parte del tiempo</li> <li>3. Mucho tiempo/Casi siempre/Siempre</li> </ol>
¿Ha notado que le duelan los ojos en el trabajo?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Constantemente</li> <li>2. Frecuentemente</li> <li>3. Raramente</li> <li>4. Nunca</li> </ol>
¿Ha notado los ojos pesados tras un tiempo con el ordenador?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Constantemente</li> <li>2. Frecuentemente</li> <li>3. Raramente</li> <li>4. Nunca</li> </ol>
¿Ha notado que cuando utiliza el ordenador tenga que parpadear mucho?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Constantemente</li> <li>2. Frecuentemente</li> <li>3. Raramente</li> <li>4. Nunca</li> </ol>
¿Ha notado sensación de ardor en sus ojos?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Constantemente</li> <li>2. Frecuentemente</li> <li>3. Raramente/Nunca</li> </ol>
¿Ha notado que, tras un tiempo con el ordenador, tiene que esforzarse para conseguir ver bien?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sí, mucho/Sí, muchísimo</li> <li>2. Sí, un poco/Sí, moderadamente</li> <li>3. No, nada/Sí, muy poco</li> </ol>
Mientras lee o escribe con su ordenador ¿tiene la sensación de que se ponga bizco?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca</li> <li>2. Raramente</li> <li>3. Frecuentemente/Constantemente</li> </ol>
¿Ha notado que cuando pasa mucho tiempo con el ordenador llega un momento en que acaba viendo las letras dobles?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. No, nada/Sí, muy poco/Sí, un poco</li> <li>2. Sí, moderadamente/Sí, mucho/Sí, muchísimo</li> </ol>

¿Con qué frecuencia ha notado escozor en la vista mientras está delante del ordenador?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca</li> <li>2. Raramente</li> <li>3. Frecuentemente</li> <li>4. Constantemente</li> </ol>
¿Ha notado que tras un tiempo con el ordenador le molesten las luces?	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nunca</li> <li>2. Casi nunca/Unas pocas veces</li> <li>3. Varias veces/Muchas veces/Muchísimas veces</li> </ol>
Indique hasta qué punto ha experimentado los ojos llorosos durante las cuatro últimas semanas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nada/Muy poco</li> <li>2. Un poco/Moderadamente/Mucho/Muchísimo</li> </ol>
Indique hasta qué punto ha experimentado los ojos rojos durante las cuatro últimas semanas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Nada/Muy poco</li> <li>2. Un poco/Moderadamente</li> <li>3. Mucho/Muchísimo</li> </ol>
Al final de la jornada de trabajo noto que me pesan los ojos	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bastante falsa/Totalmente falsa</li> <li>2. Bastante cierta</li> <li>3. Totalmente cierta</li> </ol>
Tras un tiempo con el ordenador, noto que tengo que esforzarme para ver bien	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Totalmente falsa</li> <li>2. Bastante falsa</li> <li>3. Bastante cierta/Totalmente cierta</li> </ol>
Durante el trabajo, tengo que cerrar los ojos para aliviar la sequedad que noto en los ojos.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Totalmente falsa</li> <li>2. Bastante falsa</li> <li>3. Bastante cierta/Totalmente cierta</li> </ol>
Tras un tiempo con el ordenador, me molestan las luces	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bastante falsa/Totalmente falsa</li> <li>2. Bastante cierta</li> <li>3. Totalmente cierta</li> </ol>

	<b>Procrastinación académica</b>	Nunca	Pocas veces	A veces	Casi siempre	Siempre
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.	1	2	3	4	5

2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aún cuando el tema sea aburrido					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					