

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y EDUCACIÓN
Escuela Profesional de Educación



**Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en
estudiantes de educación secundaria**

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación,
Especialidad Lingüística e Inglés

Autor:

Jhonatan Chambi Condori

Asesor:

Lic. Sheridan Enoch Oblitas Bardales

Juliaca, abril de 2025

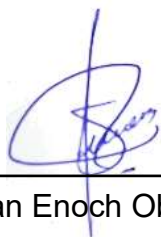
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo, Lic. Sheridan Enoch Oblitas Bardales, docente de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación, Escuela Profesional de Educación, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SECUNDARIA”** del autor Jhonatan Chambi Condori tiene un índice de similitud de 12% 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 Juliaca, a los 28 días del mes de abril del año 2025.



Lic. Sheridan Enoch Oblitas Bardales

Asesor

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En Puno, Juliaca, Villa Chullunquiari, a las 16 día(s) del mes de abril del año 2025, siendo las 09:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Juliaca, bajo la dirección del (de la) presidente(a): Mg. Germán Tamani Cachicari, el (la) secretario(a): Mg. Eason Victor Bautista Apaza y los demás miembros: Mg. Julissa Torres Acuña y el (la) asesor (a): Lic. Sheridan Enoch Oblitas Bardales con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulada: "Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria" de el(los)/la(las) bachiller/es: a) Jhonatan Chambi Condori b) _____ c) _____ conducente a la obtención del título profesional de Licenciado en Educación, Especialidad Lingüística e Inglés (Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando a la / (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 el(los)/la(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): Jhonatan Chambi Condori

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

Bachiller (b): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

Bachiller (c): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó a la (los)/la(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.


 Presidente/a

 Asesor/a

 Miembro

 Secretario/a

 Bachiller (a)

 Bachiller (b)

 Bachiller (c)

ÍNDICE

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS	ii
RESUMEN.....	5
ABSTRACT	6
RESUMO	6
INTRODUCCIÓN	7
MÉTODO.....	8
RESULTADOS Y DISCUSIÓN	8
Discusión.....	11
CONCLUSIONES.....	12
CONFLICTO DE INTERESES.....	13
REFERENCIAS.....	13
ANEXOS.....	16
Evidencia de sumisión del artículo en una revista de prestigio.....	16
Copia de la resolución de inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo aprobado por el consejo de facultad correspondiente	17
Instrumentos de recolección de datos	18



Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en estudiantes de educación secundaria

Social Media Addiction and Academic Procrastination in High School Students

Jhonatan Chambi Condori

jhchambic@upeu.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0003-3711-6608>

Oblitas Bardales Sheridan

Sheridan69ster@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-5840-8533>

Edson Bautista Apaza

edson.bautista@upeu.edu.pe

<https://orcid.org/0000-0002-3297-7364>

Universidad Peruana Unión, Juliaca, Perú

RESUMEN

El estudio analiza la relación entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica en 586 estudiantes de educación secundaria de enseñanza básica regular, el estudio de tipo cuantitativo, utilizó como instrumento una encuesta aplicada a 586 estudiantes. Para el análisis de datos se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman (ρ), encontrándose una relación media a baja entre ambas variables. Los resultados indican que, aunque el uso excesivo de redes sociales puede influir en la tendencia a posponer tareas académicas, este impacto no es determinante, sugiriendo la existencia de otros factores involucrados. Se concluye destacando la necesidad de intervenciones educativas para promover un uso más equilibrado de las redes sociales y estrategias de gestión del tiempo entre los estudiantes.

Palabras clave: Adicción a las redes sociales; procrastinación académica; educación secundaria

ABSTRACT

The study analyzes the relationship between addiction to social networks and academic procrastination in 586 students of regular basic secondary education, the quantitative study used as an instrument a survey applied to 586 students. For data analysis, Spearman's correlation coefficient (ρ) was used, finding a medium to low relationship between both variables. The results indicate that, although the excessive use of social networks can influence the tendency to postpone academic tasks, this impact is not determinative, suggesting the existence of other factors involved. It concludes by highlighting the need for educational interventions to promote a more balanced use of social networks and time management strategies among students.

Key words: Social media addiction; academic procrastination; secondary education

RESUMO

O estudo analisa a relação entre o vício em redes sociais e a procrastinação acadêmica em 586 alunos do ensino fundamental regular, o estudo quantitativo utilizou como instrumento uma pesquisa aplicada a 586 alunos. Para análise dos dados, foi utilizado o coeficiente de correlação de Spearman (ρ), encontrando-se uma relação média a baixa entre as duas variáveis. Os resultados indicam que, embora o uso excessivo de redes sociais possa influenciar a tendência de adiamento de tarefas acadêmicas, esse impacto não é determinante, sugerindo a existência de outros fatores envolvidos. Conclui destacando a necessidade de intervenções educativas para promover um uso mais equilibrado das redes sociais e estratégias de gestão do tempo entre os alunos.

Palavras-Chave: Vício em redes sociais; procrastinação acadêmica; ensino médio

INTRODUCCIÓN

En la actual era, enmarcada por lo digital y su constante avance en redes de comunicación digital, se ha convertido en parte integral de la vida cotidiana el uso de estas, ofreciendo aportes y beneficio en términos de comunicación y acceso a la información, Sitios de redes sociales como Facebook, Twitter, e Instagram han crecido rápida y altamente. Con el desarrollo de las tecnologías de la información, con la rápida proliferación de Redes sociales basadas en Internet (por ejemplo, Facebook, WeChat, o Instagram), se han convertido en una parte indispensable de la vida cotidiana de las personas en todo el mundo. Más de 4.5 mil millones de personas utilizan Internet a principios de 2020, mientras que los usuarios de redes sociales han superado los 3.800 millones. Casi el 60% de la población mundial ya en línea, y las últimas tendencias sugieren que más de la mitad de la población total del mundo cuenta con redes para la constante comunicación.

Sin embargo, un excesivo uso de estas plataformas sociales, incide en la gestión inadecuada del tiempo y como consecuencia una tendencia al desarrollo de adicción.

Este trastorno del comportamiento se caracteriza por una necesidad compulsiva e incontrolable de estar conectado a las redes sociales, lo cual puede llevar a una pérdida de control y una interferencia significativa en la vida diaria de la persona (Hammad & Awed, 2023).

La adicción a las redes sociales se evidencia en una distribución desproporcionada del tiempo en plataformas sociales con la necesidad urgente de agregar más tiempo a las actividades en línea (Núñez Guzmán & Cisneros Chavez, 2019). Este fenómeno tiene implicancias significativas tanto en el bien personal como en el desempeño académico.

Los individuos adictos a las redes sociales pueden experimentar deterioro y aislamiento social, cambios en el estado de ánimo, problemas de salud y dificultades en el rendimiento académico o laboral (Jasso Medrano et al., 2017).

La falta de control personal en el uso de estas plataformas puede llevar a una negligencia de tareas importantes, generando así un ciclo de procrastinación y ansiedad (Mendoza Lipa, 2018).

Paralelamente, la procrastinación académica, definida como la postergación voluntaria de actividades académicas a pesar de conocer las posibles consecuencias negativas, es un comportamiento prevalente entre los estudiantes (Klingsieck, 2013; Ramos-Galarza et al., 2017). Este fenómeno no solo afecta el rendimiento académico, sino que también tiene repercusiones en la salud mental, ya que la procrastinación se asocia con una gestión deficiente del tiempo y una preferencia por actividades menos relevantes, pero más gratificantes a corto plazo (Matalinares Calvet et al., 2017).

La relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica es un tema de gran relevancia teórica y práctica. Este estudio tiene como objetivo explorar como la interacción constante con las redes sociales puede influir en los comportamientos de procrastinación académica, buscando contribuir al entendimiento de estos fenómenos mediante un análisis riguroso de la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario.

La identificación de esta relación permitirá desarrollar estrategias de prevención y tratamiento específicas, promoviendo un uso equilibrado de la tecnología y una mejor

autorregulación del tiempo, lo cual es esencial para el rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes.

MÉTODO

El diseño de esta investigación es de tipo no experimental, transversal y descriptivo correlacional. (Hernández-Sampieri & Mendoza Torres, 2019).

La población objetivo de este estudio comprende 586 estudiantes del nivel secundario de la una institución educativa de enseñanza básica del ande peruano.

La técnica utilizada para la recolección de datos fue la encuesta, empleando un cuestionario como instrumento de medición.

Para el análisis e interpretación de los resultados, se utilizó el coeficiente de correlación de Spearman (ρ),

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la tabla 1 se observa el género de los participantes del presente estudio donde, 51,5% son varones y 48,5% son mujeres. En cuanto al grado de estudio participaron de primero a quinto año de secundaria y cada frecuencia se muestra con su porcentaje correspondiente. Por último, en cuanto a la edad se aprecia que los participantes tienen de 12 a 17 años con su correspondiente frecuencia y porcentaje.

Tabla 1

Descripción de la frecuencia de los datos sociodemográficos.

		Frecuencia	Porcentaje
Género	Masculino	302	51,5
	Femenino	284	48,5
	Total	586	100,0
Grado de estudios	Primero	120	20,5
	Segundo	111	18,9
	Tercero	140	23,9
	Cuarto	92	15,7
	Quinto	123	21,0
	Total	586	100,0

Edad	12 años	50	8,5
	13 años	105	17,9
	14 años	120	20,5
	15 años	131	22,4
	16 años	101	17,2
	17 años	79	13,5
	Total	586	100,0

Elaboración Propia

En la tabla 2 se observa que $p < 0.05$ tanto en las variables procrastinación académica, adicción a las redes sociales y sus dimensiones, entonces rechazamos la H_0 y aceptamos la H_a . Es decir, los datos no tienen distribución normal. Por lo tanto, se aplicó la estadística no paramétrica.

Tabla 2

Prueba de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a las redes sociales.	,061	585	,000	,986	585	,000
Dimensión: obsesión por las redes sociales.	,099	585	,000	,966	585	,000
Dimensión: falta de control personal en el uso de las redes sociales.	,073	585	,000	,988	585	,000
Dimensión: uso excesivo de las redes sociales.	,073	585	,000	,985	585	,000
Procrastinación académica.	,039	585	,037	,994	585	,028
Dimensión: postergación de actividades.	,078	585	,000	,989	585	,000
Dimensión: autoregulación académica.	,044	585	,009	,993	585	,006

Elaboración Propia

En la tabla 3 se observa las correlaciones de Rho de Spearman, donde la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica tiene una correlación de $\rho = 0.103$ la cual indica la existencia de una correlación positiva muy baja. Procrastinación y la dimensión obsesión por las redes sociales tiene una correlación de $\rho = 0.031$ la cual indica la existencia de una correlación positiva muy baja. Procrastinación y dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales se tiene una correlación de $\rho = 0.152$ de la misma forma es una correlación positiva muy baja. Por último procrastinación y la dimensión uso excesivo de las redes sociales se tiene una correlación de $\rho = 0.112$ de la misma manera es una correlación positiva muy baja, aunque la adicción a las redes sociales contribuye al aplazamiento de tareas académicas, no es el único factor involucrado. Esto evidencia la necesidad de una gestión más efectiva del tiempo digital por parte de los estudiantes para mejorar su rendimiento académico.

Los hallazgos del presente estudio revelan patrones diferenciados en la relación entre las dimensiones específicas de la adicción a redes sociales y los comportamientos de procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario. La dimensión de falta de control personal mostró la asociación más robusta ($r = 0.152$, $p < 0.001$), un resultado que se alinea con los planteamientos de Tice y Baumeister (1997) sobre la autorregulación como factor determinante en conductas procrastinatorias. Este hallazgo sugiere que los estudiantes que presentan mayores dificultades para controlar su uso de redes sociales son más propensos a postergar sus responsabilidades académicas, posiblemente debido a un fenómeno de desplazamiento temporal donde las horas dedicadas a las plataformas digitales reducen el tiempo disponible para el estudio, tal como lo documenta Panek et al. (2013). Este efecto parece particularmente relevante en la población adolescente, caracterizada por un desarrollo aún incompleto de las funciones ejecutivas.

El análisis del uso excesivo de redes sociales reveló una correlación significativa, aunque moderada con la procrastinación académica ($r = 0.112$, $p = 0.007$), coincidiendo con los resultados reportados por Junco (2012) respecto al impacto negativo del tiempo prolongado en plataformas digitales sobre el rendimiento escolar. Este hallazgo podría explicarse por el fenómeno de fragmentación atencional característico de la generación digital, donde la exposición constante a múltiples estímulos en línea dificulta el mantenimiento de la concentración en tareas académicas. Resulta particularmente interesante que la dimensión de obsesión no mostró una relación estadísticamente significativa con la procrastinación ($r = 0.031$, $p = 0.455$), lo que concuerda con los planteamientos de Wegmann et al. (2020) sobre cómo los patrones cognitivos obsesivos pueden manifestarse predominantemente como ansiedad más que como conductas disruptivas del manejo del tiempo.

A nivel global, la adicción a redes sociales demostró una asociación significativa, pero de magnitud modesta con la procrastinación académica ($r = 0.103$, $p = 0.012$), lo que sugiere, en línea con la teoría de Steel (2007), que este fenómeno probablemente interactúa con otros factores como la motivación intrínseca o ciertos rasgos de personalidad. Estos resultados refuerzan la importancia de analizar las dimensiones de la adicción a redes sociales de manera diferenciada, tal como propone Andreassen (2015), ya que no todas contribuyen de igual forma a los comportamientos de procrastinación. Particularmente en el contexto educativo secundario, estos hallazgos adquieren especial relevancia considerando la etapa de desarrollo psicosocial en que se encuentran los adolescentes.

Tabla 3

Correlación entre procrastinación académica y adicción a las redes sociales y sus dimensiones.

		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Dimensión: obsesión por las redes sociales.	Coeficiente de correlación	,031
		Sig. (bilateral)	,455
		N	586
	Dimensión: falta de control personal en el uso de las redes sociales.	Coeficiente de correlación	,152**
		Sig. (bilateral)	,000
		N	586
	Dimensión: uso excesivo de las redes sociales.	Coeficiente de correlación	,112**
		Sig. (bilateral)	,007
		N	586
	Adicción a las redes sociales	Coeficiente de correlación	,103*
		Sig. (bilateral)	,012
		N	586

Elaboración Propia

Discusión

Teniendo como base los resultados podemos señalar que los estudiantes que pasan demasiado tiempo en las redes sociales son propensos a tener procrastinación académica. Debido a que esta genera distancia del aprendizaje, generando una tendencia en los estudiantes a postergar sus responsabilidades académicas, cabe resaltar que aquellos estudiantes que procrastinan pierden sus prioridades educativas, su autorregulación y su tiempo.

Además, el estudio encontró que la procrastinación académica influye negativamente en la formación académica y rendimiento de los estudiantes. Esto implica que cuanto más postergan los educandos sus responsabilidades educativas, menores son sus calificaciones académicas.

Cuando se acerca la fecha límite para una tarea académica, los estudiantes que procrastinan experimentan una mayor frustración y preocupación, lo que resulta en

puntuaciones bajas, disminución de la motivación y la productividad, generando incumplimiento en las tareas académicas, y baja calidad de los resultados intelectuales.

Estudios previos también encontraron que esto también puede conducir a dificultades severas como baja autoestima y depresión en algunos casos (Kurtovic et al., 2019). La procrastinación académica se ha relacionado previamente con varias preocupaciones académicas, entre ellas calificaciones más bajas, mayor mala conducta académica, aumento de reprobaciones de cursos, aumento de abandonos de cursos y una mayor probabilidad de abandono escolar (Sarid et al., 2021).

Otro hallazgo de este estudio muestra que no se encontró una correlación significativa entre la obsesión por las redes sociales y la procrastinación académica ($p = 0.066$), evidenciando que la adicción a las redes sociales tiene un impacto bajo pero positivo en relación con la procrastinación, esto podría deberse a que muchos de los estudiantes recurren a las redes sociales para obtener información para sus tareas académicas.

Sin embargo resaltamos que, la procrastinación académica puede frustrar las metas académicas establecidas de un estudiante cuando no logra ordenar correctamente sus prioridades. Karima et al. (2017) aconsejaron que los estudiantes siempre deben priorizar el uso adecuado de su tiempo para que puedan llevar a cabo sus tareas académicas sin demoras innecesarias. Sin embargo, la mayoría de los estudiantes parecen procrastinar y posponer la atención a sus tareas académicas a su antojo. Por lo general, los estudiantes se ven disminuidos por sus compañeros en el comportamiento de procrastinación, excepto si dichos estudiantes son asertivos. (Etodike et al., 2017).

CONCLUSIONES

Este estudio nos ayuda a entender mejor cómo el uso de redes sociales afecta a los estudiantes de secundaria en sus estudios. Hemos visto que no todas las formas de usar las redes sociales influyen igual: lo que más afecta es la dificultad para controlar su uso (Tice & Baumeister, 1997). Los estudiantes que no pueden regular bien el tiempo que pasan en redes sociales son los que más dejan las tareas para después.

Un dato interesante es que aunque pasar mucho tiempo en redes sociales sí puede retrasar los trabajos escolares (Anierobi et al., 2021), el simple hecho de pensar mucho en ellas no necesariamente lleva a procrastinar. Esto nos hace pensar que las soluciones no deben ser simplemente prohibir o limitar el tiempo, sino enseñar a usarlas mejor. Durante la pandemia esto se volvió más evidente, pues muchos estudios como los de Ramírez-Gil (2022) mostraron que al aumentar el uso de redes, también creció el problema de dejar todo para después.

Para mejorar esta situación, necesitamos que todos colaboren: los profesores pueden ayudar poniendo tareas con plazos claros y razonables, los orientadores pueden enseñar técnicas para organizarse mejor, y los padres pueden conversar con sus hijos sobre cómo usar las redes sin descuidar los estudios. No se trata de dejar de usar las redes sociales, que son parte de la vida de los jóvenes, sino de aprender a equilibrar su uso con las responsabilidades.

Un uso equilibrado de redes sociales es compatible con el buen rendimiento académico cuando se desarrollan las habilidades adecuadas. Este estudio, así como los de Lian et al.

(2018) y Dempsey et al. (2019), subraya la importancia de enfoques integrales que combinen el esfuerzo individual, el apoyo escolar y la orientación familiar. Los hallazgos no solo confirman investigaciones anteriores, sino que aportan matices valiosos para diseñar intervenciones más efectivas en el contexto digital actual.

CONFLICTO DE INTERESES.

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

REFERENCIAS

- Álvarez Blas, Ó. R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. 013, 159.
<https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175-184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Anierobi, E. I., Etodike, C. E., Okeke, N. U., & Ezennaka, A. O. (2021). Social media addiction as correlates of academic procrastination and achievement among undergraduates of Nnamdi Azikiwe University Awka, Nigeria. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 10(3).
<https://doi.org/10.6007/ijarped/v10-i3/10709>
- Escurra Mayaute, M., & Salas Blas, E. (2014). Construcción y Validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS).
- Hammad, M., & Awed, H. S. (2023). The Use of Social Media and its Relationship to Psychological Alienation and Academic Procrastination. *International Journal of Membrane Science and Technology*, 10(2), 332–340.
<https://doi.org/10.15379/ijmst.v10i2.1172>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza Torres, C. P. (2019). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta.
- Jasso Medrano, J. L., López Rosales, F., & Díaz Loving, R. (2017). Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil. *Acta de Investigación Psicológica*, 7(3), 2832–2838.
<https://doi.org/10.1016/j.aiprr.2017.11.001>
- Junco, R. (2012). Too much face and not enough books: The relationship between multiple indices of Facebook use and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 28(1), 187-198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2011.08.026>
- Klingsieck, K. B. (2013). Procrastination: When Good Things Don't Come to Those Who Wait. *European Psychologist*, 18(1), 24–34. <https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000138>

- Lian, S., Sun, X., Zhou, Z., Fan, C., Niu, G., & Liu, Q. (2018). Social networking site addiction and undergraduate students' irrational procrastination: The mediating role of social networking site fatigue and the moderating role of effortful control. *PLOS ONE*, 13(12), e0208162. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0208162>
- Matalinares Calvet, M. L., Diaz Acosta, A. G., Rivas Diaz, L. H., Segundo Chocano, A. D., Arenas Iparraguirre, C. A., Raymundo Villalba, O., Baca, D., Uceda Espinoza, J., Yaringaño Limache, J., & Fernandez, E. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13). <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2017.13.355>
- Mendoza Lipa, J. R. (2018). Uso excesivo de redes sociales de Internet y rendimiento académico en estudiantes de cuarto año de la carrera de Psicología UMSA.
- Núñez Guzmán, R. L., & Cisneros Chavez, B. C. (2019). Adicción a Redes Sociales y Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios.
- Panek, E., Nardis, Y., & Konrath, S. (2013). Mirror or megaphone?: How relationships between narcissism and social networking site use differ on Facebook and Twitter. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 2004-2012. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.012>
- Ramírez-Gil, E., Reyes-Castillo, G., Rojas-Solís, J. L., & Fragoso-Luzuriaga, R. (2022). Estrés académico, procrastinación y usos del Internet en universitarios durante la pandemia por COVID-19. *Revista Ciencias de la Salud*, 20(3). <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.11664>
- Ramos-Galarza, C., Jadán-Guerrero, J., Paredes-Núñez, L., Bolaños-Pasquel, M., & Gómez-García, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 43(3), 275–289. <https://doi.org/10.4067/S0718-07052017000300016>
- Rozgonjuk, D., Kattago, M., & Täht, K. (2018). Social media use in lectures mediates the relationship between procrastination and problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 89, 191–198. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.08.003>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1997). Longitudinal study of procrastination, performance, stress, and health: The costs and benefits of dawdling. *Psychological Science*, 8(6), 454-458. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1997.tb00460.x>
- Vidal, E. A. (2021). Las consecuencias de un mal uso de las redes sociales en los adolescentes.
- Wegmann, E., et al. (2020). Cognitive correlates in gaming disorder and social networks use disorder. *Addictive Behaviors*, 104, 106253. <https://doi.org/10.1007/s40429-020-00314-y>

Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D. Y., Alanoca-Gutierrez, R., & Casa-Coila, M. D. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129–143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>

ANEXOS

Evidencia de sumisión del artículo en una revista de prestigio



Revista de Investigación Ciencias de la Educación, HORIZONTES

<https://revistahorizontes.org/index.php/revistahorizontes>

ISSN: 2616 – 7964

ISSN-L: 2616 – 7964

Estimados autores: muchas gracias por el envío.

El artículo ya fue recepcionado y enviado a la Sección de Evaluaciones para iniciar el proceso de doble ciego

Cualquier inquietud nos iremos comunicando

Un cordial saludo

Secretaria de Redacción

Copia de la resolución de inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato artículo aprobado por el consejo de facultad correspondiente



"Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las Heroicas Batallas de Junín y Ayacucho"

RESOLUCIÓN N° 477-2024/UPeU/FACIHED-CF

Lima, Ñaña, 04 de diciembre de 2024

VISTO:

El expediente del bachiller **JHONATAN CHAMBI CONDORI** identificado con código universitario N° 200410461, de la Escuela Profesional de Educación, Especialidad Lingüística e Inglés de la Facultad de Ciencias Humanas y Educación de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca;

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 Humanas y Educación 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 el bachiller **JHONATAN CHAMBI CONDORI**, ha solicitado: la inscripción del perfil de proyecto de tesis titulado "*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario del Colegio Adventista Túpac Amaru de Juliaca, 2024*" 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 Humanas y Educación de la Universidad Peruana Unión, celebrada el día 04 de diciembre de 2024, y en aplicación del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

SE RESUELVE:

Aprobar el perfil de proyecto de tesis en formato artículo titulado "*Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario del Colegio Adventista Túpac Amaru de Juliaca, 2024*" y disponer su inscripción en el registro correspondiente, designar al Mg. Sheridan Enoch Oblitas Bardales ASESOR para que oriente y asesore la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato artículo el cual fue dictaminado por: Mg. Edson Victor Bautista Apaza y Dra. Julissa Torres Acurio, otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Dr. Jorge Platon Maquera Sosa
DECANO



Mg. Néstor Roger Apaza Apaza
SECRETARIO ACADÉMICO

Instrumentos de recolección de datos

CUESTIONARIO SOBRE ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES

A continuación, se presentan **24 ítems** referidos al **uso de las redes sociales**, por favor, conteste a todos ellos con **sinceridad**, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o males.

Seleccione la opción que usted siente, piensa o hace:

Siempre	S
Casi siempre	CS
Algunas veces	AV
Raras veces	RV
Nunca	N

N° ITEM	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales del que inicialmente había destinado.					
11	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14	Me propongo, sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido.					
24	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

A continuación, se presentan **16 ítems** referidos sobre su **forma de estudiar**, por favor, conteste a todos ellos con **sinceridad**, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o males.

Seleccione la opción que usted siente, piensa o hace:

Siempre	S
Casi siempre	CS
Algunas veces	AV
Raras veces	RV
Nunca	N

Nº ITEM	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
6	Asisto regularmente a clases.					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
10	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

POR FAVOR, COMPLETE LOS SIGUIENTES DATOS:

EDAD: _____

SEXO: Masculino Femenino

GRADO: 1ro S 2do S 3ro S 4to S 5to S