

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Psicología



**Adicción a redes y procrastinación como factor predictor de estados
emocionales negativos en adolescentes de Juliaca, 2025**

Tesis para obtener el Título Profesional de Psicóloga

Autores:

Lizeth Mary Tapia Chino

Vanesa Quispe Mamani

Asesor:

Mg. Janeth Lidia Zela Mamani

Juliaca, diciembre de 2026

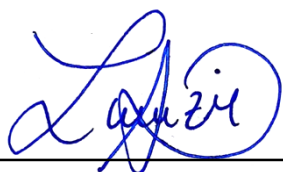
DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Janeth Lidia Zela Mamani, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“ADICCIÓN A REDES Y PROCRASTINACIÓN COMO FACTOR PREDICTOR DE ESTADOS EMOCIONALES NEGATIVOS EN ADOLESCENTES DE JULIACA, 2025”** de los autores **Lizeth Mary Tapia Chino** y **Vanesa Quispe Mamani** tiene un índice de similitud 17% 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, enero del año 2026



Mg. Janeth Lidia Zela Mamani

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En Puno, Juliaca, Villa Chulunkani, a días... día(s) del mes de Noviembre del año 2023, siendo las 16:00 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Juliaca, bajo la dirección del (de la) presidente(s):

Mg. Santos Armandina Forcigue Huancas el (los) secretario(s) Mg. Lucy Paño Quispe y los demás miembros Mg. Rita Godoy Sosa y el (la) asesor(a) Mg. Janeth Lidia Zela Mamani

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: Adicción a redes y procrastinación como factor predictor de estados emocionales negativos en adolescentes de Juliaca, 2023

- de los (as) bachilleres:
- a) Lizeth Mary Tapia China
 - b) Vanessa Quispe Mamani
 - c) _____

conducente a la obtención del título profesional de: Psicólogas
(denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(s) a 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 (a la) / a (los) (las) candidato(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): Lizeth Mary Tapia China

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	19	C	Aceptable	Bueno

Bachiller (a): Vanessa Quispe Mamani

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
Aprobado	15	B-	Bueno	Muy bueno

Bachiller (c): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

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

[Firma]
Presidente(s)

[Firma]
Asesor(a)

[Firma]
Bachiller (a)

[Firma]
Miembro

[Firma]
Bachiller (b)

[Firma]
Secretaria

[Firma]
Miembro

[Firma]
Bachiller (c)

ÍNDICE CONTENIDO

RESUMEN.....	v
ABSTRACT	vi
INTRODUCCIÓN	7
MATERIAL Y MÉTODOS	12
RESULTADOS.....	14
DISCUSIÓN.....	18
CONCLUSIONES	21
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	23
ANEXOS.....	27

Adicción a redes y procrastinación como factor predictor de estados emocionales negativos en adolescentes de Juliaca, 2025

Social media addiction and procrastination as predictors of negative emotional states in adolescents in Juliaca, 2025

RESUMEN

El propósito de este estudio fue determinar la predictibilidad de la adicción a redes sociales y la procrastinación académica sobre la ansiedad, la depresión y el estrés en estudiantes adolescentes de Juliaca, 2025. La metodología empleada parte de un enfoque cuantitativo de nivel correlacional-explicativo donde los datos se recogieron de forma no experimental y de tipo transeccional contando con la participación de 501 alumnos. Los resultados fueron obtenidos mediante el análisis de regresión lineal múltiple donde se propusieron tres modelos explicativos; en el primer modelo se evidencia que, de la adicción a redes sociales y la procrastinación académica solo la primera predice significativamente el estado emocional negativo de la depresión ($p < .05$), en el segundo modelo se identifica que solo la adicción a las redes sociales predice significativamente el estado emocional negativo de la ansiedad ($p < .05$), y en el tercer modelo se determina que solo la adicción a las redes sociales predice significativamente el estado emocional negativo del estrés ($p < .05$). Se concluye que, solo la variable independiente adicción a las redes predice de forma significativa los estados emocionales negativos de la depresión, la ansiedad y el estrés en adolescentes de Juliaca.

Palabras clave: adicción a redes sociales, procrastinación, depresión, ansiedad y estrés.