

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

 Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:603863988

Fecha de entrega

30 jun 2026, 4:24 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

30 jun 2026, 7:32 p.m. GMT-5

Nombre del archivo

Análisis predictivo del tecnoestrés y la procrastinación académica en estudiantes universitarios....docx

Tamaño del archivo

36.0 KB

22 páginas

4097 palabras

25.756 caracteres

7% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 6%  Fuentes de Internet
- 3%  Publicaciones
- 5%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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

Fuentes principales

- 6% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 5% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

1	Internet	revista.uch.edu.pe	2%
2	Internet	revistaretos.org	1%
3	Trabajos entregados	Universidad Nacional Federico Villarreal on 2026-03-16	<1%
4	Internet	cathi.uacj.mx	<1%
5	Publicación	Marco Antonio Santillán Tasigchana, Manuel Antonio Meneses Freire. "Análisis de..."	<1%
6	Internet	repositorio.upn.edu.pe	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Peruana Union on 2025-11-05	<1%
8	Internet	dspace.unach.edu.ec	<1%
9	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
10	Internet	repositorio.upeu.edu.pe	<1%

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



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

Tesis para optar el Título Profesional de Psicólogo (a)

Por:

Jhany Selene García Ríos y Martha Adelina Tapullima Vásquez

Asesor:

Mtra. Celina Ramírez Vega

Tarapoto, 28 mayo de 2026

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

Resumen

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

universitarios. Se recomienda que las instituciones de educación superior implementen estrategias orientadas al fortalecimiento de la autorregulación y al uso saludable de la tecnología, a fin de mitigar el impacto del tecnoestrés en el desempeño académico.

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

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

Abstract

Objective: To determine the predictive effect of technostress on academic procrastination and its dimensions of academic self-regulation and task postponement among university students in the Peruvian jungle. **Materials and methods:** A quantitative, non-experimental, cross-sectional study with a predictive scope. The sample consisted of 422 university students aged 18 to 25 from a public university in the Peruvian jungle, selected through non-probabilistic convenience sampling. The Technostress Questionnaire ($\alpha = 0.948$) and the Academic Procrastination Scale ($\alpha = 0.807$) were used. The analysis included descriptive statistics, Spearman's correlation, and simple linear regression, following verification of statistical assumptions. **Results:** A positive and significant relationship was found between technostress and academic procrastination ($p = 0.345$; $p < 0.001$). Furthermore, technostress explained 4.0% of the variance in academic procrastination ($R^2 = 0.040$; $p < 0.001$). At the dimensional level, it was negatively associated with academic self-regulation ($\beta = -0.239$; $p < 0.001$) and positively associated with the postponement of activities ($\beta = 0.289$; $p < 0.001$). **Conclusions:** Technostress is a significant predictor of academic procrastination,

affecting self-regulation and contributing to the postponement of activities among college students. It is recommended that higher education institutions implement strategies aimed at strengthening self-regulation and promoting the healthy use of technology in order to mitigate the impact of technostress on academic performance.

Keywords: Stress psychological; procrastination; college students (Source: MeSH, NLM).

Introducción

La creciente digitalización de los procesos educativos ha transformado de manera significativa la vida universitaria, generando nuevas oportunidades de aprendizaje (Daud, 2025), pero también desafíos relacionados con la salud psicológica y el rendimiento académico (Ramírez-Gil et al., 2022). En este contexto, fenómenos como el tecnoestrés y la procrastinación académica han adquirido relevancia en la investigación psicológica, debido a su impacto en la calidad del aprendizaje y el bienestar estudiantil (Redondo Mendoza, 2022; Saleem et al., 2024).

El tecnoestrés es una respuesta de tensión asociada al uso de tecnologías, afectando el bienestar y el rendimiento académico (Hernández Contreras et al., 2022). Esta condición se relaciona con síntomas como fatiga, frustración, ansiedad y sensación de ineficacia, los cuales disminuyen la motivación y la capacidad de concentración en los estudiantes (Eidman & Basualdo Falleau, 2024). Evidencia reciente indica que entre el 35 % y el 60 % de los universitarios presentan niveles moderados a altos de tecnoestrés, principalmente asociados a la sobrecarga digital, la multitarea académica y la presión constante de conectividad (Salazar-Concha et al., 2020).

Por su parte, la procrastinación académica se refiere al hábito de retrasar deliberadamente labores relevantes, sustituyéndolas por actividades de menor prioridad o gratificación inmediata. Se estima que entre el 30 % y el 70 % de los estudiantes universitarios procrastinan de forma frecuente (Lin & Yu, 2025), lo que se asocia con bajo rendimiento académico, estrés y malestar psicológico (Malpica Risco, 2024).

Diversos estudios han explorado la relación entre el tecnoestrés y la procrastinación académica, evidenciando que el estrés derivado del uso de tecnologías puede afectar procesos clave como la motivación y la autorregulación del aprendizaje (Vallone et al., 2023). Asimismo, se ha reportado que la presión tecnológica favorece conductas de evitación académica y disminuye el rendimiento, especialmente en contextos de alta demanda digital (Koppenborg & Klingsieck, 2022; Ponce Pardo et al., 2023). En contraste, el desarrollo de competencias digitales se ha identificado como un factor protector, al reducir la tensión asociada al uso de tecnologías (Bartra-Rivero et al., 2024).

Sin embargo, en el contexto peruano, aunque existen investigaciones sobre tecnoestrés (Quispe Fernández et al., 2024) y la procrastinación (Malpica Risco, 2024), la mayoría se ha desarrollado en regiones costeras y andinas. Esto evidencia una limitada producción científica en zonas amazónicas, donde las condiciones de conectividad, acceso tecnológico y recursos educativos difieren considerablemente (Delgado-Tenorio et al., 2021). En estos contextos, factores como la conectividad intermitente y la limitada infraestructura digital podrían incrementar la vulnerabilidad al tecnoestrés y sus efectos sobre el comportamiento académico (Bustamante-Lozano & Torres-Jerves, 2024).

En este sentido, resulta pertinente analizar el vínculo respecto al tecnoestrés y la procrastinación académica en alumnos de una universidad de la selva peruana, para aportar pruebas contextualizadas que ayuden a desarrollar métodos de aplicación. Por ello, el presente estudio tiene como objetivo determinar en qué medida el tecnoestrés predice la procrastinación académica. De manera específica, se busca evaluar su efecto sobre la autorregulación académica y la postergación de actividades.

En coherencia con este planteamiento, se plantea la hipótesis de que el tecnoestrés predice significativamente la procrastinación académica. Asimismo, se plantea que el tecnoestrés se asocia inversamente con la autorregulación académica y de manera directa con la postergación de actividades en los estudiantes.

Metodología

1. Diseño, tipo de investigación

La presente investigación es de tipo cuantitativo, no experimental, de corte transversal y de enfoque predictivo.

2. Participantes

El muestreo estuvo conformada por 422 estudiantes de pregrado de la Universidad Nacional de San Martín, ubicada en la ciudad de Tarapoto, región San Martín (Perú). Participaron estudiantes de ambos sexos, cuyas edades oscilaron entre los 18 y 25 años. Los criterios de inclusión consideraron a estudiantes matriculados con asistencia regular, pertenecientes a las áreas profesionales de Humanidades y Arte; Ciencias Sociales, Comerciales y Derecho; y Ciencias Naturales, Exactas y de la Computación, quienes aceptaron participar voluntariamente por medio del consentimiento informado. Por otro lado, se excluyó a aquellos estudiantes que presentaban asistencia irregular en uno o más cursos, que no finalizaron cada uno de los instrumentos de evaluación, que registraron respuestas incompletas o inconsistentes en los cuestionarios, que no otorgaron su consentimiento informado o no estaban dentro del rango de edad definido. La elección de los estudiantes se empleó por medio del muestreo no probabilístico por conveniencia.

3

Asimismo, se efectuó un análisis de potencia estadística a priori utilizando la calculadora de tamaño de muestra para regresión múltiple propuesta por Soper. Considerando un nivel de significancia de 0,05, una potencia estadística de 0,80, un tamaño del efecto pequeño ($f^2 = 0,042$) y un predictor en el modelo, se estimó una cantidad mínima requerido de 185 estudiantes necesarios. En consecuencia, la muestra final de 422 estudiantes superó ampliamente el tamaño mínimo estimado, lo que asegura cierta potencia estadística adecuada para detectar repercusiones importantes en los análisis realizados.

3. Instrumentos

3.1. *Cuestionario de Tecnoestrés*

El tecnoestrés, fue evaluado mediante el Cuestionario de Tecnoestrés (Coppari et al., 2018) originalmente compuesto por 41 ítems en formato Likert de cuatro puntos (1 = nunca, 2 = poco, 3 = frecuentemente, 4 = siempre), el cual reportó una adecuada consistencia interna ($\alpha = 0,91$). En el contexto peruano, este instrumento fue adaptado y validado por Lurita Carranza, (2020), reduciéndose a 35 ítems y evidenciando validez de constructo mediante análisis factorial confirmatorio (CFI = 0,71, GFI = 0,71, TLI = 0,69, RMSEA = 0,106, SRMR = 0,064), así como una adecuada consistencia interna ($\omega = 0,90$). En el presente estudio, el instrumento alcanzó un valor alfa de Cronbach de $\alpha = 0,948$, lo que muestra excelente fiabilidad.

3.2. *Escala de Procrastinación académica*

La procrastinación académica fue medida mediante la Escala de Procrastinación Académica (Busko, 1998) traducida al español por Álvarez Blas, (2010) y posteriormente validada en estudiantes universitarios peruanos por Dominguez-Lara et al., (2014). Esta escala está conformada por 12 ítems distribuidos en dos factores: postergación de actividades (ítems 1, 8 y 9) y autorregulación académica (ítems 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13 y 14), siendo los ítems del primer factor de carácter inverso. En estudios previos, ha mostrado adecuadas propiedades psicométricas, con evidencias de validez de constructo que respaldan su estructura bifactorial (CFI = 1,00, RMSEA = 0,078) y una consistencia interna de $\alpha = 0,816$. Se evidenció un coeficiente alfa de Cronbach de $\alpha = 0,807$, lo que revela una confiabilidad aceptable. En conjunto, ambos instrumentos presentan propiedades psicométricas apropiadas para su uso dentro del ámbito universitario, respaldando la validez y fiabilidad de las mediciones realizadas en esta investigación.

4. Procedimiento y aspectos éticos

El proceso de recolección de datos se realizó en estricto cumplimiento de los principios éticos para la investigación con seres humanos, conforme a la Declaración de Helsinki. El estudio fue aprobado por el Comité de Ética y Bioética de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión (CoEIn-UPeU), mediante la Resolución N.º 2025-CEB-FCS-165. La recolección de datos se realizó mediante dos instrumentos digitales, distribuidos a través de formularios en línea que los participantes accedieron mediante códigos QR. Antes de iniciar, cada estudiante recibió y leyó el consentimiento informado, el cual detallaba los propósitos de la investigación, la naturaleza voluntaria de su participación, la protección

confidencial de los datos y el derecho a retirarse en cualquier momento sin consecuencias. La aplicación de los formularios se realizó de manera presencial en espacios académicos previamente autorizados.

5. Análisis estadístico

Los análisis estadísticos se realizaron inicialmente la depuración de la base de datos en Microsoft Excel y posteriormente se procesó en IBM SPSS Statistics versión 27. En la fase descriptiva, se examinaron las características de las variables mediante medidas de tendencia central, dispersión, asimetría y curtosis (Kyriazos & Poga, 2023; Tabachnick & Fidell, 2019).

Adicionalmente, las variables de tecnoestrés y procrastinación académica fueron clasificadas en niveles bajo, medio y alto. Esta clasificación se realizó mediante percentiles (P30 y P60), considerando como nivel bajo los puntajes iguales o inferiores al percentil 30, nivel medio aquellos comprendidos entre los percentiles 31 y 60, y nivel alto los puntajes superiores al percentil 60. La fiabilidad de los instrumentos se estimó mediante el coeficiente alfa de Cronbach para las escalas globales y sus dimensiones. Asimismo, la relación entre las variables se evaluó mediante la correlación de Spearman.

Previo a los análisis predictivos, se verificaron los supuestos de la regresión lineal, incluyendo la independencia de errores (estadístico de Durbin-Watson), la normalidad y la homocedasticidad de los residuos, así como la detección de valores atípicos y casos influyentes.

Finalmente, se aplicaron regresiones lineales simples para determinar el efecto del tecnoestrés sobre la procrastinación académica total y sus dimensiones de autorregulación y postergación. En cada modelo se reportaron los coeficientes B y β ,

errores estándar, valores t , coeficientes de determinación (R^2 y R^2 ajustado), estadístico F y niveles de significancia, considerando un criterio de $p < 0,05$.

Resultados

1. Resultados descriptivos

1.5. Datos sociodemográficos

Las propiedades sociodemográficas de los individuos se presentan en la Tabla 1.

1.2. Análisis descriptivo de las variables

La tabla 2 brinda los estadísticos descriptivos de las variables dentro de este estudio.

El tecnoestrés presentó una media de 37,24 (DE = 18,04), mientras que la procrastinación académica presentó una media de 31,60 (DE = 6,82). Asimismo, se presenta la distribución de los participantes según niveles bajo, medio y alto en ambas variables.

6. Resultados inferenciales

Análisis de regresión lineal simple

Los resultados del análisis de regresión lineal simple se presentan en la Tabla 3. El modelo incluyó al tecnoestrés como variable predictora de la procrastinación académica. Se obtuvo un coeficiente de regresión estandarizado de $\beta = 0,331$ ($p < 0,001$) y un coeficiente de determinación de $R^2 = 0,040$.

Análisis de regresión por dimensiones

Los resultados del análisis de regresión por dimensiones se presentan en la Tabla 4.

Para la dimensión de autorregulación académica se obtuvo un coeficiente $\beta = -0,239$

($p < 0,001$), mientras que para la dimensión de postergación de actividades se obtuvo un coeficiente $\beta = 0,289$ ($p < 0,001$).

Discusión

La presente investigación tuvo como propósito determinar el efecto predictivo del tecnoestrés sobre la procrastinación académica y sus dimensiones en universitarios de la selva peruana. Los resultados evidenciaron que el tecnoestrés está relacionado de manera importante con la procrastinación académica, respaldando la hipótesis planteada y confirma que el estrés derivado del uso de tecnologías constituye un factor relevante en el comportamiento académico de los estudiantes.

Estos hallazgos son consistentes con investigaciones previas que han señalado que el tecnoestrés interfiere en procesos fundamentales para el aprendizaje, como la autorregulación, la planificación y la motivación académica (Eidman & Basualdo Falleau, 2024; Redondo Mendoza, 2022). En contextos universitarios, se ha reportado que la sobrecarga tecnológica, la fatiga digital y la presión por mantenerse constantemente conectado pueden afectar negativamente la concentración, la organización del tiempo y el cumplimiento de tareas académicas (Neagu & Vieriu, 2025; Ponce Pardo et al., 2023; Quispe Fernández et al., 2024). En esta línea, las conclusiones de la investigación actual fortalecen la evidencia de que el uso intensivo de tecnologías no solo implica beneficios, sino también demandas psicológicas que pueden impactar el rendimiento académico.

En relación con el análisis predictivo, el tecnoestrés explicó el 4 % de la varianza de la procrastinación académica. Si bien este porcentaje es reducido, su significancia estadística sugiere que el tecnoestrés constituye un factor relevante

dentro de un fenómeno de naturaleza multifactorial. La procrastinación académica ha sido ampliamente descrita como el resultado de la interacción de variables cognitivas, emocionales y contextuales (Malpica Risco, 2024), por lo que el tecnoestrés debe entenderse como un elemento que contribuye a esta dinámica, aunque no la determina por sí solo.

El análisis por dimensiones permitió identificar un patrón diferenciado en el efecto del tecnoestrés. Por un lado, se observó una relación negativa con la autorregulación académica, lo que indica que mayores niveles de estrés tecnológico se asocian con menores capacidades de planificación, organización y control del aprendizaje. Por otro lado, se encontró una relación positiva con la postergación de actividades, lo que sugiere un incremento en conductas de evitación frente a las demandas académicas. Estos resultados son coherentes con estudios que sostienen que la sobrecarga informativa y la presión de conectividad reducen los recursos cognitivos disponibles y afectan la motivación académica (Vallone et al., 2023).

Desde el enfoque del bienestar digital (Abarca Carrasco et al., 2022), los hallazgos pueden interpretarse considerando el equilibrio entre las demandas tecnológicas y las capacidades de afrontamiento del estudiante. Cuando el uso de la tecnología supera las habilidades de autorregulación o las estrategias de manejo del tiempo, se incrementa la probabilidad de experimentar fatiga digital y disminución del bienestar psicológico (Paguay-García et al., 2024; Quispe Fernández et al., 2024), lo que puede traducirse en dificultades en el desempeño académico (Romero Alonso et al., 2021). En este marco, el tecnoestrés emerge como un factor que puede alterar el funcionamiento adaptativo del estudiante en entornos educativos altamente digitalizados.

Asimismo, los resultados adquieren particular relevancia en el contexto de la

selva peruana, donde las limitaciones en conectividad y la infraestructura tecnológica pueden intensificar las experiencias de tecnoestrés. Estas condiciones podrían generar mayores exigencias en el uso de recursos digitales y afectar el acceso equitativo a herramientas educativas, contribuyendo a diferencias en el rendimiento académico y el bienestar estudiantil (Paguay-García et al., 2024; Romero Alonso et al., 2021).

En términos aplicados, los hallazgos del estudio aportan evidencia para el diseño de estrategias orientadas a la promoción del bienestar académico en contextos digitales (Salanova et al., 2003). Se sugiere la implementación de programas que fortalezcan la autorregulación, la gestión del tiempo y el uso consciente de tecnologías, así como intervenciones psicoeducativas dirigidas a reducir el impacto del tecnoestrés (Gambini López et al., 2024). Estas acciones podrían contribuir a disminuir la procrastinación académica y favorecer una mejor adaptación de los estudiantes al entorno universitario (Allca Pocomucha & Yapias Arancibia, 2024).

Limitaciones

Al analizar los resultados de este estudio, es necesario tener en cuenta algunas limitaciones. Primero, el diseño no experimental y de tipo transversal no permite determinar vínculos de causalidad entre el tecnoestrés y la procrastinación académica, por lo que los hallazgos se limitan a asociaciones predictivas.

5 En segundo lugar, el uso de un muestreo no probabilístico por conveniencia restringe la generalización de los resultados a otras poblaciones universitarias del Perú con características distintas.

2 Asimismo, la utilización de instrumentos de autorreporte puede introducir sesgos asociados a la deseabilidad social y a la percepción subjetiva de los participantes.

Finalmente, aunque el tecnoestrés se identificó como un predictor significativo, los valores de R^2 evidencian un poder explicativo reducido, lo que sugiere la posible influencia de otras variables no consideradas en el modelo, tales como factores emocionales, motivacionales o contextuales.

2 En este sentido, se recomienda que futuras investigaciones incorporen diseños longitudinales y modelos multivariados que permitan una comprensión más amplia del fenómeno

Conclusiones

6 El tecnoestrés se identificó como un predictor significativo de la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la selva peruana, mostrando una asociación positiva con la postergación de actividades y negativa con la autorregulación académica. Estos hallazgos confirman su papel como factor psicosocial vinculado al comportamiento académico en contextos educativos mediados por tecnologías. Asimismo, los resultados aportan evidencia empírica en un contexto amazónico poco explorado, destacando la importancia de considerar el bienestar digital como un componente relevante en la formación universitaria. En este sentido, el tecnoestrés emerge como un elemento que puede influir en la adaptación académica de los estudiantes en entornos altamente digitalizados.

9 Como recomendación, se sugiere que las instituciones de educación superior implementen programas orientados al fortalecimiento de la autorregulación, la gestión del tiempo y el uso consciente de las tecnologías, con el fin de mitigar el impacto del tecnoestrés y favorecer el desempeño académico.

10 Declaración de financiamiento y de conflicto de interés:

Financiamiento:

1 La presente investigación fue autofinanciada por las autoras. Los gastos derivados del desarrollo del estudio, recolección de datos, procesamiento de información y elaboración del informe final fueron asumidos con recursos propios.

Conflicto de interés:

Las autoras afirman que no se encontraron conflictos de intereses potenciales relacionados con la realización, análisis, interpretación o publicación de los resultados de la presente investigación.

Referencias

- Abarca Carrasco, R. G., Buenaño Pesántez, C. V., Mejía Gallegos, F. A., & Huaraca Morocho, B. C. (2022). La pandemia COVID-19 inductor de tecnoestrés en docentes de la educación ecuatoriana de segundo nivel. *Bol Malariol Salud Ambient*, 62(2), 266–279. <https://doi.org/10.52808/bmsa.7e6.622.018>
- Allca Pocomucha, Y., & Yapias Arancibia, C. (2024). Funcionalidad familiar y procrastinación académica en estudiantes de cuarto y quinto de secundaria de una Institución Educativa de Pichanaki – 2023. In *Huancayo: Universidad Peruana Los Andes*. Universidad Peruana Los Andes.
- Álvarez Blas, Ó. R. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria. *Persona*, (13), 159–177. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Bartra-Rivero, K. R., Vásquez-Pajuelo, L., Avila-Sánchez, G. A., Andrade-Díaz, E. M., Méndez-Ilizarbe, G. S., Rodríguez-Barboza, J. R., & Alarcón-Villalobos, Y. J. (2024). How Digital Competence Reduces Technostress. *Data Metadata*, 3, 303. <https://doi.org/10.56294/dm2024303>
- Busko, D. A. (1998). *Consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model*. Canadá: University of Guelph.
- Bustamante-Lozano, M. B., & Torres-Jerves, J. A. (2024). Impacto del riesgo psicosocial: tecnoestrés, en los trabajadores de una empresa de telecomunicaciones [Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Azuay Ecuador]. In *Cienciamatria* (Vol. 10, Number 1). <https://doi.org/10.35381/cm.v10i1.1253>

Coppari, N. B., Bagnoli, L., Cudas, G., López, H., Martínez, Ú., Martínez, L., & Montanía, M. (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos. *Perspect Psicol*, 15(2), 40–55.

Daud, N. M. (2025). From innovation to stress: analyzing hybrid technology adoption and its role in technostress among students. *Int J Educ Technol High Educ*, 22, 31. <https://doi.org/10.1186/s41239-025-00529-x>

Delgado-Tenorio, A. L., Oyanguren-Casas, N. A., Reyes-González, A. A. I., Zegarra, Á. Ch., & Cueva, M. E. (2021). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propós Represent*, 9(3), 1–18. <https://doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.1372>

Dominguez-Lara, S. Alexis., Villegas-García, Graciela., & Centeno-Leyva, S. Brigitte. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293–304.

Eidman, L., & Basualdo Falleau, S. E. (2024). Tecnoestrés en estudiantes universitarios argentinos en pandemia COVID-19. *Academo*, 11(1), 1–8. <https://doi.org/10.30545/academo.2024.ene-abr.1>

Gambini López, I., Osorio Vidal, V. G., & Palomino Alca, J. T. (2024). El estrés académico en el aprendizaje de los estudiantes universitarios. *Horizontes. Revista de Investigación En Ciencias de La Educación*, 8(32), 526–543. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v8i32.742>

Hernández Contreras, J., Castañeda Barajas, A., & Moreno Zamudio, T. D. J. (2022). Tecnoestrés en estudiantes universitarios. *Rev Psicol Univ Auton Estado Mex*, 11(25), 108. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v11i25.18723>

Koppenborg, M., & Klingsieck, K. B. (2022). Social factors of procrastination: group work can reduce procrastination among students. *Soc Psychol Educ*, 25, 249–274.

<https://doi.org/10.1007/S11218-021-09682-3>

Kyriazos, T., & Poga, M. (2023). Dealing with Multicollinearity in Factor Analysis: The Problem, Detections, and Solutions. *Open Journal of Statistics*, 13(3), 404–424.

<https://doi.org/10.4236/ojs.2023.133020>

Lin, Y., & Yu, Z. (2025). Un análisis bibliométrico integrado y una revisión sistemática que modelan el tecnoestrés de los estudiantes en la educación superior. *Behav Inf Technol*, 44(4), 631–655.

<https://doi.org/10.1080/0144929x.2024.2332458>

Lurita Carranza, B. A. (2020). Validez y confiabilidad de un cuestionario de tecnoestrés en estudiantes universitarios. *Universidad César Vallejo*, 30.

Malpica Risco, V. O. (2024). Procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Trujillo. *Rev Climatol*, 24, 1569–1574.

<https://doi.org/10.59427/rcli/2024/v24cs.1569-1574>

Neagu, S. N., & Vieriu, A. M. (2025). Digital and Psychological Well-Being Among Technical University Students: Exploring the Impact of Digital Engagement in Higher Education. *Education Sciences*, 15(9), 1192.

<https://doi.org/10.3390/educsci15091192>

Paguay-García, M., Valarezo, E., & Cabezas-Heredia, E. (2024). Tecnoestrés en usuarios universitarios: caso de estudio. *Axioma*, 1(31), 11–20.

<https://doi.org/10.26621/ra.v1i31.961>

Ponce Pardo, J. E., Hernández Guerra, R. E., Jalixto Erazo, H. M., & Chiri Saravia, P. C. (2023). El tecnoestrés en el rendimiento académico en estudiantes. *Horizontes*, 7(28), 852–861. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i28.559>

Quispe Fernández, J. L., Quispe Fernández, U. I., Farias Clavo, C. V., & Hernández Domínguez, P. Y. (2024). Tecnoestrés en el desgaste académico de estudiantes universitarios del Perú. *Areté*, 10(19), 165–181. <https://doi.org/10.55560/arete.2024.19.10.9>

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. *Rev Cienc Salud*, 20(3), 1–26. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.11664>

Redondo Mendoza, C. E. (2022). Factores asociados a la procrastinación académica en estudiantes universitarios: Revisión sistemática. *Unaciencia*, 15(28), 63–82. <https://doi.org/10.35997/unaciencia.v15i28.662>

Romero Alonso, R. E., Tejada Navarro, C. A., & Núñez Barrera, O. (2021). Actitudes hacia las TIC y adaptación al aprendizaje virtual en contexto COVID-19, alumnos en Chile que ingresan a la educación superior. *Perspect Educ*, 60(2), 99–120. <https://doi.org/10.4151/07189729-vol.60-iss.2-art.1175>

Salanova, M., Llorens, S., Cifre, E., & Nogareda, C. (2003). *Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial*. https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_730.pdf/55c1d085-13e9-4a24-9fae-349d98deeb8a

Salazar-Concha, C., Ficapal-Cusí, P., & Boada-Grau, J. (2020). Tecnoestrés. Evolución del concepto y sus principales consecuencias. *Teuken Bidikay*, 11(17), 165–180.

<https://doi.org/10.33571/teuken.v11n17a9>

Saleem, F., Chikhaoui, E., & Malik, M. I. (2024). Technostress in students and quality of online learning: role of instructor and university support. *Front Educ (Lausanne)*, 9,

1309642. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1309642>

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2019). Using multivariate statistics. In *Structural equation modeling*. Pearson. <https://books.google.com.pe/books?id=ucj1ygAACAAJ>

Vallone, F., Galvin, J., Cattaneo Della Volta, M. F., Akhtar, A., Chua, S., Ghio, E., Giovazolias, T., Kazakou, Z., Kritikou, M., Koutra, K., Kovacevic, S., Lee-Treweek, G., Mašková, I., Mavritsaki, E., Nastic, J., Plassova, M., Stuchlíková, I., & Zurlo, M. C. (2023). Technostress and academic motivation: direct and indirect effects on university students' psychological health. *Frontiers in Psychology*, 14, 16.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1211134>