

## Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima

### Limaachu hatun ya chaywasikuna chu ya chapakuukuna allaykuy atipaynin gradupi nunakunap tinkuchikunawan mishkichikachu kachakuyka chu

*Maria Luisa Matalinares Calvet\**

*Ana Gloria Díaz Acosta*

*Luisa Hortensia Rivas Díaz*

*Alejandro Segundo Dioses Chocano*

*Carlos Alberto Arenas Iparraguirre*

*Ornella Raymundo Villalba*

*Deyvid Baca*

*Joel Uceda Espinoza*

*Erika Fernández*

*Juan Yaringaño Limache\*\**

#### Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo establecer el tipo de relación entre la procrastinación y la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado. Se tomó como muestra a un total de 402 estudiantes de Lima, con edades entre 15 y 65 años, para la presente investigación se dividieron los grupos muestrales según edad y nivel de estudios. A estos estudiantes se les aplicó la Escala de procrastinación diseñada por Iparraguirre, Cangahuala y Javier (2014), y el Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales propuesto por Ecurra y Salas (2014). Los resultados mostraron una relación significativa, directa y positiva entre ambas variables, lo cual indica que a un mayor nivel de procrastinación se asocia una mayor adicción a redes sociales, así como se obtuvo diferencias significativas entre alumnos de pre y post grado en ambas variables, denotando que los alumnos de pregrado muestran una mayor procrastinación y adicción a redes sociales en comparación con los alumnos de post grado.

#### Palabras clave

procrastinación, adicción, redes sociales, estudiantes universitarios.

#### Shuukukuna limana:

Kachaykuy, mishkichi, nunakunata tinkuchikuna, hatun ya chaywasiyp ya chapakuyninkuna

## Procrastination and addiction to social networking in undergraduate and postgraduate university students of Lima

#### Abstract

The purpose of this study was to establish the relationship between procrastination and dependence on social networking in undergraduate and postgraduate university students. A sample of 402 students from Lima, aged between 15 and 65 years, was taken as a sample. For the present investigation, the sample groups were divided according to age and educational level. The scale of procrastination designed by Iparraguirre, Cangahuala and Javier (2014) was applied to these students and the Social Networking Addiction Questionnaire proposed by Ecurra and Salas (2014). The results showed a significant direct and positive relationship between the two variables, indicat-

#### Keywords

Procrastination, addictions, social networking, college students.

ing that a higher level of procrastination is associated with a higher social networking addiction, in addition to significant differences between undergraduate and postgraduate students in both variables. Saying that undergraduate students show more procrastination and addiction in social networking compared to postgraduate students.

## Procrastinação e adição às redes sociais em estudantes de graduação e pós-graduação de Lima

### Resumo

O presente estudo teve como objetivo estabelecer o tipo de relação entre a procrastinação e a dependência às redes sociais em estudantes universitários de graduação e pós-graduação. Tomou-se uma amostra de 402 alunos de Lima, com idades entre 15 e 65 anos. Para a presente pesquisa, os grupos de amostra foram divididos de acordo com a idade e o nível de estudos. A escala de procrastinação projetada por Iparraquirre, Cangahuala e Javier (2014) foi aplicada a esses alunos e também o Questionário de Addiction de Rede Social proposto por Escurra e Salas (2014). Os resultados mostraram uma relação significativa, direta e positiva entre ambas variáveis, o que indica que a um maior nível de procrastinação se associa uma maior adição nas redes sociais, além de diferenças significativas entre estudantes de pré e pós-graduação em ambas as variáveis, Denotando que os alunos de graduação mostram maior procrastinação e adição nas redes sociais em comparação com estudantes de pós-graduação.

### Palavras-chave:

procrastinação, adição, redes sociais, estudantes universitários.

Recibido: 7 de mayo de 2017 Aceptado: 27 de octubre de 2017.

Filiación: \*Universidad Nacional Mayor de San Marcos

\*\*Universidad Champagnat.

### Datos de los autores

Maria Luisa Matalinares Calvet. Peruana. Doctora en Psicología. Docente Principal de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología. Correo: maria\_luisa93@hotmail.com.

Ana Gloria Diaz Acosta. Peruana. Doctora en Psicología. Docente asociado de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología. Correo: agdiaza@hotmail.com

Luisa Hortensia Rivas Diaz. Peruana. Magister en Enfermería. Docente asociado de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Medicina. Correo: luiri1950@yahoo.com

Alejandro Segundo Dioses Chocano. Peruano. Magister en Psicología. Docente Principal de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología. Correo: alediosescho@hotmail.com

Carlos Alberto Arenas Iparraquirre. Peruano. Doctor en Psicología. Docente Principal de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Facultad de Psicología. Correo: carenasi@unmsm.edu.pe

Ornella Raymundo Villalba. Peruana. Magister en Psicología. Investigadora profesional independiente. Correo: skirmaornella@gmail.com

Deyvid Baca. Peruano. Investigadora profesional independiente. Correo: deyvid3108@hotmail.com

Joel Uceda Espinoza. Peruano. Investigador profesional independiente. Correo: joeue07@gmail.com

Juan Yaringaño Limache. Peruano. Profesor de la Universidad Champagnat. Correo: juyaringa@hotmail.com

Erika Fernandez. Peruano. Estudiante de la Maestría en Psicología de la UNMSM. Correo: erika\_1006@hotmail.com

# Introducción

El uso de nuevas tecnologías ha reformado la transmisión de información, ayudando a un acceso masivo de datos y comunicación, permitiendo en el campo educativo contar con nuevas estrategias de enseñanza, propiciando un aprendizaje significativo en aquellos alumnos que logran adaptarse y hacer un uso responsable de estos. Sin embargo, lo novedoso es que puede traer nuevas patologías si se hace un uso excesivo o si se prioriza actividades (juegos, redes sociales, etc.), que lejos de ayudar en la formación profesional del estudiante universitario lo distrae de sus labores, siendo probablemente un factor clave para la procrastinación, por lo tanto es importante reflexionar sobre el tipo y calidad de profesional que se encuentra en formación, considerando el factor social cambiante y novedoso que se apertura. En este sentido, Domínguez, et. al. (2014) indican la necesidad de estudiar la procrastinación en el ámbito de la educación superior, con el fin de proponer mejoras en busca de un desempeño cada vez más eficaz del estudiante.

Para el presente estudio se toma en cuenta la variable de procrastinación, que consiste en postergar de forma sistemática aquellas tareas que debemos hacer, las cuales son cruciales para nuestro desarrollo y que son reemplazadas por otras más irrelevantes pero más placenteras de llevar a cabo. Es así que la procrastinación cada vez más se está convirtiendo en un serio problema que afecta la salud mental de los estudiantes. Se manifiesta ante todo como una pésima gestión del tiempo, ya que el procrastinador suele o bien sobrestimar el tiempo que le queda para realizar una tarea, o bien subestimar el tiempo necesario según sus recursos propios para realizarla. Popoola (2005; citado por Akinsola, 2007) considera la procrastinación como un rango que tiene componentes cognitivos, conductuales y emocionales. Ferrari (2005, citado por Álvarez, 2010) explica que los alumnos procrastinan no entregando sus trabajos en las fechas señaladas cambiando constantemente las fechas de los exámenes. En este estudio se tomó el instrumento de procrastinación de Iparraguirre, et. al. (2014) cuyos indicadores parten de la teoría motivacional temporal (TMT) propuesta por Steel y König, (2006), el cual es un modelo integrador de la procrastinación, encuadrado en la teoría motivacional y con una fuerte influencia de la teoría económica. Por motivos conceptuales y para enmarcar al estudio bajo una dirección teórica, podemos describir que cuanto más deseable es una determinada conducta para una determinada persona, más útil es, o mayor motivación tendrá para realizarla. En éste sentido, las personas buscamos realizar aquellas conductas con mayor utilidad o que nos producen mayor motivación por naturaleza. Por lo tanto, la motivación va en función de cuatro factores (expectativas, valoración, autocontrol y demora), según este modelo para que se de la procrastinación, los cuatro factores deben correlacionarse con una baja motivación. En tal sentido podemos describir de la siguiente manera estos indicadores:

**Motivación:** Motivo para realizar una determinada conducta, por lo tanto, su valor debe ser bajo para que tenga lugar la procrastinación. (Steel y König, 2006; citado por Guzmán, 2013)

**Expectativa:** Relacionada con lo que creen las personas que son capaces de hacer. Si creen que la tarea es fácil la harán y si creen que es difícil no lo harán o la realizan por presión externa.

**Valoración:** La recompensa inmediata es más placentera que los premios a largo plazo.

**Autocontrol/Impulsividad:** Inicia muchas tareas a la vez llevados por la emoción y pueden abandonarlas por iniciar otras.

**Demora de la satisfacción:** Empezar tareas de largo tiempo.

La prueba de procrastinación que ha sido aplicada, también contempla otros indicadores relacionados a la procrastinación, tales como:

- **Falta de conocimiento:** Relacionada con el desconocimiento relacionado con la ejecución de la tarea, herramientas, técnicas estrategias a utilizar para realizar la tarea. (Iparraguirre, et. al. ,2014)
- **Falta de Método general de trabajo:** Indica Dificultades en la organización del tiempo, falta de métodos de trabajo, falta de priorización de tareas y toma de decisiones. (Iparraguirre, et. al. ,2014)
- **Presencia de estrés:** Evalúa la Presencia de irritabilidad, presencia de sentimientos de culpa, presencia de ansiedad. (Iparraguirre, et. al. ,2014)

Cabe señalar que, Guzmán en el 2013 realizó un análisis de los factores asociados a la procrastinación identificando que las variables ambientales como refuerzos a las tareas, cuanto más lejanas en el tiempo menos influyen en la decisión de llevarla a cabo. Por lo tanto, la gestión del tiempo y método general del trabajo sería un indicador importante para medir la conducta procrastinadora. Así mismo, estudios como los de Burka y Yuen, 1983 citados por Guzmán (2013) refieren que algunas personas tienden a sentir una elevada ansiedad al enfrentarse a determinadas tareas u objetivos. Parece lógico que aquellas personas con un mayor nivel de ansiedad ante la vida sean más proclives a procrastinar, identificando que la presencia de estrés es relevante como indicador de procrastinación. Con relación a la consideración del indicador de falta de conocimiento, estudios realizados por (Anderson, 2001; citado por Guzmán, 2013) encontraron que la aversión a las tareas se da por poco interés, por desconocimiento de la tarea o por ser percibida como aburrida y poco interesante, estas son respuestas reiteradas en los procrastinadores (Anderson, 2001 citado por Guzmán, 2013).

En el extranjero, investigadores como Sánchez (2010) en Colombia refuerzan el interés en estudiar esta variable asociada a la vida universitaria. Contreras et al (2011) concluyen que existe asociación significativa entre Procrastinación y variables que en conjunto evidencian una mala administración del tiempo por parte de los adolescentes.

En el Perú, abordaron el tema de la procrastinación Chan (2011) cuyo hallazgo obtenido le permitió identificar y discutir las diferentes situaciones que se asocian a la procrastinación en los estudiantes de educación superior y su repercusión en el rendimiento académico. Álvarez (2010) mostró que la procrastinación académica era mayor que la general, que no existen diferencias significativas según el sexo y el grado de estudios. Alegre (2014) obtuvo una correlación indirecta y significativa entre auto eficacia y procrastinación lo cual guardaría relación la teoría motivacional temporal.

Ahora bien, con la aparición de numerosos instrumentos y soportes que han revolucionado la forma de manejar, almacenar y transmitir la información, se han producido importantes cambios en la forma de trabajar, en la forma de relacionarnos con otras personas, en la vida cotidiana y en las actividades de ocio. Hoy en día se habla de un nuevo género de “adicciones” como la adicción a Internet, adicción al cibersexo o la adicción a las redes sociales, temas que la literatura internacional de la psiquiatría y la psicología continúan estudiando. Con la presente investigación tomamos la adicción a las redes sociales como una variable del estudio, hemos considerado el instrumento para medir la adicción a las redes sociales de Ecurra y Salas (2014), quienes definen a las adicciones psicológicas como comportamientos repetitivos que

resultan placenteros en un primer momento, pero una vez que se instalan como hábitos, generan estados de necesidad que no pueden ser controlados y se asocian con altos niveles de ansiedad. Para reducir esta ansiedad las personas desarrollan el comportamiento adictivo; este se produce ya no tanto por la búsqueda de gratificación, sino para reducir el nivel de ansiedad que les produce el hecho de no realizar la tarea o estudio, en este circuito vicioso es que se desarrollan las adicciones. Siendo la diferencia del resto de adicciones la ausencia de las sustancias. Cabe resaltar que el enfoque utilizado para la elaboración del instrumento fueron los criterios de DSM IV TR para el caso del diagnóstico de la adicción a sustancias, identificando 3 factores:

**Obsesión por las redes sociales:** Que es el Compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, la ansiedad y la preocupación causada por la falta de acceso a las redes.

**Falta de control personal en el uso de las redes sociales:** Indica la preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales, con el consiguiente descuido de las tareas y los estudios.

**Uso excesivo de las redes sociales:** Se refiere a las dificultades para controlar el uso de las redes sociales, indicando el exceso en el tiempo uso, el hecho de no poder controlarse cuando usa las redes sociales y no ser capaz de disminuir la cantidad de uso de las redes.

En el extranjero investigadores como Blanco, et al. (2002) identificaron a un subgrupo de internautas que manifestaban tener problemas frecuentes con el uso de la red, como sentimientos de culpa, deseo intenso de estar o continuar con la conexión a Internet, pérdida de control, pérdida de tiempo de trabajo o clase. También manifestaban una mayor ansiedad y disfunción social, que el resto de la muestra. Acceden con frecuencia a servicios de Chat y a páginas de contenido solo para adultos. Jiménez y Pantoja (2007) identificaron que los adictos tienen bajos niveles de autoestima y relaciones interpersonales inestables, superficiales y poco duraderas. Parra (2010) en Medellín investigó el uso de las redes sociales por los estudiantes universitarios, los resultados mostraron que era casi generalizado el uso que de las redes sociales de Internet en los jóvenes universitarios. Agregó que los jóvenes iban a estas redes a satisfacer necesidades de pertenencia, diversión o simplemente, por curiosidad.

Herrera et al. (2010) encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los adictos y los no adictos a Facebook, lo que permitió ver que existe una relación estadísticamente significativa entre la adicción a Facebook y la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. A partir de ese descubrimiento se dedujo que los adictos a Facebook son más propensos a la depresión, a tener menos habilidades sociales y a mostrar una autoestima más baja. Puerta-Cortés y Carbonell (2014) aportan evidencia empírica en el estudio de la relación entre la personalidad y el uso problemático de Internet.

Sobre la adicción a las redes sociales en el Perú investigadores como Cerna y Plasencia (2012) indican que existen ciertas asociaciones entre la intensidad del uso del Facebook y las variables de Autoestima y Narcisismo. De manera específica destacan las correlaciones entre uso del Facebook y sentimiento de pertenencia a la familia; también la asociación entre frecuencia de uso y autoritarismo. Con base en lo expuesto, la presente investigación intenta abordar la relación entre la procrastinación y la adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima.

La investigación realizada demostró que existe relación entre procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima.

De otro lado, cumplió con los objetivos específicos planteados

Se desarrolló el diagnóstico de la procrastinación en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima.

Se desarrolló el diagnóstico de la adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima.

Se comparó la procrastinación de los estudiantes universitarios en función de variables como el género, edad cronológica y nivel de estudios (pregrado o postgrado)

Se comparó la adicción a las redes sociales de los estudiantes universitarios en función de variables como el género, edad cronológica y nivel de estudios (pregrado o postgrado)

## Metodología y técnicas de investigación utilizadas

La investigación es teórica. En concordancia con las hipótesis formuladas se empleó un tipo de investigación Sustantiva – descriptiva, con análisis descriptivo, comparativo correlacional (Sanchez y Reyes, 2009).

El diseño de investigación utilizado en el presente estudio fue no experimental, transeccional – correlacional.

La muestra estuvo constituida por 402 estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima cuyas edades fluctuaron entre los 16 y 65 años.

**Técnica e instrumentos:** Dado el carácter de los fenómenos a estudiar se utilizaron la técnica psicométrica y de observación indirecta. Los instrumentos a utilizados fueron:

- 1. Escala de Procrastinación:** Esta escala fue elaborada por Iparraguirre, Bernardo y Javier (2014), está conformada por 25 ítems, los 5 últimos constituyen los ítems de seguridad o escala de mentiras. Los 20 primeros exploran las áreas en las que las personas suelen procrastinar: Motivación, falta de conocimientos, falta de método de trabajo y presencia de estrés. La escala original fue modificada en las alternativas de respuesta: siempre, mayoría de veces, regular frecuencia, algunas veces y jamás. Debido a ello se hizo un nuevo análisis psicométrico para el presente estudio, donde se establecieron los niveles de procrastinación como baja (0-46) media (47-81) y alta (82-120). La confiabilidad determinada fue de .927 considerado un nivel elevado de consistencia interna (Murphy & Davishofer; como se citó en Hogan, 2004). La escala propuesta para medir procrastinación posee validez de contenido y validez de constructo. La primera tomó en consideración de definición de la variable, sus dimensiones, subdimensiones y se extrajeron los indicadores a partir de los cuales se construyeron las proposiciones que componen la escala. Se estableció la validez para cada ítem estableciendo la correlación ítem – test , obteniendo correlaciones positivas fuerte para todos los ítems.

2. **Cuestionario de Adicción a las Redes Sociales (ARS).** Este cuestionario Propuesto por Ecurra y Salas (2014) tiene 34 ítems en una escala tipo Likert con 5 alternativas de respuesta: nunca, rara vez, a veces, casi siempre y siempre. Puede ser tomado en forma individual o grupal. El cuestionario está conformado por 3 factores o dimensiones latentes: A) Obsesión por las redes sociales. B) Falta de control personal en el uso de las redes sociales. C) Uso excesivo de las redes sociales. El instrumento aporta evidencias de validez de constructo, bajo el modelo de la teoría clásica de los tests a través del análisis factorial confirmatorio, para el presente estudio se realizó un análisis nuevamente y fue concordante con el estudio original, así como se obtuvo el coeficiente alfa de Cronbach de .923. Dicho valor es indicativo de un nivel elevado de consistencia interna (Murphy & Davishofer; como se citó en Hogan, 2004).

## Análisis de fiabilidad de los instrumentos utilizados

La Escala de Procrastinación presenta 30 ítems de opción múltiple<sup>1</sup>. El análisis de consistencia interna más apropiado se realizó por medio del coeficiente alfa de Cronbach (Kerlinger & Lee, 2002). En primer lugar, se analizó la unidimensionalidad de la escala y, posterior al análisis de validez factorial, se determinó la consistencia interna de sus dimensiones. La confiabilidad determinada fue de .927, ver Tabla 2, considerado un nivel elevado de consistencia interna (Murphy & Davishofer; como se citó en Hogan, 2004). Los índices de correlación ítem-test son superiores a .300 en todos los casos, por lo que todos los ítems fueron conservados para un posterior análisis.

De otro lado, el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) tiene 24 ítems con 5 opciones de respuesta cada uno. De igual manera, el coeficiente alfa de Cronbach fue utilizado como análisis de la consistencia interna (Kerlinger & Lee, 2002). Dentro de la Tabla 2, la confiabilidad encontrada para el ARS, a nivel de la escala general, fue .923. Dicho valor es indicativo de un nivel elevado de consistencia interna (Murphy & Davishofer; como se citó en Hogan, 2004).

**Tabla 1**

Análisis de la confiabilidad en la escala de procrastinación y cuestionario de adicción a redes sociales (ARS) en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)

	Procrastinación	Adicción a Redes Sociales
Alfa de Cronbach	.927	.923
Número de ítems	25	24

<sup>1</sup> La Escala está compuesta por 25 ítems propios que miden la variable Procrastinación y 5 ítems asociados a una Escala de Mentira.

# Análisis descriptivo

La Tabla 2 presenta las características sobre el uso de las redes sociales según edad. Cabe recalcar que se ha agrupado la edad en tres rangos: 15 a 25 años, nacidos desde 1990 en adelante; 26 a 35 años, nacidos en la década de los 80'; y, 36 años a más, nacidos antes de 1980.

Se aprecia que de acuerdo al tipo de red social más frecuentada. En todos los rangos de edad, el facebook fue la red social más utilizada, en especial, por los estudiantes de 26 a 35 años. Respecto al lugar de conexión más habitual fue en más de dos lugares (casa, trabajo, cabina, universidad y celular), predominantemente, en los estudiantes de 26 a 35 años; sin embargo, los estudiantes de 15 a 25 años optan por acceder más frecuentemente desde su casa o celular.

Sobre la frecuencia de conexión a las redes sociales. La gran mayoría lo hace entre 1 a 2 veces al día; empero, se destaca que el 26.8% de los estudiantes de 36 años a más tienden a estar todo el día en las redes sociales, porcentaje ligeramente superior con respecto al resto de estudiantes. De otra parte, el porcentaje de personas que conoce de forma personal y que conoció en las redes sociales es menor en los grupos de edad entre los 15 y 25 años. Finalmente, si los datos en las redes son verdaderos, casi gran parte de los estudiantes utilizan sus datos verdaderos; sin embargo, los estudiantes entre los 26 a 35 años tienden a usar nombre falsos.

**Tabla 2**

*Características sobre uso de redes sociales según edad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=393)<sup>2</sup>*

Variable sociodemográfica	15- 25 años		26-35 años		36 años a más	
	f	%	f	%	f	%
<b>Tipo de red social más frecuentada</b>						
Facebook	81	31.3	41	52.6	29	51.8
Twitter y Facebook	19	7.3	2	2.6	4	7.1
Google+ y Facebook	12	4.6	0	.0	2	3.6
YouTube y Facebook	11	4.2	1	1.3	2	3.6
Whatsapp y Facebook	48	18.5	18	23.1	7	12.5
Otros (Instagram, Linkendin, Skype) y Facebook	19	7.3	6	7.7	4	7.1
Facebook, twitter/Instagram, whatsapp	25	9.7	6	7.7	6	10.7
Facebook, twitter/Instagram, YouTube	38	14.7	3	3.8	2	3.6
Facebook, YouTube, WhatsApp	5	1.9	---	---	---	---
Más de 3 Redes sociales	1	.4	1	1.3	---	---
<b>Lugar donde se conecta a las redes sociales</b>						
Casa	51	19.7	14	17.9	20	35.7
Trabajo	1	.4	1	1.3	2	3.6
Cabina	12	4.6	---	---	1	1.8
Universidad	1	.4	---	---	---	---

2 Del total de la muestra (n=402), 9 de ellos refirieron no utilizar ningún tipo de red social.



Celular	14	5.4	8	10.3	3	5.4
Casa y cabina	8	3.1	1	1.3	2	3.6
Casa y celular	105	40.5	21	26.9	8	14.3
Casa y universidad	5	1.9	2	2.6	0	.0
Más de 2 lugares	62	23.9	31	39.7	20	35.7
Frecuencia de conexión a las redes sociales						
Todo el tiempo	38	14.7	14	17.9	15	26.8
7 a 12 veces x día	38	14.7	5	6.4	3	5.4
3 a 6 veces x día	61	23.6	16	20.5	8	14.3
1 a 2 veces x día	90	34.7	32	41.0	15	26.8
2 a 3 veces por semana	27	10.4	9	11.5	11	19.6
1 vez por semana	5	1.9	2	2.6	4	7.1
Porcentaje de personas que conoce de forma personal y que conoció en las redes sociales						
10% o menos	7	2.7	6	7.7	10	17.9
11 a 30 %	7	2.7	2	2.6	2	3.6
31 a 50%	28	10.8	11	14.1	5	8.9
51 a 70 %	55	21.2	7	9.0	8	14.3
más de 70%	162	62.5	52	66.7	31	55.4
Los datos en redes son verdaderos						
Si	230	88.8	68	87.2	51	91.1
No	29	11.2	10	12.8	5	8.9
	259	100.0	78	100.0	56	100.0

El análisis descriptivo de las variables del estudio (procrastinación y adicción a redes sociales) fue realizado contrastando la muestra de pregrado y postgrado, debido a que las medias de edad entre ambas fue 16 años ( $X_{\text{pregrado}}=19.9$ ;  $X_{\text{postgrado}}=35.6$ ).

La Tabla 3 contiene los niveles de procrastinación. En pregrado, se observa el nivel alto al 13.6%; mientras que, en postgrado, está representado por el 14.5%, para el mismo nivel. De otro lado, se aprecia un nivel bajo del 10.8% y 25.0% en estudiantes de pre y posgrado, respectivamente.

**Tabla 3**  
*Niveles de procrastinación según pregrado y postgrado en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)*

Nivel	Pregrado		Postgrado	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	34	13.6	22	14.5
Medio	189	75.6	92	60.5
Bajo	27	10.8	38	25.0
Total	250	100.0	152	100.0

La Tabla 4 se observa los niveles de adicción a redes sociales. Un nivel alto de adicción a redes sociales es representado, en pregrado, por el 21.2% y, en postgrado, por el 9.1%. De otra parte, el 10.4% de los estudiantes de pregrado y el 24.5% de los estudiantes en postgrado presentan niveles bajos.

**Tabla 4**

*Niveles de adicción a redes sociales según pregrado y postgrado en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)*

Nivel	Pregrado		Postgrado	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	53	21.2	13	9.1
Medio	171	68.4	95	66.4
Bajo	26	10.4	35	24.5
Total	250	100.0	143	100.0

## Análisis inferencial

Dentro de la Tabla 5 se aprecia los estadísticos descriptivos y la normalidad de las variables del estudio. Los niveles de normalidad fueron determinados por el estadístico Kolmogorov-Smirnov donde se encontró que las variables no presentaban una distribución normal ( $p < .05$ ). Por tanto, se hará uso de pruebas no paramétricas en los análisis inferenciales.

**Tabla 5**

*Normalidad de la variable procrastinación y adicción a redes sociales para estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)*

Variables	Parámetros		Kolmogorov-Smirnov Z
	Media	Desviación Estándar	
Procrastinación	64.12	16.69	1.42*
Adicción a Redes Sociales	51.18	13.86	1.27
Sexo	1.69	0.46	8.76**
Edad	25.85	9.75	3.80**
Universidad	1.36	0.48	8.33**
Carrera	3.13	2.74	5.91**
Nivel de estudios	1.38	0.49	8.10**

\*\* $p < .01$ . \* $p < .05$

## Análisis comparativo

A nivel comparativo, en primer lugar, se analizó la variable procrastinación con las variables sexo (Tabla 6), edad (Tabla 7) y nivel de estudio (Tabla 8). En ellas, se encontró que no hay diferencias significativas entre la procrastinación según sexo.

**Tabla 6**

*Comparación de la variable procrastinación según sexo estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)*

Variable	Grupo	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z
Procrastinación	Masculino	126	200.36	17244.500	-.133
	Femenino	276	202.02		

En contraste, hubo diferencias significativas de procrastinación según la edad, a favor del rango de 25 años a menos.

**Tabla 7**

*Comparación de la variable procrastinación según edad estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)*

Variable	Grupo (años)	N	Rango promedio	Chi-cuadrado	gl
Procrastinación	25 o menos	259	213.99	12.393**	2
	26 a 35	78	196.56		
	36 o más	65	157.66		

Nota: Prueba de Kruskal-Wallis; \*\* $p < .01$

De igual modo, hubo diferencias significativas de procrastinación según el nivel de estudio, a favor del nivel de pregrado (véase Tabla 8).

**Tabla 8**

*Comparación de la variable procrastinación según nivel de estudio estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)*

Variable	Grupo	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z
Procrastinación	Pregrado	250	216.23	15318.500	-3.260**
	Postgrado	152	177.28		

\*\* $p < .01$

De otro lado, la variable adicción a las redes sociales no obtuvo diferencias significativas según sexo (véase Tabla 9).

**Tabla 9**

*Comparación de la variable adicción a las redes sociales según sexo estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=393)*

Variable	Grupo	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z
Adicción a las redes sociales	Masculino	124	198.98	16432.000	-.235
	Femenino	269	196.09		

La variable adicción a las redes sociales, en la Tabla 10, presento diferencias significativas según la edad, a favor de los estudiantes de 25 años a menos.

**Tabla 10**  
*Comparación de la variable adicción a las redes sociales según edad estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=393)*

Variable	Grupo (años)	N	Rango promedio	Chi-cuadrado	gl
Adicción a las redes sociales	25 o menos	259	218.55	31.147**	2
	26 a 35	78	171.56		
	36 o más	56	132.78		

Nota: Prueba de Kruskal-Wallis; \*\* $p < .01$

De igual manera, se halló diferencias significativas de adicción a las redes sociales según el nivel de estudio, a favor de los estudiantes de pre-grado (véase Tabla 11).

**Tabla 11**  
*Comparación de la variable adicción a las redes sociales según nivel de estudio estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=393)*

Variable	Grupo	N	Rango promedio	U de Mann-Whitney	Z
Adicción a las redes sociales	Pregrado	250	220.46	12011.000	-5.414**
	Postgrado	143	155.99		

\*\* $p < .01$

## Análisis correlacional

A nivel correlacional, la Tabla 12 revela una relación directa y positiva entre procrastinación y adicción a las redes sociales, es decir, que a un mayor nivel de procrastinación se asocia una mayor adicción a las redes sociales. El tamaño del efecto (d de Cohen) fue de un nivel medio.

**Tabla 12.**  
*Correlaciones entre la procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=393)*

	Adicción a las redes sociales	
Procrastinación	rho Spearman	.379**
	d de Cohen	.78

\* $p < .01$

## Interpretación de los datos y discusión

El presente estudio fue realizado en Lima, se contó con una muestra constituida por 402 estudiantes universitarios cuyas edades fluctuaron entre los 16 y 65 años, Cabe recalcar que se ha agrupado la edad en tres rangos: 15 a 25 años; 26 a 35 años; y, 36 años a más, tomando en cuentas el año de nacimiento y los avances tecnológicos de las épocas. En cuanto al tipo de red social más utilizada, en todos los rangos de edad, el Facebook fue la red social más utilizada,

en especial, por los estudiantes de 26 a 35 años. Con este grupo de edades mencionado se identificó que el lugar de conexión más habitual fue en más de dos lugares (casa, trabajo, cabina, universidad y celular), se puede observar una amplia gama en la percepción de posibles lugares donde se tiene acceso a las redes sociales; sin embargo, los estudiantes de 15 a 25 años optan por acceder frecuentemente desde su casa o celular. Estos hallazgos se pueden contrastar con otros estudios como el de Pérez, (2011), quien identificó en estudiantes Colombianos que la red social virtual que es más utilizada por los estudiantes de la USB Medellín es Facebook con 94,2%. La gran mayoría de los estudiantes usa las redes sociales con una frecuencia de entre 1 a 2 veces al día; empero, se destaca que el 26.8% de los estudiantes de 36 años a más tienden a estar todo el día en las redes sociales, lo cual se relaciona con la posibilidad de acceder a internet desde los centros laborales y el uso de smathphone, así como la necesidad de estar comunicado.

Ahora bien, el análisis descriptivo de la variable procrastinación en el grupo muestral fue dividido en dos grupos pre y postgrado, obteniéndose que los alumnos de pregrado que tienen un nivel alto son el 13.6%; mientras que, en postgrado, está representado este nivel por el 14.5%. Por otro lado, se aprecia un nivel bajo de procrastinación en alumnos de pre grado del 10.8%; y los estudiantes de posgrado presentaron un 25% en el bajo nivel. Lo cual indica que los alumnos de postgrado tienden a ser más procrastinadores que los de pregrado, sin embargo se evidencian dos polaridades en el grupo de postgrado, ya que tiene el mayor porcentaje de alumnos con un nivel bajo de procrastinación.

En cuanto a la variable de adicción a redes sociales, se obtuvo que un nivel alto de adicción a redes sociales corresponde a los estudiantes de pregrado, por el 21.2% y, en postgrado, por el 9.1%. Los resultados de la presente investigación se condicen con los de Parra (2010) quien también halló que los estudiantes universitarios hacen un uso casi generalizado de las redes sociales de Internet. Ellos aun con sus intereses académicos van a estas comunidades no exactamente a eventos de ese tipo. Ellos van a estas redes a satisfacer necesidades de pertenencia, diversión o simplemente, por curiosidad. Frente a estos hallazgos se hace referencia a la teoría de García, et. al. (2009), quienes explican que los nativos digitales, (aquellos nacidos dentro de la época de evolución tecnológica a partir de los años 90) cuentan con la capacidad multitarea, buscan pasar el menor tiempo posible en una labor determinada y abrir el mayor número de frentes posibles, provocando pérdidas de productividad, descensos en la capacidad de concentración y períodos de atención muy cortos con una tendencia a cambiar rápidamente de un tema a otro en lugar de prestar atención de forma continua en un único objeto. Lo cual los haría proclives a desarrollar una dependencia hacia el uso de redes sociales, a lo que los autores agregan que su característica principal es sin duda su tecnofilia, ya que sienten atracción por todo lo relacionado con las nuevas tecnologías. Con las Tics satisfacen sus necesidades de entretenimiento, diversión, comunicación, información y, tal vez, también de formación. García, et. al. (2009) también habla de otro grupo que hace uso de las redes sociales, que son los inmigrantes digitales, son aquellos que se han adaptado a la tecnología y hablan su idioma pero con un cierto acento. Estos inmigrantes son fruto de un proceso de migración digital que supone un acercamiento hacia un entorno altamente tecnificado y son considerados aquellas personas nacidas en los años 80 y por debajo de estos años.

A nivel comparativo, se encontró que no existen diferencias significativas según el sexo de los estudiantes; el resultado de la presente investigación se condice con el Álvarez (2010) quien halló que no existían diferencias significativas según el sexo. Respecto al género, los estudios indican que los hombres procrastinan un poco más que las mujeres pero la diferencia no parece ser estadísticamente significativa. Los resultados de Steel (2007) concuerdan con los de la presente investigación. Por lo tanto, no hay diferencias entre hombres y mujeres

en cuanto al nivel de procrastinación. Sobre las diferencias según edad, se obtuvo que los alumnos menores de 25 años son más procrastinadores que el resto, lo cual guarda relación con la teoría de nativos digitales antes expuesta, así como se puede tomar a la impulsividad como uno de los principales factores predictores de la procrastinación (Steel, 2007). Somers (1992) mostró que a los procrastinadores no les gusta la estructura en su día a día ni la rutina. Dicho rasgo de impulsividad es más frecuente encontrarlo en estudiantes menores de 25 años.

El análisis comparativo entre pre y posgrado, demuestra que los alumnos de pregrado son significativamente más procrastinadores que los alumnos de postgrado. Estos datos guardan concordancia con el estudio realizado por (Steel, 2007) quien refirió que la procrastinación parece ser una conducta que se reduce considerablemente con la edad. Las personas mayores procrastinan mucho menos que las jóvenes. Los análisis demográficos así lo demuestran.

La variable adicción a redes sociales no tuvo diferencias significativas según el género, empero presentó diferencias significativas según la edad, precisando que los alumnos menores de 25 años son más adictos a las redes sociales, considerando las características de que estos estudiantes forman parte de los nativos digitales y que según Echeburúa, (2012), las nuevas tecnologías simplifican considerablemente nuestros quehaceres cotidianos. Por lo tanto, el atractivo de Internet para los jóvenes viene dado por la respuesta rápida, las recompensas inmediatas, la interactividad y las múltiples ventanas con diferentes actividades. Frente a esto es lógico encontrar que existan diferencias significativas de adicción a las redes sociales según el nivel de estudio, donde se encontró que los alumnos de pregrado son más adictos a las redes sociales que los alumnos de postgrado, este es otro hallazgo de la presente investigación.

En el análisis correlacional se obtuvo un resultado significativo y positivo en la relación de la variable de procrastinación y adicción a redes sociales. Lo cual indica que personas procrastinadoras pueden también desarrollar una adicción a la redes sociales. Ahora bien, es importante retomar la teoría con la cual se contó para la elaboración de los instrumentos utilizados en este estudio, donde se explicó que la procrastinación responde a una teoría motivacional temporal, la cual relaciona a la motivación a factores como expectativa, valoración y demora de refuerzo, caracterizándose a los procrastinadores como aquellos que presentan una baja motivación. Por ende tienen baja tolerancia de la espera de refuerzos a largo plazo, dicha característica se relaciona con las expuestas en la descripción de nativos digitales, quienes por haber nacido en la época de avances tecnológicos, presentan características de un uso masivo y rápido de la información, así como aparece una forma de tratamiento de la información mucho más somera y superficial acompañada, en ocasiones, de una ansiedad relacionada con la obsesión de abrir el máximo número de comunicaciones o trabajos García, et. al. (2009). Por lo tanto, el fácil acceso y rápido refuerzo de las redes sociales, pone a los estudiantes en un alto riesgo de adicción. De este modo, constituye una afición patológica que, al causar dependencia, restringe la libertad del ser humano (Alonso- Fernández, 1996; citado por Echeburúa, 2012).

Continuando con el análisis, podemos inferir en las necesidades educativas que van surgiendo en los estudiantes nacidos a partir de los años 90 presentan características diferentes por el hecho de haber crecido a la par de la evolución tecnológica, la duda está en indagar si los procesos de enseñanza aprendizaje actuales responden a las necesidades de los también llamados nativos digitales, tal como García, et. al. (2009) refiere que el aprendizaje, el estudio y la educación juegan un papel muy importante en el desarrollo de la sociedad, siendo uno de los motores de su proceso evolutivo. Es por ello que la docencia y los procesos de aprendizaje deben adaptarse permanentemente a las características de los individuos que

en cada momento la componen. Los nativos digitales, estudiantes de hoy en día y del mañana, no son los sujetos para los que los sistemas educativos y sus procesos de aprendizaje fueron diseñados. Sus profesores son, en el mejor de los casos, inmigrantes digitales (personas nacidas en los años 80 o antes) que han hecho el esfuerzo de acercarse a las nuevas tecnologías e intentan enseñar en un lenguaje muchas veces incomprensible para estos nativos digitales, pudiendo producirse cierto rechazo, o pérdida de atención o de interés. Lo cual podría estar relacionado a la procrastinación como una baja motivación, el reto estaría en identificar los factores asociados y brindar estrategias de intervención, ya sea capacitaciones en el uso de las TICs a docentes universitarios, así como involucrar ambos grupos, donde los nativos digitales puedan brindar sus capacidades de manejo y entendimiento en estos avances tecnológicos, mientras que los inmigrantes digitales pueden transmitir la capacidad de control y uso programado de las redes sociales, dando una utilidad dinámica y vivencial de estos avances, incorporando la dosis de programación y funcionalidad de la redes sociales, donde el atractivo está en que las personas dejan de ser un mero receptor o buscador de información, para convertirse en agente activo en el proceso de comunicación (Chóliz y Marco, 2012). Estas redes sociales no pueden ser limitadas o eliminadas, ya que se están abriendo como ventanas al nuevo mundo. La labor de docentes universitarios y psicólogos se hace cada vez más importante en el abordaje oportuno y resolutivo en la prevención de la adicción a las redes sociales y la procrastinación en la formación profesional.

## Conclusiones

El estudio reveló una relación directa y positiva entre Procrastinación y adicción a las redes sociales, es decir, que a un mayor nivel de procrastinación se asocia una mayor adicción a las redes sociales.

En todos los rangos de edad, el Facebook fue la red social más utilizada, la frecuencia de conexión a las redes sociales es de 1 a 2 veces al día, con relación a la variable procrastinación se observa el nivel alto al 13.6%; mientras que, en postgrado, está representado por el 14.5%, para el mismo nivel. De otro lado, se aprecia un nivel bajo del 10.8% y 25.0% en estudiantes de pre y posgrado, respectivamente. Por otro lado, se observa los niveles de adicción a redes sociales, un nivel alto de adicción a redes sociales es representado, en pregrado, por el 21.2% y, en postgrado, por el 9.1%.

No hay diferencias significativas entre la procrastinación según sexo. Hubo diferencias significativas de procrastinación según la edad, a favor del rango de 25 años a menos. Así mismo, existe diferencias significativas de procrastinación según el nivel de estudio, a favor del nivel de pregrado.

La variable adicción a las redes sociales no obtuvo diferencias significativas según sexo, empero, presentó diferencias significativas según la edad, a favor de los estudiantes de 25 años a menos, Así como, se halló diferencias significativas de adicción a las redes sociales según el nivel de estudio, a favor de los estudiantes de pre-grado.

## Recomendaciones

Fortalecer la motivación en cuanto a la expectativa, valoración y autocontrol/impulsividad primordialmente a nivel de pregrado así como a nivel de posgrado.

En los primeros semestres de formación del pregrado fortalecer el método general de trabajo universitario con nuevas tecnologías de enseñanza apoyados en el empleo de avances tecnológicos.

Evaluar en nivel de estrés de los alumnos de pregrado y de posgrado para establecer las estrategias de afrontamiento.

Hacer investigaciones de otros factores que pueden relacionarse con la procrastinación como hábitos de estudio, motivación, personalidad, vocación, autoestima, ansiedad y depresión entre otros a fin de determinar si estos factores estarían influenciando en la procrastinación en estudiantes universitarios.

Realizar estudios de investigación mixta (cuantitativos y cualitativos) a fin de obtener información a través de diferentes instrumentos y técnicas que permitan triangular la información sobre la procrastinación en estudiantes.

### Referencias bibliográficas

- Alegre, A. (2014). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista de educación y psicología de la USIL*, 1(2). 57-82.
- Álvarez, O. (2011). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Revista Persona*, 09(13). 159-177.
- Akinsola, M. (2007). Correlates of academic procrastination and hematics achievement of university udergraduate students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Tecnology education*, 3(4), 363-370.
- Blanco, M.; Vigo, M.; Fernández, J.; Marco, M. (2002). Problemas conductuales relacionados con el uso de internet: Un estudio explorativo. *Anales de Psicología*, 18(2). 273-292.
- Cerna, J.; Plasencia, F. (2012). Influencia de la Red Social Facebook en la formación de la autoestima en las alumnas de 1º, 2º, 3º, 4º y 5º años de Educación Secundaria de la Institución Educativa Particular “María de Nazaret” de Cajamarca. Tesis para obtener grado de licenciatura. Universidad privada del norte.
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temát. Psicol.* 7(1). 53-62.
- Chóliz, M. y Marco, C. (2012). *Adicción a Internet y redes sociales. Tratamiento psicológico*. Madrid: Alianza.
- Contreras, H.; Mori, E.; Lam, N.; Gil, E.; Hinojosa, W.; Rojas, D.; Espinoza, E.; Torrejón, E.; Conspira, C. (2011). Procrastinación en el estudio: Exploración del fenómeno en adolescentes escolarizados. *Revista peruana de epidemiología*, 15(3).1-5.
- Domínguez, S.; Villegas, G.; Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2). 293-304.
- Echeburúa, E. (2012). Factores de riesgo y factores de protección en la adicción a las nuevas tecnologías y redes sociales en jóvenes y adolescentes. *Comunicaciones breves*, 37(4).435-447.
- Ecurra, M.; Salas, E. (2014). Construcción y validación del cuestionario de adicción a redes sociales. *Liberabit*, 20(1). 73-91.
- García, F.; Portillo, J.; Romo, J.; Benito, M. (2009). Nativos digitales y modelos de aprendizaje. Extraído de <http://spdece07.ehu.es/actas/Garcia.pdf>



- Guzmán, D. (2013). Procrastinación una mirada clínica. Extraído de <https://www.isep.es/wp-content/uploads/2014/07/procrastinacion.pdf>
- Herrera, M.; Pacheco, M.; Palomar, J.; Zavala, D. (2010). La adicción a Facebook relacionada con la baja autoestima, la depresión y la falta de habilidades sociales. *Psicología iberoamericana*, 18(1). 6-18.
- Hogan, P. (2004). *Pruebas psicológicas*. México: El manual moderno.
- Iparraguirre, M.; Bernardo, R.; Leda, J. (2014). Procrastinación y tipos de personalidad en docentes universitarios de la facultad de ciencias de la salud de la universidad peruana los andes. En prensa.
- Jiménez, A. L. y Pantoja, V. (2007). Autoestima y relaciones interpersonales en sujetos adictos a Internet. *Revista de Psicología*, 26(1), 78-89.
- Kerlinger, F. y Lee, H. (2002) *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en Ciencias Sociales*. México: McGraw-Hill
- Parra, E. (2010) Las redes sociales de Internet: también dentro de los hábitos de los estudiantes universitarios. *Anagramas*, 9, (17), pp. 107-116.
- Pérez, J. (2011). Redes sociales virtuales y la bioética. *AgoUSB*, 11(1). 175-204.
- Puerta-Cortés, D.; Carbonell, X. (2014). El modelo de los cinco grandes factores de personalidad y el uso problemático de internet en jóvenes colombianos. *Original*, 26(1). 54-61.
- Sánchez, A. (2010). Procrastinación académica: Un problema en la vida universitaria. *Studiositas*, 5 (2), 87-94.
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 33(1), 65-85.
- Steel, P., & König, C. J. (2006). Integrating theories of motivation. *Academy of Management Review*, 31, 889-913.

## Anexos

**Tabla 1**  
**Características de la muestra**

Variable sociodemográfica	Frecuencia (f)	Porcentaje (%)
Sexo		
Varón	126	31.3
Mujer	276	68.7
Edad (años)		
15-25	259	64.4
26-35	78	19.4
36-65	65	16.2
Tipo de universidad		
Pública	259	64.4
Privada	143	35.6
Carrera		
Psicología	206	51.2
Administración	32	8.0
Obstetricia	28	7.0
Enfermería	27	6.7
Ingeniería de Sistemas	26	6.5
Ingeniería Industrial	25	6.2
Nutrición	25	6.2
Educación Inicial	17	4.2
Radiología	16	4.0
Grado		
Pregrado	250	62.2
Postgrado	152	37.8
	402	100.0

**Tabla 2**  
**Análisis de confiabilidad por consistencia interna de la Escala de Procrastinación**

	Correlación elemento- total corregida		Correlación elemento- total corregida
Ítem 1	.333	Ítem 14	.615
Ítem 2	.375	Ítem 15	.575
Ítem 3	.500	Ítem 16	.634
Ítem 4	.552	Ítem 17	.662
Ítem 5	.581	Ítem 18	.616
Ítem 6	.610	Ítem 19	.641
Ítem 7	.610	Ítem 20	.658
Ítem 8	.520	Ítem 21	.424
Ítem 9	.606	Ítem 22	.532
Ítem 10	.522	Ítem 23	.599
Ítem 11	.622	Ítem 24	.522
Ítem 12	.490	Ítem 25	.636
Ítem 13	.582		

**Tabla 3**  
**Análisis de confiabilidad por consistencia interna del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)**

	Correlación elemento- total corregida		Correlación elemento- total corregida
Ítem 1	.629	Ítem 13	.242
Ítem 2	.501	Ítem 14	.382
Ítem 3	.526	Ítem 15	.632
Ítem 4	.598	Ítem 16	.725
Ítem 5	.573	Ítem 17	.600
Ítem 6	.582	Ítem 18	.571
Ítem 7	.669	Ítem 19	.687
Ítem 8	.504	Ítem 20	.643
Ítem 9	.531	Ítem 21	.469
Ítem 10	.638	Ítem 22	.637
Ítem 11	.595	Ítem 23	.546
Ítem 12	-.479	Ítem 24	.569

**Tabla 4**  
**Baremos generales de la Escala Procrastinación y del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)**

Percentiles	Escala de Procrastinación	Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS)	Categoría Diagnóstica
99	103-125	88-120	Alto
95	92-102	77-87	Alto
90	87-91	70-76	Alto
85	82-86	65-69	Alto
80	78-81	63-64	Medio
75	76-77	61-62	Medio
70	73-75	58-60	Medio
65	71-72	56-57	Medio
60	69-70	55	Medio
55	66-68	52-54	Medio
50	61-65	49-51	Medio
45	58-60	47-48	Medio
40	56-57	45-46	Medio
35	55	43-44	Medio
30	53-54	41-42	Medio
25	51-52	39-40	Medio
20	47-50	37-38	Medio
15	45-46	34-36	Bajo
10	40-44	32-33	Bajo
5	31-39	26-31	Bajo
1	0-30	0-25	Bajo
N	402	393	N
Media	64.12	51.18	Media
Desviación Estándar	16.69	13.86	Desviación Estándar
Mínimo	26	24	Mínimo
Máximo	121	90	Máximo