

48

Fecha de presentación: enero, 2023

Fecha de aceptación: marzo, 2023

Fecha de publicación: mayo, 2023

ADICCIÓN

A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ADOLESCENTES DE EDUCACIÓN BÁSICA REGULAR

SOCIAL MEDIA ADDICTION AND ACADEMIC PROCRASTINATION IN ADOLESCENTS OF REGULAR BASIC EDUCATION

Judith Annie Bautista-Quispe¹

E-mail: jbautistaq@unap.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7302-3818>

Benjamin Velazco Reyes¹

E-mail: bvelazco@unap.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2780-786X>

Edwin Gustavo Estrada Araoz²

E-mail: gestrada@unamad.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4159-934X>

Lizbeth Maribel Córdova-Rojas³

E-mail: mcordova@unibagua.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9998-5019>

Papa Pio Ascona Garcia³

E-mail: pascona@unibagua.edu.pe

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5795-6079>

¹Universidad Nacional del Altiplano. Perú.

²Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios. Perú.

³Universidad Nacional Intercultural Fabiola Salazar Leguía de Bagua. Perú.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Bautista-Quispe, J. A., Velazco Reyes, B., Estrada Araoz, E. G., Córdova-Rojas, L. M., & Ascona Garcia, P. P. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular. *Universidad y Sociedad*, 15(3), 509-517.

RESUMEN

En los últimos años, las redes sociales han incrementado su popularidad, especialmente en los más jóvenes, pues existe la necesidad que se conecten con otras personas que comparten intereses similares. Sin embargo, la necesidad de permanecer constantemente en línea puede ocasionar síntomas y consecuencias que afectarían su bienestar personal y desempeño. Por ello, el objetivo de la presente investigación fue determinar si existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas. El enfoque abordado fue cuantitativo, el diseño fue no experimental y el tipo, descriptivo correlacional de corte transversal. La muestra fue conformada por 233 estudiantes, quienes respondieron al Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación Académica, instrumentos con adecuadas propiedades psicométricas. De acuerdo a los resultados, los estudiantes se caracterizaban por tener bajos niveles de adicción a las redes sociales y niveles moderados de procrastinación académica. Además, se halló que el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre ambas variables fue de 0,429 y el p-valor fue inferior al nivel de significancia ($p < 0,05$). Se concluyó que existe una relación significativa entre la adicción a redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas. Por ello, era necesario que las instituciones educativas gestionen la participación de profesionales para que detecten y desarrollen programas psicoeducativos que permitan tratar a los estudiantes que usan compulsivamente las redes sociales.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, procrastinación académica, adolescentes, educación secundaria.

ABSTRACT

In recent years, social networks have increased in popularity, especially among the youngest, as there is a need for them to connect with other people who share similar interests. However, the need to constantly stay online can cause symptoms and consequences that would affect your personal well-being and performance. Therefore, the objective of this research was to determine if there is a significant relationship between addiction to social networks and academic procrastination in fifth

grade high school students from 4 Peruvian public educational institutions. The approach addressed was quantitative, the design was non-experimental and the type was descriptive, correlational, cross-sectional. The sample was made up of 233 students, who responded to the Social Networks Addiction Questionnaire and the Academic Procrastination Scale, instruments with adequate psychometric properties. According to the results, the students were characterized by having low levels of addiction to social networks and moderate levels of academic procrastination. Likewise, it was found that the Spearman's Rho correlation coefficient between both variables was 0.429 and the p-value was below the significance level ($p < 0.05$). It was concluded that there is a significant relationship between addiction to social networks and academic procrastination in fifth grade high school students from 4 Peruvian public educational institutions. Therefore, it was necessary for educational institutions to manage the participation of professionals to detect and develop psychoeducational programs that allow students who compulsively use social networks to be treated.

Keywords: Addiction, social media, academic procrastination, adolescents, secondary education.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es un período en el que ocurren cambios biológicos, sociales y psicológicos, en ese sentido, el descubrimiento de la identidad, la autoexpresión, las amistades y la aceptación de los compañeros son de gran importancia para los adolescentes (Dahl et al., 2018). Ellos se encuentran ansiosos por explorar las relaciones entre pares y las redes sociales les ofrecen la oportunidad de interactuar con sus pares en cualquier lugar y en cualquier momento. Por otro lado, aunque los niveles de aceptación social en el mundo real para los adolescentes están abiertos a comentarios, la cantidad de "amigos", "me gusta" y "vistas" que alcanzan a través de las diversas redes sociales (*Facebook*, *Whatsapp*, *Tik Tok*, *Youtube* o *Instagram*, principalmente) miden claramente sus niveles de aceptación social.

De acuerdo a la teoría de la jerarquía de necesidades de Maslow, las personas tienen necesidades sociales, y uno de los factores clave que afectan la necesidad básica de emoción y pertenencia es la comunicación interpersonal. Entonces, una de las principales funciones de las redes sociales es construir redes de interacción interpersonal de recursos de relación personal; por lo tanto, el uso de las redes sociales puede brindarles a los adolescentes una sensación de conexión social, acceso a la información, mejora de sus emociones y motivación, puede mejorar la autoestima y la calidad de vida y puede, incluso, inspirar a la gente a liderar movimientos sociales (Chen et al., 2022).

Sin embargo, la necesidad que tienen los adolescentes de permanecer conectados puede dar lugar a un uso compulsivo, situación que en casos graves conlleva a la aparición de sintomatologías y secuelas asociadas con las adicciones relacionadas con sustancias, a la cual se les denomina adicción a las redes sociales (ARS) (Kuss & Griffiths, 2017). Actualmente, la ARS dejó de ser considerado un problema común y se está convirtiendo en una patología con trascendencia mundial, puesto que muchas personas acceden a las redes sociales durante muchas horas al día y muestran un gran interés por ellas (Sümen & Evgin, 2021). Fue definida como la obsesión que tienen las personas por utilizar las redes sociales, la dificultad para limitar su conexión, lo cual deterioraría las relaciones interpersonales presenciales (Echeburúa & De Corral, 2010).

Entre los principales síntomas destacan los cambios desfavorables en el estado de ánimo, prominencia (preocupación cognitiva, comportamental y emocional asociada al uso de las redes sociales), tolerancia (incremento progresivo del tiempo de conexión a las redes sociales), síntomas de abstinencia (sintomatología física y emocional desagradable cuando no se puede acceder a las redes sociales), conflictos (problemas interpersonales y mentales relacionados con el uso de las redes sociales) y recaídas (necesidad de volver a acceder continuamente a las redes sociales luego de un periodo de abstinencia) (Kuss & Griffiths, 2011).

En el presente estudio se consideraron tres dimensiones de la ARS. En primer lugar, la obsesión por las redes sociales, dimensión que tiene que ver con el compromiso mental de las personas hacia las redes sociales, es decir, pensar continuamente con ellas; así como los sentimientos de preocupación y ansiedad ocasionados por no poder conectarse. En segundo lugar, la falta de control personal en el uso de las redes sociales, la cual tiene que ver con la preocupación debido al poco control que tienen las personas para interrumpir el tiempo de conectividad a las redes sociales, lo que trae consigo la omisión del cumplimiento de sus actividades. Por último, el uso excesivo de las redes sociales tiene que ver con la dificultad para controlar el uso de las redes sociales, el excesivo tiempo que permanecen conectados, no poder controlarse cuando se accede a las redes sociales y tener dificultad para disminuir la cantidad de horas destinadas al uso de las redes sociales (Escurra & Salas, 2014).

Respecto a la procrastinación académica (PA), representa un problema personal, sistémico y social sustancial. Ha sido conceptualizada como una tendencia irracional a través de la cual los estudiantes retrasan el inicio o culminación de sus responsabilidades académicas,

principalmente aquellas para las que se fijan plazos. Entonces se considera como un comportamiento contra-productivo con beneficios a corto plazo, como mejorar el estado de ánimo, pero con costos a largo plazo, como estar bajo ansiedad o estrés constante a medida que se acerca la fecha límite (Uma et al., 2020).

La conducta procrastinadora es considerada como un problema de gestión del tiempo, sin embargo, también intervienen en ella aspectos cognitivos, afectivos y comportamentales. Respecto a los aspectos cognitivos tienen que ver con las explicaciones o argumentos que las personas dan con la finalidad de justificar el atraso de sus responsabilidades. En cuanto a los aspectos afectivos, están referidos a los sentimientos de temor a fracasar. Con relación a los aspectos comportamentales, tiene que ver con la desatención o discrepancia entre lo que quieren hacer y lo que en realidad hacen (Trujillo & Noé, 2020). Del mismo modo, es menester indicar que la PA está conformada por dos dimensiones. La primera está referida a la autorregulación académica, que implica acciones orientadas al cumplimiento de metas y la planificación de actividades, y la segunda hace mención a la postergación de actividades, que es considerada como el eje de las conductas procrastinadoras (Domínguez et al., 2020).

Ahora bien, la PA no solo provoca el retraso innecesario de las responsabilidades académicas, sino que desnaturaliza lo importante que es cumplir oportunamente con las actividades académicas previamente planificadas. Por otro lado, se sostiene que la PA ha sido tipificada en dos categorías, según su frecuencia y complejidad: la PA esporádica y crónica. La PA esporádica se refiere a aquella conducta dilatoria que se da de manera puntual, en la cual se posponen las actividades porque existe una poca adecuada gestión y administración del tiempo. No obstante, la PA crónica se da cuando la persona ha adquirido un hábito, el cual se caracteriza por posponer de manera recurrente la dedicación hacia los estudios y el desarrollo de las actividades académicas (Álvarez, 2010).

Existen algunas investigaciones realizadas con el propósito de analizar la relación entre la ARS y la PA. En Perú, un grupo de investigadores concluyeron que existía una relación directa y significativa entre la ARS y la PA en estudiantes del nivel de educación secundaria, lo cual indica que la obsesión que tienen los estudiantes a las redes sociales conlleva a que posterguen el desarrollo de sus tareas, situación que afectaría su rendimiento académico y bienestar personal (Yana et al., 2022). Del mismo modo, en Irán, concluyeron que existía una relación positiva entre la ARS y la PA entre los estudiantes de educación secundaria, por ello, existía la necesidad de implementar

estrategias para prevenir y enfrentar dicha problemática (Hamidi et al., 2015).

El objetivo principal de la presente investigación fue determinar si existe relación significativa entre la ARS y la PA en estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación se realizó bajo un enfoque cuantitativo, el diseño fue no experimental y el tipo fue descriptivo – correlacional de corte transversal (Hernández & Mendoza, 2018). La población estuvo constituida por 533 estudiantes que cursaban el quinto grado de secundaria pertenecientes a 4 instituciones educativas públicas de la Amazonía peruana, mientras que la muestra fue conformada por 223 estudiantes, cantidad que se determinó a través del muestreo probabilístico con un nivel de confianza del 95% y un nivel de significancia del 5%. Como se observa en la Tabla 1, participaron más estudiantes mujeres que tenían entre 15 y 16 años.

Tabla 1. Características sociodemográficas de la muestra

| Variables sociodemográficas | | n= 223 | % |
|-----------------------------|--------------------|--------|------|
| Género | Masculino | 104 | 46,6 |
| | Femenino | 119 | 53,4 |
| Edad | Entre 15 y 16 años | 132 | 59,2 |
| | Entre 17 y 18 años | 91 | 40,8 |

Fuente: Elaboración propia

Para obtener información sobre la ARS se aplicó el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales, el cual fue diseñado por Escurra & Salas (2014), consta de 24 ítems calificados cuantitativamente mediante una escala de Likert de 5 puntos que transcurren desde 1 (nunca) hasta 5 (siempre) y evalúa 3 dimensiones: obsesión por las redes sociales (ítems 1-10), falta de control personal en el uso de las redes sociales (ítems 11-16) y uso excesivo de las redes sociales (ítems 17-24). Sus propiedades psicométricas fueron determinadas en un estudio previo realizado por Estrada et al. (2020), donde se estableció que el inventario tenía adecuados niveles de validez basada en el contenido (V de Aiken= 0,886) y confiabilidad (α = 0,909). Por otro lado, para obtener información de la PA se aplicó la Escala de Procrastinación Académica, la cual fue diseñada por Busko (1998) y adaptada al contexto peruano por Domínguez et al. (2014). Consta de 12 ítems calificados cuantitativamente mediante una escala de Likert de 3 puntos que transcurren desde 1 (nunca) hasta 3 (siempre) y evalúa 2 dimensiones: autorregulación académica (ítems 1-9) y postergación académica (ítems

10-12). Sus propiedades psicométricas también fueron determinadas en un estudio previo realizado por Estrada et al. (2022), donde se estableció que el inventario tenía adecuados niveles de validez basada en el contenido (V de Aiken= 0,922) y confiabilidad (α = 0,911).

Para la recolección de datos se gestionaron las autorizaciones a los equipos directivos de las instituciones educativas focalizadas en la presente investigación. Después, se contactó a los padres de familia mediante el **Whatsapp** para precisarles el propósito de la investigación y solicitarles el consentimiento para que sus hijos participen. Luego, una vez que se obtuvo el consentimiento informado, se aplicaron los instrumentos de manera presencial, actividad que tuvo una duración aproximada de 25 minutos.

En análisis de datos se realizó a nivel descriptivo e inferencial. El análisis descriptivo se desarrolló mediante el uso de tablas de frecuencia y porcentaje que fueron obtenidos utilizando el Software SPSS V.25. En cuanto a los resultados inferenciales, se obtuvieron mediante el uso del coeficiente de correlación Rho de Spearman. Este estadístico fue importante para conocer si las variables y dimensiones se relacionaban significativamente ($p < 0,05$).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De acuerdo a la Figura 1, el nivel predominante de la variable ARS era bajo, al igual que en las dimensiones obsesión y uso excesivo de las redes sociales, sin embargo, en el caso de la dimensión falta de control personal en el uso de las redes sociales predominó el nivel moderado.

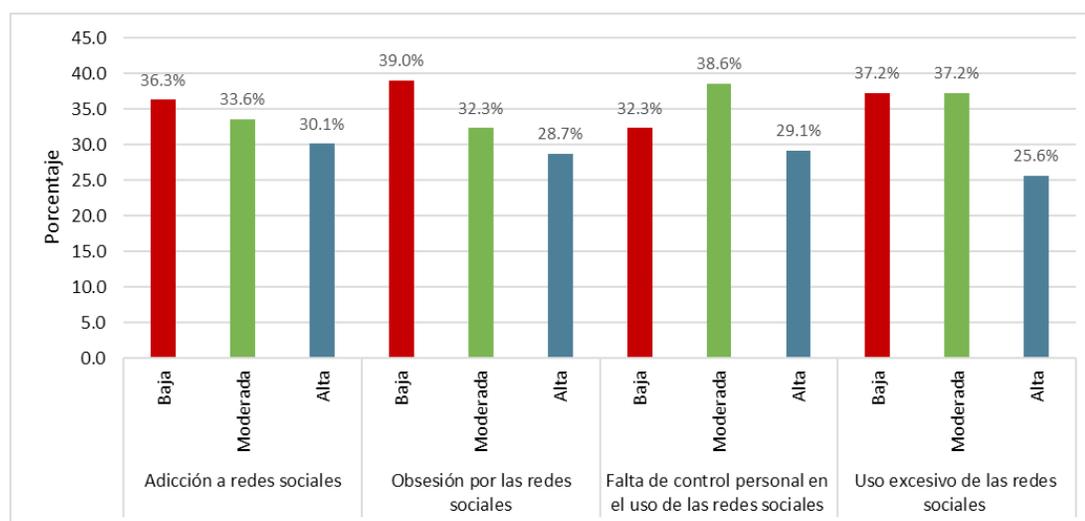


Figura 1. Resultados descriptivos de la variable adicción a las redes sociales y sus dimensiones

Fuente: Elaboración propia

Según la Figura 2, el nivel de PA que caracterizaba a los estudiantes fue moderado. En el caso de las dimensiones, el nivel predominante de la postergación académica también fue moderado, no obstante, el nivel de autorregulación académica que caracterizaba a los estudiantes fue bajo.

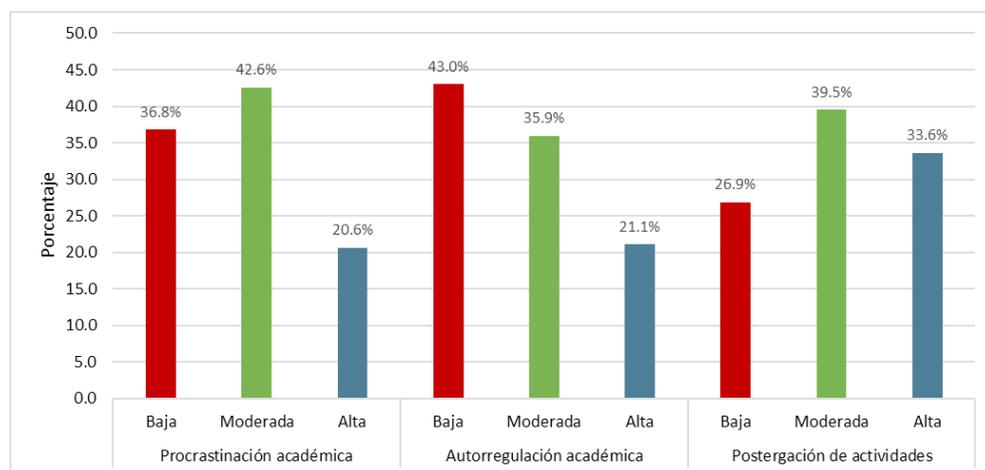


Figura 2. Resultados descriptivos de la variable procrastinación académica y sus dimensiones

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 2 se puede ver que los datos obtenidos mediante de la prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov. En ese entender, la magnitud de error de la prueba para las variables y dimensiones de estudio fue inferior al nivel de significancia ($p < 0,05$), lo cual indica que las puntuaciones no se ajustan a la distribución normal. Por ello, tomando como referencia lo expuesto y considerando también la naturaleza de las variables y su nivel de medición (ordinal), se optó por utilizar la prueba no paramétrica Rho de Spearman para determinar si las variables y dimensiones se relacionaban.

Tabla 2. Prueba de normalidad Kolmogorov-Smirnov para las variables y dimensiones

| Variable y dimensiones | Kolmogorov-Smirnov | | |
|------------------------------------|--------------------|-----|-------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| Adicción a las redes sociales | 0,143 | 223 | 0,002 |
| Obsesión por las redes sociales | 0,122 | 223 | 0,000 |
| Falta de control personal | 0,145 | 223 | 0,000 |
| Uso excesivo de las redes sociales | 0,109 | 223 | 0,000 |
| Procrastinación académica | 0,184 | 223 | 0,004 |
| Autorregulación académica | 0,203 | 223 | 0,000 |
| Postergación de actividades | 0,347 | 223 | 0,013 |

Fuente: Elaboración propia

De acuerdo a la Tabla 3, el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre las variables ARS y la PA fue de 0,429 con un p-valor menor al nivel de significancia ($p < 0,05$), lo cual indica que existe una relación directa y significativa entre ambas variables.

Tabla 3. Relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica

| | | | Adicción a las redes sociales | Procrastinación académica |
|-----------------|-------------------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| Rho de Spearman | Adicción a las redes sociales | Coeficiente de correlación | 1,000 | 0,429** |
| | | Sig. (bilateral) | . | 0,000 |
| | | N | 223 | 223 |
| | Procrastinación académica | Coeficiente de correlación | 0,429** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | 0,000 | . |
| | | N | 223 | 223 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: Elaboración propia

Según la Tabla 4, el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre la variable ARS y la dimensión autorregulación académica fue de -0,410 con un p-valor menor al nivel de significancia ($p < 0,05$), lo cual indica que existe una relación inversa pero significativa entre la variable y dimensión previamente mencionada.

Tabla 4. Relación entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica

| | | | Adicción a las redes sociales | Autorregulación académica |
|-----------------|-------------------------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------|
| Rho de Spearman | Adicción a las redes sociales | Coeficiente de correlación | 1,000 | -0,410** |
| | | Sig. (bilateral) | . | 0,000 |
| | | N | 223 | 223 |
| | Autorregulación académica | Coeficiente de correlación | -0,410** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | 0,000 | . |
| | | N | 223 | 223 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: Elaboración propia

En la Tabla 5 se observa que el coeficiente de correlación Rho de Spearman entre la variable ARS y la dimensión postergación de actividades fue de 0,442 con un p-valor menor al nivel de significancia ($p < 0,05$), lo cual indica que existe una relación directa y significativa entre la variable y dimensión previamente mencionada.

Tabla 5. Relación entre la adicción a las redes sociales y la postergación de actividades

| | | | Adicción a las redes sociales | Postergación de actividades |
|-----------------|-------------------------------|----------------------------|-------------------------------|-----------------------------|
| Rho de Spearman | Adicción a las redes sociales | Coeficiente de correlación | 1,000 | 0,442** |
| | | Sig. (bilateral) | . | 0,000 |
| | | N | 223 | 223 |
| | Postergación de actividades | Coeficiente de correlación | 0,442** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | 0,000 | . |
| | | N | 223 | 223 |

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Fuente: Elaboración propia

Durante la pandemia, muchos padres de familia adquirieron equipos celulares a sus hijos y contrataron el servicio de Internet de alta velocidad para que puedan acceder a las clases virtuales. Sin embargo, muchos de los estudiantes distorsionaron su uso, accediendo a redes sociales y videojuegos durante muchas horas al día. En la actualidad, debido a los bajos costos de los paquetes de datos para acceder a las redes sociales, muchos de ellos permanecen durante muchas horas, lo cual indica que existe un uso compulsivo que afectaría el desarrollo de sus responsabilidades. Por ello en la presente investigación se buscó determinar si existe relación significativa entre la ARS y la PA en estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas.

En primer lugar, se halló que el nivel predominante de la ARS en los estudiantes fue bajo, sin embargo, a pesar que este hallazgo parece favorable, es necesario ser cautelosos al analizar los datos, ya que se puede ver que aproximadamente la tercera parte de estudiantes también presentan altos niveles de adicción. En ese sentido, los estudiantes, regularmente, sienten la necesidad de saber qué sucede en las redes sociales (*Facebook, Whatsapp, Tik Tok, Youtube e Instagram*), acceden para interactuar virtualmente, incluso en momentos poco oportunos (en clase o en hora de la

alimentación), suelen descuidar las relaciones interpersonales presenciales y dejan de lado sus responsabilidades académicas y domésticas.

El resultado expuesto es inferior a lo reportado en estudios realizados en diversos contextos, donde encontraron que los estudiantes presentaron altos niveles de ARS (Estrada & Gallegos, 2020; Yana et al., 2022). Ello se debería a que dichos estudios fueron realizados durante la pandemia por COVID-19, donde la población estuvo confinada y el acceso a las redes sociales en todos los grupos etarios fue mayor, ya que no podían realizar actividades fuera de sus hogares debido a las restricciones establecidas para evitar la propagación del virus.

Por otro lado, se determinó que el nivel de PA que caracterizaba a los estudiantes fue moderado, lo cual indica que acostumbraban a aplazar el desarrollo de sus responsabilidades académicas, posponiéndolas para el último momento mientras realizaban actividades menos beneficiosas para su formación académica. Asimismo, se puede ver que no desarrollaron plenamente conductas orientadas a la planificación de sus actividades y de autorregulación, por ello no siempre otorgaban la importancia debida a sus diferentes responsabilidades.

Resultados similares al expuesto se reportaron en algunas investigaciones donde determinaron que los estudiantes de educación secundaria procrastinaban regularmente (Estrada, 2021; Yana et al., 2022), situación que se debería a que dichos estudios fueron realizados durante la pandemia, contexto donde muchos estudiantes participaban de la estrategia "Aprendo en casa" desde sus hogares, donde existe la posibilidad de que puedan distraerse y realicen actividades ajenas a las establecidas por sus docentes.

Un hallazgo relevante da cuenta que existe una relación directa y significativa entre la ARS y la PA en estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas. El coeficiente de correlación Rho de Spearman entre las mencionadas variables fue de 0,429 con un p-valor menor al nivel de significancia ($p < 0,05$). Lo expuesto indica que los estudiantes que normalmente tenían poco control personal, estaban obsesionados por conectarse a las redes sociales y accedían durante muchas horas al día, acostumbraban a dejar de lado sus responsabilidades académicas, dejándolas para el último momento, o incluso, no las realizaban.

El resultado descrito converge con una investigación realizada en Perú, donde reportaron que existía una relación directa y significativa entre la ARS y la PA en estudiantes del nivel de educación secundaria, lo cual indicaba que la obsesión que tenían los estudiantes a las redes

sociales conllevaba a que posterguen el desarrollo de sus tareas, situación que afectaba su rendimiento académico y bienestar personal (Yana et al., 2022). Del mismo modo, se coincide con los resultados obtenidos en una investigación realizada en Irán, donde concluyeron que existía una relación positiva entre la ARS y la PA entre los estudiantes de educación secundaria ($r=0,520$, $p < 0,01$), por ello, existía la necesidad de implementar estrategias para prevenir y enfrentar dicha problemática (Hamidi et al., 2015).

El rápido desarrollo de las tecnologías de Internet en los últimos años ha convertido a las plataformas de redes sociales en una actividad a la que se puede acceder desde cualquier lugar. Por lo tanto, *Facebook*, *Whatsapp*, *Tik Tok*, *Youtube* e *Instagram* se han convertido en una parte integral de la vida cotidiana de los adolescentes. Dichas redes sociales apoyan las necesidades básicas de pertenencia y autopresentación de los adolescentes, contribuyendo en su diversión y mejorando sus interacciones sociales. Sin embargo, su uso excesivo, que los adolescentes consideran una "forma de ser", puede causar adicción, problemas de salud y afectar seriamente el desarrollo de sus responsabilidades (Caner et al., 2022).

Por otro lado, se determinó que la ARS se relacionaba significativamente a las dimensiones autorregulación académica y postergación de actividades en estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas. Lo expuesto indica que la dependencia o uso descontrolado de las redes sociales limitaría las estrategias autorregulativas de los estudiantes y provocaría que retrasen injustificadamente el desarrollo de sus actividades y responsabilidades. Un resultado similar fue hallado por Yana et al. (2022), quienes encontraron que también el uso compulsivo de las redes sociales se asociaba de manera inversa a la autorregulación académica y de manera directa a la postergación de actividades.

La presente investigación aborda un tema asociado a la salud mental de los adolescentes que es muy relevante, sin embargo, en el contexto de la pospandemia, a nivel local, nacional e internacional, ha sido poco estudiado. En ese sentido, los hallazgos se tornan relevantes y novedosos, sin embargo, existen algunas limitaciones, como la homogeneidad de la muestra, lo cual no permite generalizar los resultados, así como las características del instrumento de recolección de datos, el cual fue autoadministrado y podría crear sesgos de deseabilidad social. En virtud a lo expuesto, sería importante que en futuras investigaciones se amplíe el tamaño de la muestra, incluyendo a más escolares, tanto de la ciudad como de zonas rurales, y se utilicen técnicas e instrumentos de

recojo de datos alternos que complementen y den mayor objetividad al mencionado proceso.

CONCLUSIONES

Se concluyó que existe una relación directa y significativa entre la ARS y la PA en los estudiantes del quinto grado de secundaria de 4 instituciones educativas públicas peruanas. El coeficiente de correlación Rho de Spearman fue de 0,429 con un p-valor menor al nivel de significancia ($p < 0,05$). Asimismo, a nivel descriptivo se concluyó que los estudiantes se caracterizaban por presentar bajos niveles de ARS y niveles moderados de PA. Por ello, es necesario que las instituciones educativas gestionen la participación de profesionales para que detecten y desarrollen programas psicoeducativos que permitan tratar a los estudiantes que usan compulsivamente las redes sociales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, Ó. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 1(13), 159-177. <https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. (Tesis de Pregrado). University of Guelph.
- Caner, N., Efe, Y., & Ba da , Ö. (2022). The contribution of social media addiction to adolescent LIFE: Social appearance anxiety. *Current psychology (New Brunswick, N.J.)*, 41(12), 8424-8433. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03280-y>
- Chen, B., Chen, M., Wu, Y., & Wu, Y. (2022). The relationship of social media addiction with internet use and perceived health: The moderating effects of regular exercise intervention. *Frontiers in Public Health*, 10, 854532. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.854532>
- Dahl, R., Allen, N., Wilbrecht, L., & Suleiman, A. (2018). Importance of investing in adolescence from a developmental science perspective. *Nature*, 554(7693), 441-450. <https://doi.org/10.1038/nature25770>
- Dominguez, S., Sánchez, A., & Fernández, M. (2020). Propiedades psicométricas de la UWES-9S en estudiantes universitarios peruanos. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(2), 7-39. <https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.2.2>
- Domínguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit, Revista Peruana de Psicología*, 20(2), 293-304. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68632617010.pdf>
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Escurre, M., & Salas, E. (2014). Construcción y validación del Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS). *Liberabit. Revista Peruana de Psicología*, 20(1), 73-91. <https://www.redalyc.org/pdf/686/68631260007.pdf>
- Estrada, E. (2021). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Horizonte de la Ciencia*, 11(20), 195-205. <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2021.20.777>
- Estrada, E., Paricahua, J., Gallegos, N., & Huaypar, K. (2022). *Procrastinación académica en estudiantes universitarios peruanos durante la emergencia sanitaria por COVID-19*. Atena Editora.
- Estrada, E., & Gallegos, N. (2020). Funcionamiento familiar y adicción a redes sociales en estudiantes de educación secundaria de Puerto Maldonado. *Revista San Gregorio*, 1(40), 101-117. <https://doi.org/http://10.36097/rsan.v1i40.1393>
- Hamidi, F., Mahdiyeh, M., & Namaziyan, S. (2015). The relationship between internet addiction and academic procrastination among secondary school students. *Technology of Instruction and Learning*, 1(3), 89-106. <https://doi.org/10.22054/jti.2015.1818>
- Hernández, R., & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. McGraw-Hill.
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2011). Online social networking and addiction - A review of the psychological literature. *Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(9), 3528-3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- Kuss, D., & Griffiths, M. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>

- Sümen, A., & Evgin, D. (2021). Social media addiction in high school students: A cross-sectional study examining its relationship with sleep quality and psychological problems. *Child Indicators Research*, 14(6), 2265–2283. <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09838-9>
- Trujillo, K., & Noé, M. (2020). La escala de Procrastinación Académica (EPA): validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 98-107. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.189>
- Uma, E., Lee, C., Shapiai, S., Binti, A., Soe, H., & Varghese, E. (2020). Academic procrastination and self-efficacy among a group of dental undergraduate students in Malaysia. *Journal of Education and Health Promotion*, 9, 326. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_195_20
- Yana, M., Adco, D., Alanoca, R., & Casa, M. (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>