



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO

FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL

ESCUELA PROFESIONAL DE TRABAJO SOCIAL



**ADICCIÓN AL SMARTPHONE Y PROCRASTINACIÓN EN
ADOLESCENTES DE 3ero, 4to Y 5to GRADO DE LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA SAN MARTÍN DE
JULIACA-2023.**

TESIS

PRESENTADA POR:

DENIS LISBETH LOAIZA CHISLLA

ROS MERY QUISPE GUTIERREZ

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

LICENCIADA EN TRABAJO SOCIAL

PUNO – PERÚ

2024



-DENIS LISBETH - ROS MERY -LOAIZA CHISLLA -... ADICCIÓN AL SMARTPHONE Y PROCRASTINACIÓN EN ADOLESCENTES DE 3ero, 4to Y 5to GRADO DE LA INSTITUCI...

 Universidad Nacional del Altiplano

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid::8254:416877036

143 Páginas

Fecha de entrega

17 dic 2024, 7:28 a.m. GMT-5

29,288 Palabras

Fecha de descarga

17 dic 2024, 7:31 a.m. GMT-5

163,712 Caracteres

Nombre de archivo

ADICCIÓN AL SMARTPHONE Y PROCRASTINACIÓN EN ADOLESCENTES DE 3ero, 4to Y 5to GRADO....docx

Tamaño de archivo

5.0 MB





14% 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 12 palabras)

Fuentes principales

- 13% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 9% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alerta de integridad para revisión

- Texto oculto**
6 caracteres sospechosos en N.º de páginas
El texto es alterado para mezclarse con el fondo blanco del documento.

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.


Yolanda Pari Coima
TRABAJADORA SOCIAL
CTS. 8222



Dra. Martha Rosario Palomino Coila
DIRECTORA DE LA UNIDAD DE INVESTIGACION
FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL - UNA PUNO
- FTS -





DEDICATORIA

A mis queridos padres, Alberto Loaiza Huallpa y Juana Chislla Condori, quienes han sido mi apoyo incondicional en cada paso de mi camino. Su amor, aliento, esfuerzo y sacrificio han sido la fuerza impulsora detrás de mis logros. Gracias por ser mi inspiración y motivación constante. Gracias por ser mi guía, por sostenerme en cada caída y por creer en mí incluso en los momentos en que yo misma dudé. Este logro es tan mío como suyo, porque sin ustedes este camino no hubiera sido posible.

A mis hermanos Beatriz, Maykol y Jhoel, mis compañeros de vida, quienes siempre me ofrecieron palabras de aliento y una sonrisa cuando mas lo necesitaba.

A mi novio, mi confidente y mi refugio, quien con su paciencia, motivación y constante apoyo me acompañó en cada paso de este proceso.

Denis Lisbeth Loaiza Chislla



DEDICATORIA

A mis padres, Mario Quispe Cruz y Marizol Gutierrez Mamani quienes, con su amor, apoyo y sacrificios incesantes, sembraron en mí el valor de la educación y la perseverancia. Gracias por enseñarme que los obstáculos son solo escalones hacia el éxito. A mis hermanos Cristian, Yorbi y Jose Daniel, por ser mi motivación y brindándome su apoyo.

A mis profesoras y especialmente a quienes fueron mi asesora, la Magister Yolanda Pari Ccama y la Mcs. Katia M. Arpasi Chambi, por su paciencia, guía y valiosos consejos que permitieron dar forma a este trabajo.

Ros Mery Quispe Gutierrez



AGRADECIMIENTOS

Nuestro más sincero y especial agradecimiento a Dios, por su guía constante, y a la prestigiosa Universidad Nacional del Altiplano – Puno, que nos brindó la oportunidad de formarnos profesionalmente en la Facultad de Trabajo Social, permitiéndonos adquirir los conocimientos, habilidades y destrezas que hoy nos definen.

Agradecemos profundamente a nuestra asesora de tesis, M.Sc. Yolanda Pari Ccama, por su invaluable guía, paciencia y dedicación a lo largo de todo el proceso de investigación. Asimismo, extendemos nuestro agradecimiento a todos los docentes y mentores que compartieron su sabiduría con nosotros durante nuestra formación académica.

Finalmente, nuestro eterno agradecimiento a nuestros padres, por su amor y apoyo incondicional. Agradecemos también a nuestros seres queridos y a todas las personas que participaron en este estudio y que generosamente contribuyeron con su tiempo y conocimiento. Sin su colaboración, esta tesis no habría sido posible.

Denis Lisbeth Loaiza Chislla

Ros Mery Quispe Gutierrez



ÍNDICE GENERAL

	Pág.
DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTOS	
ÍNDICE GENERAL	
ÍNDICE DE FIGURAS	
ÍNDICE DE TABLAS	
ÍNDICE DE ANEXOS	
ACRÓNIMOS	
RESUMEN	11
ABSTRACT.....	12
CAPÍTULO I	
INTRODUCCIÓN	
1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	18
1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	22
1.2.1. Problema general.....	22
1.2.2. Problema específico	22
1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN	23
1.3.1. Hipótesis general	23
1.3.2. Hipótesis específico	23
1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	23
1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	25
1.5.1. Objetivo general	25
1.5.2. Objetivos específicos	25

CAPÍTULO II



REVISIÓN DE LITERATURA

2.1.	ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN	26
2.1.1.	Nivel internacional	26
2.1.2.	Nivel nacional	28
2.1.3.	Nivel local	31
2.2.	MARCO TEÓRICO	33
2.2.1.	En cuanto a la variable X: Adicción al Smartphone	33
2.2.2.	En cuanto a la variable Y: Procrastinación	45
2.3.	MARCO CONCEPTUAL	55

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1.	UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO.....	57
3.2.	TIPO Y MÉTODO DE ESTUDIO	57
3.2.1.	Tipo de investigación	57
3.2.2.	Diseño de la investigación	57
3.2.3.	Nivel de investigación.....	58
3.2.4.	Método	58
3.3.	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOJO DE DATOS	58
3.3.1.	Técnica	58
3.3.2.	Instrumentos	59
3.4.	POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO	62
3.4.1.	Población.....	62
3.4.2.	Muestra.....	63
3.5.	PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO.....	64
3.5.1.	Prueba de normalidad.....	64



3.5.2. Comprobación de Hipótesis 65

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN..... 66

4.2. DISCUSIÓN 93

4.3. COMPROBACIÓN DE LAS HIPÓTESIS 96

V. CONCLUSIONES..... 98

VI. RECOMENDACIONES 109

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS..... 111

ANEXOS..... 120

ÁREA : DESARROLLO HUMANO Y CALIDAD DE VIDA

TEMA: Adicción al smartphone y procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023

FECHA DE SUSTENTACION: 27 de diciembre del 2024



ÍNDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1 Escala valorativa por baremos de la variable adicción al smartphone.....	61
Tabla 2 Escalas valorativas por baremos de la variable procrastinación	62
Tabla 3 Abstinencia y procrastinación académica en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.	66
Tabla 4 Abstinencia y procrastinación familiar en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.	68
Tabla 5 Abstinencia y procrastinación emocional en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.	71
Tabla 6 Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación académica en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.	73
Tabla 7 Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación familiar en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.	76
Tabla 8 Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación emocional en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.	79
Tabla 9 Tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación académica en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.....	82
Tabla 10 Tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación familiar en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023	85



Tabla 11	Tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación emocional en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.....	87
Tabla 12	Adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023	89
Tabla 13	Rho de Spearman de Abstinencia y procrastinación en adolescentes 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023.....	97
Tabla 14	Rho de Spearman de Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023.	99
Tabla 15	Rho de Spearman de tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023.	101
Tabla 16	Rho de Spearman de adicción al smartphone y procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023. ...	104



ÍNDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1 Correlación relevante de la dimensión abstinencia con la procrastinación	91
Figura 2 Correlación relevante de la dimensión pérdida de control y conflictos derivados con la procrastinación.	93
Figura 3 Correlación relevante de la dimensión tolerancia e interferencia con otras actividades con la procrastinación.....	95
Figura 4 Demostración de correlación y relevancia entre dimensiones según Rho de Spearman	105



ÍNDICE DE ANEXOS

	Pág.
ANEXO 1 Matriz de operacionalización de variables	121
ANEXO 2 Matriz de Consistencia	122
ANEXO 3 Instrumentos de recolección de adicción al Smartphone.....	123
ANEXO 4 Instrumento de recolección de la variable procrastinación	126
ANEXO 5 Constancia de la institución u organización que autoriza la aplicación de instrumentos	128
ANEXO 6 Prueba de normalidad	129
ANEXO 7 Consolidado de respuestas de la variable adicción al smartphone	131
ANEXO 8 Consolidado de respuestas de la variable procrastinación.....	134
ANEXO 9 Evidencias fotográficas.....	137
ANEXO 10 Declaración Jurada de Autenticidad de la Tesis	139
ANEXO 11 Autorización para el Depósito de Tesis en el Repositorio Institucional.	141



ACRÓNIMOS

TDM:	Test de Dependencia al Móvil
I.E.S.:	Institución Educativa Secundaria
TAI:	Test de adicción al Internet
ARS:	Adicción a redes sociales
DSM-IV-TR:	Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales



RESUMEN

La presente investigación, titulada “Adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3º, 4º y 5º grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023”, tuvo como principal objetivo determinar la relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3º, 4º y 5º grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. La hipótesis planteada fue que existe una relación significativa entre ambas variables en adolescentes de 3º, 4º y 5º grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, utilizó el método hipotético-deductivo y se clasificó como una investigación básica de tipo correlacional. El diseño empleado fue no experimental y de corte transversal. La muestra estuvo compuesta por 253 adolescentes, seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. La recolección de datos se realizó a través de la técnica de encuesta, utilizando como instrumentos el Test de Dependencia al Móvil (TDM) y el Cuestionario de Procrastinación, ambos adaptados a las variables de estudio y aplicados con una escala tipo Likert. Para el procesamiento de datos, se empleó el software SPSS 27 y para la prueba de hipótesis se utilizó el coeficiente de correlación Rho de Spearman. Los resultados del objetivo general demostraron que el 26,9% de los estudiantes tenía alta adicción al smartphone y presentaba una procrastinación alta, mientras que un 5,5% tenía muy baja adicción y presentaba baja procrastinación. Además, se encontró que la adicción al smartphone se relacionaba directamente ($p=0,000<0,05$) con la procrastinación, obteniéndose un valor de clasificación de $Rho = 0,554$. Esto indica que existe una correlación positiva moderada; es decir, a mayor adicción al smartphone, mayor es el nivel de procrastinación en adolescentes de 3º, 4º y 5º grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.

Palabras clave: Adicción, Adolescentes, Educación secundaria, Smartphone, Procrastinación.



ABSTRACT

The present study, titled “Smartphone Addiction and Procrastination in 3rd, 4th, and 5th Grade Adolescents from San Martín de Juliaca Secondary School, 2023”, aimed to determine the relationship between smartphone addiction and procrastination among 3rd, 4th, and 5th grade adolescents from San Martín de Juliaca Secondary School in 2023. The hypothesis proposed was that there is a significant relationship between these two variables in this group of adolescents. The study adopted a quantitative approach, employed the hypothetical-deductive method, and was classified as a basic correlational research. The design used was non-experimental and cross-sectional. The sample consisted of 253 adolescents, selected through probabilistic sampling. Data collection was conducted using the survey technique, utilizing the Mobile Dependence Test (TDM) and the Procrastination Questionnaire as instruments, both adapted to the study variables and applied using a Likert scale. Data processing was carried out using SPSS 27 software, and hypothesis testing was conducted using Spearman's Rho correlation coefficient. The results of the general objective showed that 26.9% of the students exhibited high smartphone addiction and high procrastination, while 5.5% exhibited very low smartphone addiction and low procrastination. Furthermore, a direct relationship ($p=0.000<0.05$) was found between smartphone addiction and procrastination, with a correlation coefficient of $Rho=0.554$, indicating a moderate positive correlation. This implies that the higher the level of smartphone addiction, the higher the level of procrastination among the 3rd, 4th, and 5th grade adolescents evaluated at San Martín de Juliaca Secondary School in 2023.

Keywords: Addiction, Adolescents, Secondary Education, Smartphone, Procrastination.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN

En la era digital actual, la adicción al smartphone se ha convertido en una preocupación creciente entre los adolescentes. Con la disponibilidad constante de redes sociales, mensajería y aplicaciones de entretenimiento, a los adolescentes les resulta difícil dejar sus teléfonos. Esta adicción no solo afecta su vida personal y social, sino que también repercute en su rendimiento académico. Estudios previos han demostrado que la adicción al smartphone puede provocar procrastinación, lo que a su vez puede resultar en calificaciones más bajas y una mala gestión del tiempo. En este contexto, es crucial abordar estos problemas para promover un uso responsable de la tecnología entre los adolescentes.

En este estudio nos centraremos en adolescentes de 3º, 4º y 5º grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, quienes no son ajenos a esta problemática la adicción al celular y la procrastinación. Mediante esta investigación, buscamos identificar el nivel de adicción al smartphone y la procrastinación en estos adolescentes, así como analizar la posible relación entre ambas variables.

Los resultados obtenidos no solo permitirán comprender mejor la dinámica entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes, sino que también proporcionarán información valiosa para el diseño de intervenciones y programas de prevención dirigidos a promover un uso saludable de la tecnología. Al abordar estos problemas de manera efectiva, podemos ayudar a los adolescentes a alcanzar su máximo potencial académico y personal en un mundo cada vez más digitalizado.



Con este propósito en mente, la investigación se estructura de la siguiente manera.

Esta constará de 4 capítulos principales en los cuales:

En el Capítulo I: Se presenta la introducción, el planteamiento del problema, los objetivos de la investigación, la justificación e hipótesis de la investigación. Se presenta el contexto del estudio, abordando los aspectos relacionados con el aumento en el uso de los smartphones y su influencia en comportamientos problemáticos como la procrastinación, especialmente en los adolescentes de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca.

En el Capítulo II: Este capítulo está dedicado a la revisión de la literatura relevante para el estudio. En él se abordan los antecedentes de investigaciones previas sobre la relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación. Además, se desarrolla el marco teórico que sustenta la investigación, definiendo los términos clave y los conceptos esenciales que se utilizarán a lo largo del estudio.

En el Capítulo III: Se desarrollan los materiales y métodos, donde se incluye la ubicación geográfica del estudio, el tipo de investigación, el método y diseño que abarcan la metodología, la población y muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, así como el análisis respectivo de la investigación.

En el Capítulo IV: Este capítulo presenta los resultados obtenidos en la investigación, acompañados de una discusión detallada. Se analizan los hallazgos en relación con la hipótesis planteada, proporcionando una interpretación crítica de los datos recolectados y evaluando la relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación en los adolescentes del estudio.

Finalmente, se presentan las conclusiones, recomendaciones y referencias bibliográficas de la investigación.



1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El uso del smartphone se ha incrementado de manera exponencial en los últimos años, convirtiéndose en una herramienta indispensable en la vida diaria, En pleno siglo XXI, es difícil imaginar un mundo sin estos dispositivos, relevantes para todos los segmentos poblacionales, pero especialmente, para los adolescentes (González - Cortés et al. 2020). Sin embargo, este aumento en el uso de smartphones ha dado lugar a problemas significativos, siendo la procrastinación uno de los más destacados. En la investigación de Humpiry (2024), se señala que cada vez es más común en la sociedad actual la tendencia a posponer o aplazar actividades y obligaciones. Este fenómeno se ha vuelto más generalizado, impulsado por el progreso tecnológico que trae consigo nuevas distracciones y exigencias continuas (p. 9).

A nivel mundial, los smartphones están profundamente arraigados en la sociedad. Según We Are Social (2023), actualmente hay 5.44 billones de usuarios de smartphones, lo que representa el 68.0% de la población mundial. En América Latina, la adopción de servicios digitales para satisfacer sus estilos de vida diarios por lo mismo la adopción de los smartphones ha alcanzado el 70% de la población total, con una proyección de aumento del 10% para el 2023 (GSMA Intelligence, 2022). Estos datos demuestran la omnipresencia de los smartphones en la vida moderna.

En el cuarto trimestre de 2022, el 94.3% de los hogares en el Perú tenían al menos un miembro con un teléfono móvil, un aumento del 1.1% desde 2020. Además, la educación del jefe de hogar no limita el acceso, ya que incluso aquellos con educación secundaria o menor poseen dispositivos móviles. Por cada 100 hogares con menores de 16 años, 51 tienen al menos un dispositivo móvil (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2021). Según We Are Social, aunque Perú tiene aproximadamente



32.74 millones de habitantes, cuenta con 38 millones de líneas móviles, superando la cifra poblacional en un 16%.

Los adolescentes, población en constante evolución y aprendizaje, son especialmente vulnerables Gaspar- Herrero & Cuesta (2015), propensos a desarrollar adicciones a las nuevas tecnologías debido a la inmadurez de su sistema nervioso central, Esta inmadurez afecta su control y manejo de nuevas experiencias, impulsividad y toma de decisiones (Terán, 2019). Esta adicción puede manifestarse en diversas formas, desde el uso excesivo de redes sociales hasta la dependencia de juegos y entretenimiento multimedia (González - Cortés et al., 2020). Dichas características tienen el potencial de desencadenar comportamientos problemáticos o adictivos, llegando incluso a generar dependencias (Cuesta, 2019).

Aunque estos dispositivos ofrecen beneficios, su uso excesivo puede desencadenar comportamientos adictivos, como lo describe Morales (2021) al definir la adicción al smartphone como un fracaso crónico para resistir el impulso de usar todas las funcionalidades del teléfono, a pesar de las consecuencias negativas.

Asimismo, la procrastinación se ha consolidado como un fenómeno preocupante en la sociedad actual, donde posponer tareas se considera una irresponsabilidad. Este comportamiento, ya sea voluntario o involuntario, inicia en la adolescencia y se solidifica en la adultez (Arteaga et al. 2022), afectando negativamente en varios ámbitos de la vida. Coincidiendo con lo que señalan, Balkis y Duru (2007) los adolescentes son particularmente vulnerables a este fenómeno, ya que puede afectar diversos aspectos de sus vidas, desde lo académico hasta lo profesional y las relaciones sociales. Además, señalan que aquellos procrastinadores crónicos pueden experimentar un aumento en la



angustia psicológica a medida que se acercan los plazos, lo que afecta su sentido de control personal, autoestima y percepción de capacidad. (pág. 376)

Según Carranza & Ramírez (2013), este fenómeno puede evaluarse a través de tres dimensiones principales: académica, familiar y emocional. En el ámbito académico, los autores señalan, basándose en los estudios de Ferrari, Klassen, Krawch, Lynch, Rajani y Emmons, que muchos estudiantes experimentan una falta de motivación o deseo para completar las tareas asignadas, lo que a menudo resulta en aversión hacia dichas tareas. De manera similar, en el contexto familiar, la procrastinación puede manifestarse en la postergación de roles o tareas asignadas debido a esta misma falta de motivación.

Además, Carranza & Ramírez (2013), citando a Ferrari y Emmons (1995), explican que algunas personas experimentan una emoción particular al retrasar el inicio de una actividad, lo cual se debe a la intensa energía generada por la procrastinación. Este fenómeno ha sido descrito como una forma de adicción a la emoción de postergar tareas (Klassen, Krawch, Lynch, & Rajani, 2007; citado en Carranza & Ramírez, 2013).

El uso excesivo del smartphone, con su amplia gama de funciones, puede fomentar la procrastinación entre los adolescentes al preferir actividades menos productivas. Esta situación distrae a los adolescentes de sus responsabilidades, impactando negativamente su desempeño académico y su capacidad para manejar actividades relacionadas con la vida familiar o gestionar emociones desafiantes. En la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, se ha observado que los adolescentes de 3ro, 4to y 5to grado presentan un patrón preocupante de conductas asociadas tanto con la adicción al smartphone como con la procrastinación, afectando significativamente su proceso de aprendizaje y desempeño académico.



Durante las clases, se evidencia un uso constante de smartphones que resulta en distracciones, interrupciones y un bajo desempeño académico. Los adolescentes muestran una preferencia por actividades no académicas en sus dispositivos, como redes sociales, juegos o uso de multimedia (música, videos), en lugar de concentrarse en las tareas escolares. Prefieren fotografiar el pizarrón en vez de tomar notas en sus cuadernos, con la intención de revisarlas después, pero caen en la postergación de esta actividad. Esta tendencia a desviar la atención hacia el entretenimiento digital en lugar de enfocarse en el contenido académico se traduce en un bajo desempeño académico y en un riesgo de deserción escolar.

Además, la constante utilización de smartphones se observa también en casa, ya que los padres de familia o apoderados expresan su preocupación al notar que los adolescentes usan sus smartphones incluso en entornos inapropiados, como en la cama, en el baño, en vías públicas, al comer, de camino a la escuela o en el transporte público. Esta información fue corroborada a través de una entrevista con el director y educadores de la Institución Educativa San Martín, quien también destacó que la tendencia a ignorar a adultos o amigos durante conversaciones por estar pendientes de sus dispositivos refleja una desconexión con su entorno y una postergación de responsabilidades. Los patrones de sueño se ven afectados y se observan comportamientos impulsivos cuando se intenta limitar el tiempo de uso de los dispositivos móviles.

Este comportamiento plantea un desafío significativo en el entorno educativo, ya que la procrastinación derivada de la adicción al smartphone puede impactar negativamente en el desempeño académico y en el bienestar general de los adolescentes. En este contexto, es crucial investigar la relación entre de la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca. Esta investigación proporcionará una visión actualizada y



comprensión de la relación entre ambos fenómenos, con el fin de desarrollar estrategias de prevención y tratamiento que promuevan un uso saludable de la tecnología y fomenten hábitos responsables entre los adolescentes.

1.2. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

1.2.1. Problema general

¿En qué medida la adicción al smartphone se relaciona con la procrastinación en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en el año 2023?

1.2.2. Problema específico

- ¿En qué medida la abstinencia por uso del smartphone tiene relación con la procrastinación en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en el año 2023?
- ¿De qué manera la pérdida de control y los conflictos derivados del uso del smartphone se relacionan con la procrastinación en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en el año 2023?
- ¿Cómo se relacionan la tolerancia e interferencia con otras actividades por el uso del smartphone con la procrastinación en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en el año 2023?



1.3. HIPÓTESIS DE LA INVESTIGACIÓN

1.3.1. Hipótesis general

Existe una relación significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en 2023.

1.3.2. Hipótesis específicas

- Existe una relación significativa entre la abstinencia y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023.
- Existe una relación significativa entre la pérdida de control y los conflictos derivados, y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca -2023.
- Existe una relación significativa entre la tolerancia e interferencia con otras actividades relacionada con la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca - 2023.

1.4. JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La utilidad de la investigación está enfocada a instituciones educativas, permitiendo una mirada a la realidad institucional de los adolescentes en relación a la adicción al Smartphone y la procrastinación, a través del mismo contribuirá a implementar métodos y nuevas estrategias alternativas de solución, resulta ventajoso para los educadores y psicólogos



de la casa de estudios. Para que puedan utilizar los resultados para crear programas preventivos.

Además, los hallazgos ayudarán a los profesionales de los campos de la educación, la medicina y otros campos relacionados a ampliar más sus conocimientos sobre la adicción al Smartphone y la procrastinación y así proporcionar información básica, para nuestras futuras investigaciones al respecto. Por otro lado, también contribuirá a la mejora del rendimiento académico de los estudiantes como interés fundamental, puesto que las tecnologías traen consigo avances positivos, por otro lado, el entretenimiento se torna más atractivo para los adolescentes, y esta se constituye en una distracción para sus labores académicas cayendo en la procrastinación y su uso excesivo genera conductas adictivas.

Justificación Teórica: Este trabajo de investigación es relevante, ya que proporcionará una visión actualizada sobre la situación de los adolescentes en relación con el uso del smartphone. Aportará un marco teórico basado en datos empíricos y buscará comprender la relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación, problemática que afecta a los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca.

Justificación Metodológica: A través de instrumentos validados, como cuestionarios, se obtendrá información objetiva de los adolescentes del colegio San Martín de Juliaca.

Justificación Práctica: La investigación establecerá un precedente valioso para la Institución Educativa, siendo útil para futuras intervenciones profesionales y para implementar acciones que busquen superar la adicción al smartphone y la procrastinación, mejorando así el rendimiento académico.



1.5. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

1.5.1. Objetivo general

Determinar la relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.

1.5.2. Objetivos específicos

- Establecer la relación entre la abstinencia por uso del smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.
- Identificar la relación entre la pérdida de control y conflictos derivados del uso del smartphone con la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.
- Analizar la relación entre la tolerancia e interferencia con otras actividades relacionada con la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca durante el 2023.



CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LITERATURA

2.1. ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

2.1.1. Nivel internacional

Cerro et al. (2020) en un artículo de investigación publicado en España, abordaron la “Dependencia y adicción al smartphone de una muestra de jóvenes extremeños: diferencias por sexo y edad” para analizar el uso problemático de la dependencia y adicción de las aplicaciones asociadas a los smartphones. Empleando una herramienta específica, la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS), analizaron la conducta de 271 jóvenes de 10 a 18 años. Los hallazgos mostraron que una gran proporción de estos jóvenes tiene una fuerte dependencia de sus dispositivos: más de la mitad (51,3%) mostró dependencia y casi una cuarta parte (23,6%) mostró signos de adicción. Al desglosar estos datos por género, encontraron que los varones eran más propensos a la adicción que las mujeres (30,3% frente al 18,1%), con un pico notable en el grupo de 16 a 18 años (36%). Adicionalmente, el estudio reveló que los varones tienden a gastar más dinero en aplicaciones y juegos para móviles. Estos resultados subrayan la necesidad de abordar la relación de los jóvenes con la tecnología y su posible impacto en su bienestar.

Epalza et al. (2014) en su artículo de investigación sobre “El uso de smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios”, en la ciudad de Barranquilla, Colombia, se enfoca en analizar en el uso de smartphones y su influencia en las relaciones interpersonales de jóvenes universitarios en la



ciudad de Barranquilla. El tipo de investigación realizada en este estudio es un estudio observacional descriptivo transversal, con una muestra de 400 estudiantes universitarios de ambos sexos, de 15 a 24 años. Utilizaron un cuestionario anónimo, estructurado, diseñado por los investigadores, que constaba de 35 preguntas principalmente cerradas. El estudio encontró que el uso excesivo de smartphones puede afectar negativamente las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios, así también que las principales razones para el uso del celular fueron: mantenerse en contacto, ocio o diversión, y solo un 2.2 % mencionó que por razones de estudio.

Villagómez et al. (2023) en su artículo de investigación, demostraron el nivel de asociación existente entre la procrastinación académica y la dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios, estudio desarrollado desde la metodología descriptivo – correlacional, no experimental transaccional, donde emplearon las escala de Procrastinación Académica y Test de Dependencia al Dispositivo Móvil a 167 estudiantes, llegando a resultados de que los estudiantes presentan nivel alto de procrastinación, siendo mayor en mujeres con 31,1% a diferencia de los varones con 15% y respecto a la dependencia del dispositivo móvil esta fue de nivel moderado siendo mayor en mujeres con 37,1% y el varones el 20,4%, concluyendo que existe asociación directa – moderada entre las variables, tal como fue demostrado con los valores de coeficiente de Spearman.

Bedón y Flores (2023) realizaron un artículo de investigación “Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato”, donde demostraron en qué medida la procrastinación académica se asocia con el riesgo de adicción a las redes sociales, desarrollado bajo la metodología de tipo descriptivo – correlacional, no experimental y



transversal, donde aplicaron instrumentos de EPA, ERA – RSI para la recopilación de información a 205 estudiantes, arribando a resultados de que el 53,7% de estudiantes presentan autorregulación académica de nivel medio, respecto a la postergación de tareas fue de grado alto con 51,2%, datos que hacen que los alumnos se encuentren propensos a caer en la adicción de redes sociales e Internet, concluyendo que estadísticamente se encontró asociación entre la procrastinación en su dimensión de postergación de tareas y el riesgo de adicción a redes sociales, siendo esta correlación positiva y directa.

2.1.2. Nivel nacional

Rodríguez (2023) realizó un **estudio de posgrado** donde estableció en qué medida se relacionan la adicción a Internet con la procrastinación académica en estudiantes, elaborado bajo la metodología de tipo descriptivo, correlacional, básica teórica, no experimental – transaccional, donde empleó la encuesta de TAI y la escala de procrastinación Académica, arribando a resultados de que se identificó una asociación inversa en las dimensiones, donde se encontró una correlación negativa entre la tolerancia con la autorregulación académica ($r=-0.268$) y una correlación positiva con la postergación de actividades ($r=0.353$), del mismo modo, se evidenció una relación inversa y estadísticamente significativa entre el uso excesivo y la autorregulación académica ($r=-0.181$), así como una relación directa con la postergación de actividades ($r=0.225$), asimismo, señaló la presencia de una conexión entre las consecuencias negativas y la autorregulación académica ($r=-0.273$), además de una relación directa con la postergación de actividades ($r=0.319$), concluyendo que estadísticamente se demostró que existe correlación directa y significativa entre la adicción a Internet y procrastinación académica.



Carranza y Rosales (2023) desarrollaron una investigación de pregrado donde establecieron la asociación existente entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria, estudio elaborado desde la metodología de tipo correlacional – descriptivo, no experimental – transversal, donde empleó encuestas de ARS y EPA a 121 alumnos, llegando a resultados de que los alumnos muestran grado alto de adicción a redes sociales con 33,1% y el nivel en que procrastina actividades académicos es alto con 32,2%, concluyendo que existe una correlación alta, directa y significativa entre las variables tratados.

Pasión, et al. (2022) en su tesis de pregrado demostraron si la adicción a redes sociales, procrastinación académica y satisfacción familiar guardan correlación, estudio elaborado desde la metodología de tipo básica teórica – descriptivo, correlacional no experimental transaccional, donde emplearon encuestas de ARS, EPA y ESF a 400 alumnos, arribando a resultados de que el 50,8% de alumnos muestran grado de adicción moderado a redes sociales, asimismo en sus dimensiones de uso excesivo el 52% se encuentra en nivel medio, seguido del obsesión por usar redes sociales que también los estudiantes se encuentran en nivel medio con 51,2% y la falta de control con 50,6% de igual manera en nivel medio, respecto a procrastinación el 52,0% de estudiantes se encuentran en nivel moderado, concluyendo que las variables demuestran tener una correlación significativa, demostrando que mientras los estudiantes utilicen redes sociales con intensidad mayor, la procrastinación también será mayor y con ello crean impactos desfavorables en la satisfacción familiar.

Arteaga et al. (2022) desarrollaron un artículo de investigación donde determinaron la relación entre adicción a redes sociales y la procrastinación



académica en estudiantes de una universidad privada peruana, desarrollado desde la metodología de tipo descriptivo – correlacional, no experimental transaccional, donde emplearon instrumentos de ARS y EPA a 304 alumnos, arribando a resultados de que los alumnos presenten grado moderado de adicción a redes sociales con 38,8%, en cuanto al grado de procrastinación académica fue moderado con 43,1%, concluyendo que estadísticamente no se encontró asociación entre las variables, pero si se demostró asociación en uno de las dimensiones de procrastinación, evidenciando que existe asociación entre de la adicción a redes sociales con la autorregulación académica y la postergación de actividades.

Yana et al. (2022) realizaron un artículo de investigación en el cual demostraron la relación entre la adicción a redes sociales y procrastinación académica en tiempos de pandemia, investigación desarrollado bajo la metodología de tipo descriptivo, no experimental, transversal, donde emplearon encuestas de ARS y EPA a 1255 estudiantes, arribando a resultados de que el 83,6% de alumnos mostraron obsesión a las redes sociales, respecto al nivel de procrastinación fue de grado alto con 80,9%, dado que los estudiantes muestran preferencias de encontrarse siempre conectados en redes sociales postergando sus actividades académicas, concluyendo que existe correlación significativa y alta entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica, evidenciando que el nivel de adicción a redes sociales en tiempos de pandemia asumió una tendencia ascendente por lo que la procrastinación también asumió esa dirección.

Ortega (2020) en su tesis de pregrado investigó la relación entre el uso excesivo del Smartphone y la procrastinación académica. En esta investigación “los instrumentos utilizados en este estudio fueron la Escala de Procrastinación



Académica y la Escala de Dependencia al Uso del Smartphone y sus Aplicaciones (EDAS)” (p. 53). Los resultados más relevantes destacan una pequeña y positiva correlación entre el uso excesivo de teléfonos inteligentes y la procrastinación, lo que sugiere que a medida que uno aumenta (uso de teléfonos inteligentes), el otro también lo hace (procrastinación). Además, existe una correlación del uso frecuente de teléfonos inteligentes y la autorregulación, pero en sentido inverso. Es decir, la capacidad de controlar y administrar sus propios estudios y responsabilidades disminuye a medida que aumenta el uso de teléfonos inteligentes. Además, se abordan las diferencias que se han observado entre los grupos de edad y sexo de los participantes.

2.1.3. Nivel local

Gutierrez, J. (2023) realizó una Tesis de Pregrado investigación en el cual demostró en qué medida la dependencia al teléfono móvil se relaciona con la procrastinación académica en estudiantes del quinto grado, investigación elaborada desde la metodología de tipo básica – teórica, correlacional descriptivo, transaccional no experimental, donde empleó el test de dependencia Móvil y EPA a 68 alumnos, arribando a resultados de que los alumnos presentan nivel alto de dependencia con 48,53% y sobre la procrastinación se encuentran en nivel medio con 60,3%, pero el 16,2% tienen procrastinación de grado alto, concluyendo que estadísticamente se evidencia que las variables se correlaciona de manera directa y significativa, demostrando que cuando mayor sea la inclinación de los estudiantes adolescentes hacia la dependencia del teléfono móvil, mayor será la propensión a exhibir conductas de postergación en relación con sus actividades académicas.



Huaquisto (2023) en su tesis de investigación de pregrado estableció en qué medida se relacionan la adicción a las redes sociales con la procrastinación de los estudiantes de nivel secundario, investigación elaborado bajo la metodología de tipo descriptiva correlacional, no experimental – transaccional, donde aplicó instrumento de ARS y EPA a 84 alumnos, arribando a resultados de que los alumnos demostraron tener nivel de adicción a redes sociales de grado medio con 46,43% y respecto a la procrastinación los alumnos muestran tener de grado medio con 65,48%, concluyendo que estadísticamente se demostró una asociación significativa y directa entre las variables estudiados, siendo esta una asociación positiva baja el cual fue demostrado con valores de Rho de Spearman.

Pari (2022) realizó una tesis de investigación de posgrado donde estableció en qué medida la adicción a los smartphones se relaciona con la procrastinación académica en estudiantes de primeros ciclos de universidad privada de Juliaca, investigación desarrollado desde la metodología de tipo descriptivo – correlacional, no experimental transaccional, donde empleó la escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS) y la escala de Procrastinación Académica (EPA) a 280 universitarios, arribando a resultados de que el 58,2% de alumnos tienen nivel alto de adicción al smartphones y sobre la procrastinación académica el 83,6% consideran que postergan actividades de nivel medio, concluyendo que se estableció que las variables poseen una correlación positiva y significativa, evidenciando que mientras el nivel de adicción a smartphones sea mayor el grado de procrastinación académica también será mayor y viceversa.

Hinojosa y Pacompia (2023) en sus tesis de pregrado plantean buscar comprender si existe correlación entre la tendencia o hábito de aplazar tareas o situaciones que deben afrontarse y la capacidad de adaptarse positivamente a



situaciones adversas, en un tipo de muestreo censal, es decir a todos los 477 estudiantes matriculados en la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno durante el primer semestre de 2023 (p.41). Se utilizaron 2 instrumentos para la recolección de información las cuales son: la “Escala de Procrastinación Académica” (EPA) y la “Escala de Resiliencia Académica (ARS-30)” (p.43). Este estudio encontró una relación significativa entre la resiliencia de los estudiantes y la procrastinación. Los estudiantes de los semestres I, IX y X, en particular, mostraron altos niveles de procrastinación, mientras que los estudiantes de los semestres II, I y III mostraron bajos niveles de resiliencia. Además, se descubrió que la procrastinación, particularmente en los aspectos de autorregulación académica y postergación de actividades, estaba estrechamente relacionada con el nivel de resiliencia de los estudiantes (p.53).

2.2. MARCO TEÓRICO

2.2.1. En cuanto a la variable X: Adicción al Smartphone

2.2.1.1. Teorías de la adicción al Smartphone

Existen diversas teorías que sustentan la adicción relacionada con el uso de smartphones y las tecnologías, para este estudio se consideran los siguientes:

Teoría de la estructuración: La teoría de la estructuración, propuesta en la década de 1980 por Anthony Giddens y presentada en su obra *The Constitution of Society: Outline of the Theory of Structuration* (1984), sostiene que los individuos no son meros receptores pasivos de las estructuras sociales, sino agentes activos que influyen y son influenciados por ellas. Según Schuster (1993), Giddens explica que las prácticas diarias



de los individuos desempeñan un papel clave en la reproducción y transformación de estas estructuras, estableciendo una relación bidireccional entre agencia y estructura: las acciones de los individuos están condicionadas por las estructuras sociales, al mismo tiempo que contribuyen a configurarlas. Además, la teoría resalta que las acciones humanas frecuentemente tienen consecuencias no previstas y subraya la importancia de los límites espacio-temporales y la capacidad reflexiva de los actores en la integración social.

En el contexto de la adicción al smartphone, esta teoría ayuda a comprender cómo las estructuras sociales contemporáneas y las prácticas tecnológicas se entrelazan. Los adolescentes, al utilizar activamente sus dispositivos para mantenerse conectados y participar en redes sociales, no solo reflejan las normas sociales de disponibilidad constante, sino que también contribuyen a reforzar y perpetuar estas prácticas.

Teoría de usos y gratificaciones: Fue propuesta por primera vez en la década de 1940 por los investigadores de comunicación Elihu Katz, Jay Blumler y Michael Gurevitch (citados en Esquiaqui et. al., 2021). Esta teoría se desarrolló inicialmente para comprender por qué las personas eligen y utilizan ciertos medios de comunicación, como la televisión o la radio, y qué gratificaciones obtienen de ellos, es decir, argumenta que las personas son activas en su consumo de medios de comunicación, y eligen ciertos medios y contenidos para satisfacer sus necesidades específicas. Estas necesidades pueden ser de naturaleza informativa, personal, social o de entretenimiento.



Martinez (2010), Compara la teoría de los usos y gratificaciones con la pirámide de necesidades de Maslow, destacando cómo los medios de comunicación de masas y las comunidades virtuales satisfacen diversas necesidades humanas, alineándose con la teoría de los usos y gratificaciones, ofreciendo gratificaciones tanto emocionales como sociales. En ese sentido, las plataformas que ofrece el smartphone como las redes sociales satisfacen necesidades sociales al fomentar la interacción social y el sentido de pertenencia, necesidades de autoestima al permitir la expresión de la identidad, y necesidades de seguridad al ofrecer control sobre la privacidad. Además, proporcionan gratificación a nivel personal mediante el entretenimiento y la distracción.

Entonces, teoría permite comprender por qué las personas pueden desarrollar una esta dependencia del smartphone, al destacar el papel de las gratificaciones percibidas y las necesidades que se intentan satisfacer a través del uso de este dispositivo.

La Teoría de Adicción Biopsicosocial de Mark Griffiths: fue propuesta por el psicólogo Mark Griffiths, Esta teoría considera las adicciones como un proceso complejo influenciado por factores biológicos, psicológicos y sociales. Griffiths (2005), sugiere que todas las adicciones, tanto a sustancias como conductuales (como el juego o el uso de Internet), comparten componentes comunes: saliencia, modificación del estado de ánimo, tolerancia, síntomas de abstinencia, conflicto y recaída.



Griffiths (2005), argumenta que ninguna de las dimensiones (biológica, psicológica o social) puede, por sí sola, explicar completamente el fenómeno de la adicción. Más bien, es la interacción entre estos factores la que determina la vulnerabilidad y el desarrollo de una adicción. Además, enfatiza que la adicción no solo es un problema individual, sino que también impacta las relaciones sociales y la capacidad de una persona para funcionar adecuadamente en diferentes contextos de la vida (p. 195-197). Esta teoría proporciona un marco integral para comprender cómo el uso excesivo del smartphone puede derivar en adicción.

2.2.1.2. Adicción al Smartphone

Los smartphones, en el contexto actual, se han convertido en un aspecto clave e importante de la vida de las personas, ya que la mayoría de ellas cuenta con un teléfono inteligente. El problema no es tenerlo, sino su uso excesivo, ya que la utilización del smartphone activa el centro de recompensa del cerebro de una manera que fortalece la dependencia, creando así el terreno para la adquisición de una adicción (Lina, 2022).

La adicción al smartphone se define como el uso compulsivo y excesivo de dispositivos digitales, como los smartphones, lo que tiene repercusiones negativas en el bienestar físico, mental y social, estos efectos se manifiestan en comportamientos como dedicar largos periodos de tiempo a estos dispositivos, descuidar responsabilidades importantes, tener dificultades para controlar su uso y obtener placer de su utilización, Sandua (2023) subraya que este problema persiste y se intensifica debido



a la amplia disponibilidad y accesibilidad de los smartphones, así como a la proliferación de aplicaciones, juegos y redes sociales, creando un entorno propicio para la dependencia y la adicción, especialmente entre los jóvenes (p. 14).

Al respecto, Romero y Aznar (2019) mencionan que “la adicción al teléfono móvil se clasifica como una de las adicciones comportamentales, que no implican el consumo de sustancias, sino que alteran los hábitos de la persona, llevándola a sentir una necesidad incontrolable de pasar más tiempo con el teléfono móvil” (p. 2)

Por su parte, Gamero et al. (2016) resaltan que “la adicción o la dependencia excesiva del teléfono móvil es una preocupación contemporánea y apremiante, ya que su prevalencia aumenta diariamente, siendo mayor en la población adolescente, ya que son los principales protagonistas de este fenómeno, dado que ha observado que a partir de los 14 años existe una mayor propensión a desarrollar adicción al uso del teléfono móvil” (p. 180). A ello, Armayones (2016) resalta que los smartphones han evolucionado de ser simplemente una herramienta de comunicación a generar una dependencia y una adicción, debido que hay usuarios que nunca se separan de su teléfono llevando a todos lados, lo mantienen siempre consigo misma mientras realizan tareas y actividades correspondientes siempre atentos a todos tipos de notificaciones, mensajes, etc., situaciones que desencadenan a la generación de nomofobia, el temor a no tener el teléfono a su alcance o que se agote la batería y a no contar con cobertura.



2.2.1.3. Consecuencias de una adicción

Al respecto, Sandua (2023) resalta que el uso excesivo de los smartphones genera adicción, teniendo consecuencias negativas en los siguientes aspectos:

- En la salud física y el bienestar: las personas adictas al teléfono móvil presentan problemas en la conciliación del sueño, desencadenando en insomnio o trastorno del sueño, haciendo que la persona no tenga bienestar dado que al tener un inadecuado sueño presentan problemas físicos se levantan con molestias como son dolores de cabeza, cansancio, fatiga. Además, de ello resalta que el uso del teléfono móvil de manera constante hace que la persona lleve una vida sedentaria dado que reduce niveles de actividad física, ya que prefieren estar conectados en vez de realizar actividad física, conllevando a que exista probabilidad mayor de que desarrolle enfermedades cardiovasculares y musculoesqueléticos
- En la salud mental, es que las personas que se encuentra en uso excesivo de teléfono móvil tienden a desarrollar comportamientos de inseguridad, ya que están pendiente de que dicen las redes sociales de ellos, buscando la aprobación de amistades virtuales, además el temor de que pasaría si se desconectan, desarrollando adicción que desencadena ansiedad, irritabilidad, retraimientos e inquietud, por tanto, esta adicción se torna como un catalizador para que desarrolle ansiedad y la depresión.



- A nivel académico en logros de aprendizaje y productividad académico, ya que los adolescentes presentación distracción frecuente en vez de prestar atención a las clases y realización de los trabajos están pendientes por lo que ocurre en las redes sociales, de las notificaciones, comentarios y chats, entre otros como son los juegos, etc. Por tanto, genera dificultad de concentración haciendo que los estudiantes tengan calificaciones bajas, demostrando que tener interrupción constante y falta de concentración interrumpen la capacidad de retención de aprendizaje.
- A nivel interpersonal afectando la disminución de la capacidad de Comunicación cara a cara, ya que las personas adictas a smartphones quieren tener mayor comunicación e interacción online lo que conlleva la reducción de la interacción cara a cara, teniendo limitaciones de profundizar conversaciones e interacciones en su momento, desencadenando en problemas de desarrollo de habilidades sociales y generar conexiones con su entorno por tanto hace que desarrollen sentimientos de aislamiento y soledad.
- A nivel familiar: la adicción al teléfono móvil tiene repercusiones en la dinámica familiar, ya que la persona que presenta adicción prefiere estar conectado que estar compartiendo tiempo en familia, generando desconexión y distanciamiento entre los integrantes.



2.2.1.4. Dimensiones de la adicción al Smartphone

De acuerdo con Chóliz (2012) en su estudio "Mobile-phone addiction in adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD)", sobre la Adicción al teléfono móvil en la adolescencia, se planteó como objetivo desarrollar un cuestionario para evaluar la dependencia del teléfono móvil en adolescentes basado en los criterios de dependencia del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV-TR. Chóliz (2012) aborda la adicción usando enfoques utilizados para evaluar otras adicciones conductuales, similares a la adicción al juego. Construyó un instrumento que se redujo a tres factores de estudio, evidenciando la interrelación entre ellos:

- Abstinencia
- Pérdida de control y problemas derivados del uso del teléfono móvil
- Tolerancia e interferencia con otras actividades

El primer factor identificado es la abstinencia, que describe el malestar experimentado al no poder usar el teléfono móvil o al emplearlo para aliviar problemas psicológicos. Chóliz (2012) señala que los ítems que evalúan este factor reflejan tanto el malestar causado por la falta del dispositivo como su uso para resolver problemas afectivos. Destaca que las conductas adictivas son impulsadas por una recompensa negativa, al igual que ocurre en otras formas de dependencia. En este contexto, el comportamiento de abstinencia surge como un mecanismo para aliviar el malestar en lugar de buscar placer activamente, la incapacidad o dificultad



para llevar a cabo la conducta genera un malestar que se alivia al repetir la misma conducta.

El segundo factor identificado por Chóliz (2012) es la falta de control y los problemas derivados del uso del teléfono móvil. Este factor se refiere a la dificultad para dejar de usar el dispositivo a pesar de los intentos por hacerlo, así como a los problemas asociados. Por un lado, las personas enfrentan dificultades para regular su uso del dispositivo, especialmente cuando se encuentran en entornos que promueven su uso excesivo, lo cual refleja un patrón similar a otras adicciones, como el abuso de drogas o el juego compulsivo. Por otro lado, continúan utilizando el teléfono a pesar de las consecuencias negativas que esto puede acarrear en sus vidas, como conflictos familiares o problemas académicos. Aunque estas repercusiones no son favorables, la persistencia en el uso del teléfono sugiere una dificultad para detenerse. Es importante destacar que estos dos aspectos están interrelacionados, lo que indica que aquellos con dificultades para regular su uso del teléfono son más propensos a experimentar consecuencias adversas.

El tercer factor, según Chóliz (2012), aborda la tolerancia y la interferencia con otras actividades, lo cual representa un patrón de comportamiento en el que las personas tienen una mayor inclinación a recurrir al teléfono móvil para evitar estados de ánimo incómodos. Este comportamiento tiende a incrementarse progresivamente y puede tener repercusiones negativas en diferentes aspectos de la vida, incluyendo la esfera económica y las relaciones familiares. Además, el uso excesivo del



teléfono móvil puede convertirse en un mecanismo de evasión para evitar enfrentar estados emocionales difíciles.

2.2.1.5. Abstinencia

Según García (2020) “la abstinencia se manifiesta mediante el malestar emocional, disforia de ánimo, insomnio, inquietud psicomotora e irritabilidad, asimismo, asocia con la categoría de craving que se refiere al intenso deseo de llevar a cabo una acción específica cuando no es posible, equiparable al consumo de sustancias” (p. 3). Al igual que con el alcohol, el uso prolongado de smartphones provoca adaptaciones en el sistema nervioso, conllevando a generar la abstinencia que resulta en ansiedad, inestabilidad psicológica y dificultades para dormir, generando una necesidad impulsiva de usar el dispositivo.

A ello, Días & García (2022) agrega que cuando las personas se ven forzadas a separarse de sus teléfonos móviles, ya sea temporal o permanentemente, experimentan una serie de síntomas de abstinencia, como ansiedad, inquietud, irritabilidad, dificultad para concentrarse y un constante deseo de revisar el dispositivo.

Tal como, Morales & Quispe (2020) señala que uno de los signos de adicción del teléfono móvil es la ansiedad que se manifiesta como uno de los trastornos adictivos, caracterizados por malestares constantes ante la posibilidad de separarse del dispositivo o no utilizarlo durante cierto tiempo. Además, tener un celular con problemas de funcionamiento provoca reacciones emocionales negativas, como ansiedad, de manera exagerada. Por tanto, estos síntomas evidencian una fuerte conexión con



la tecnología, resaltando la necesidad de abordar de manera efectiva el uso excesivo de los smartphones para reducir sus efectos negativos en la salud mental y el bienestar general.

Entonces, la abstinencia en el contexto de la adicción al smartphone se refiere a los síntomas físicos, emocionales y psicológicos que experimenta una persona cuando intenta reducir o detener su uso del teléfono móvil.

2.2.1.6. Pérdida de control y conflictos derivados

La adicción al smartphone suele implicar una pérdida de control sobre el uso del dispositivo, dado que las personas adictas pueden encontrarse utilizando sus teléfonos de manera compulsiva, incluso cuando intentan reducir su uso o son conscientes de sus efectos negativos en su vida diaria, esta pérdida de control conlleva a un ciclo de comportamiento adictivo en el que la persona se siente incapaz de detener o limitar su uso del smartphone, a pesar de sus esfuerzos (Sandua, 2023).

Asimismo, Sota et al. (2021), agregan que la pérdida de control se asocia con el miedo, ya que la persona tiene miedo de perderse alguna información necesaria, que inclusive tiene efectos negativos en la calidad del sueño, dado que el miedo a quedarse sin Internet o el hábito de usar el celular antes de dormir puede interferir en la calidad del sueño, dado que la luz azul de las pantallas y la estimulación digital dificultan la conciliación del sueño.

Por otro lado, Roing – Vila et al. (2023) menciona que “el uso excesivo de smartphone genera conductas conflictivas, que se caracterizan



por conductas se vuelven excesivas y desadaptativas, existe un alto riesgo de que el rendimiento académico se vea afectado, así como de experimentar trastornos del sueño, dificultades de concentración, comportamientos arriesgados al conducir, deterioro significativo de la salud y, en los casos más graves conlleva a trastornos psicopatológicos” (p. 37). A ello, Arteaga, et al. (2022) agregan que el uso excesivo del smartphone genera conflictos en diversas áreas de la vida de la persona, como las relaciones interpersonales, el rendimiento académico y la salud mental y física. Por tanto, los conflictos derivados de la adicción al smartphone pueden tener un impacto negativo en la calidad de vida de la persona y pueden requerir intervención para abordar y resolver estos problemas.

2.2.1.7. Tolerancia e interferencia con otras actividades

Alude al hecho en el que los usuarios requieren incrementar la cantidad de tiempo o la intensidad de la interacción con sus dispositivos para obtener los mismos efectos deseados, haciendo que interfiera con otras actividades diarias, como el trabajo, los estudios, las relaciones interpersonales y el tiempo de ocio, ya que los individuos dedican más tiempo a su dispositivo en detrimento de estas áreas de su vida (Sandua, 2023).

Al respecto, Cruz et al. (2019) mencionan que la adicción al teléfono móvil genera interferencias con otras actividades, ya que al estar siempre pendiente del celular existe la dificultad de controlar los impulsos,



conduciendo a la ejecución descontrolada de ciertas actividades poco prioritarios o incluso no hacer la actividad encargada.

De igual manera, Etchevers, et al. (2021) menciona que la tolerancia al uso excesivo del smartphone está ganando reconocimiento en la sociedad contemporánea, dado que este concepto implica la necesidad de aumentar la cantidad de tiempo o la intensidad de la interacción con el dispositivo para obtener los mismos resultados deseados, que con el paso del tiempo, las personas pueden volverse menos receptivas a las experiencias que antes encontraban gratificantes con un uso moderado del smartphone, lo que las impulsa a buscar una mayor estimulación o a pasar más tiempo en línea para sentirse satisfechas.

2.2.2. En cuanto a la variable Y: Procrastinación

2.2.2.1. Enfoques teóricos de la procrastinación

Se considera los siguientes modelos teóricos:

Modelo psicodinámico de procrastinación según Baker: La teoría psicoanalítica y psicodinámica es la más antigua en la explicación del comportamiento de manera general, al respecto Baker (1995; citado por Atalaya y García, 2019) señala que la procrastinación tiene sus raíces en la infancia, ya que este período desempeña un papel crucial en la formación de la personalidad del adulto, influenciado por procesos mentales inconscientes y conflictos internos. Asimismo, este modelo se basó en la teoría de Freud, explicando que postergar tareas está fundamentado en el concepto de evitación, donde la ansiedad actúa como una señal de alerta para el ego.



Según esta visión, las tareas se evitan porque se perciben como amenazantes y difíciles de realizar, dado que los teóricos psicoanalíticos coinciden en que las expectativas parentales influyen en los rasgos de personalidad y en el desarrollo de la procrastinación. Por tanto, los estudiantes pueden sentirse presionados por las altas expectativas de sus padres respecto al rendimiento académico, lo que los lleva a adoptar una actitud rebelde y a desafiar sus propios límites a través de la procrastinación.

Al respecto, Guevara & Contreras (2019) resaltan que este modelo desde la mirada de Baker considera a la procrastinación como un temor al fracaso por parte del individuo y se centra en comprender las motivaciones que llevan a las personas a evitar la realización de tareas, a pesar de tener la capacidad para llevarlas a cabo y alcanzar el éxito en ellas. Además, explora las relaciones familiares disfuncionales que pueden contribuir al miedo al fracaso, ya que el papel de los padres puede aumentar la frustración del niño y disminuir su autoestima. Cabe destacar que este enfoque fue pionero en el estudio de los comportamientos relacionados con la postergación de responsabilidades (p. 45).

Modelo conductual de Skinner: Este modelo es argumentado por Skinner (1977; como se cita en Atalaya & García, 2019), donde sugiere que una conducta se mantiene cuando se repite y se prolonga debido a sus efectos gratificantes, considerando que la procrastinación surge cuando un individuo elige realizar tareas que proporcionan gratificación a corto plazo en lugar de aquellas que conllevan beneficios a largo plazo, esta conducta



de postergación se refuerza de manera implícita al obtener recompensas de manera rápida.

A ello, Carranza & Ramírez (2013), resaltan que “bajo esta modelo las experiencias pasadas de los individuos, aprendidas desde la infancia, se refuerzan con el tiempo, ya que se han condicionado para posponer una actividad a cambio de una recompensa inmediata, ello resulta en el retraso en los esfuerzos para completar una tarea” (p. 100). Por consiguiente, los procrastinadores son individuos que tienen la costumbre de posponer actividades que requieren tiempo y esfuerzo, lo cual les genera malestar, en favor de aquellas que ofrecen gratificaciones rápidas y sencillas.

En síntesis, ese modelo propone que las conductas se mantienen por sus efectos de recompensa, donde la procrastinación surge cuando se prefieren tareas gratificantes a corto plazo en lugar de actividades que ofrecen beneficios a largo plazo, esta conducta se refuerza implícitamente al obtener recompensas rápidas, posponiendo actividades menos atractivas para un momento posterior.

Modelo cognitivo de Wolters: Este modelo fue argumentado por Wolters que aborda la procrastinación como una interacción entre procesos cognitivos y motivacionales, es decir, se enfoca en tres componentes principales que son las metas que representan lo que se quiere lograr, las expectativas de autoeficacia son la creencia en la propia capacidad para alcanzar esas metas y los valores son la importancia atribuida a esas metas. Relacionado, con la procrastinación, argumenta que “implica un procesamiento de información disfuncional, caracterizado por esquemas



desadaptativos relacionados con la incapacidad y el miedo al rechazo social, estos patrones de comportamiento son constantemente evaluados por el individuo que los experimenta” (Guevara & Contreras, 2019). Además, estos individuos experimentan pensamientos obsesivos cuando no completan una tarea o se acerca la fecha límite, lo que revela una discrepancia entre su compromiso verbal y su incapacidad para cumplir con la tarea.

2.2.2.2. Procrastinación

Alude a la tendencia a posponer las tareas, conocida como procrastinación, es un aspecto arraigado en la naturaleza humana desde generaciones pasadas, que ha despertado interés en la actualidad y alude al comportamiento de posponer y postergar actividades que deben de realizar por acciones menor prioritarias, además se manifiesta cuando las personas evitan enfrentarse a actividades que perciben como desagradables, difíciles, estresantes o que no se alinean con sus intereses personales (García & Silva, 2019). De igual manera, Otero – Potosí (2023) señalan que la procrastinación se define como la acción de posponer o retrasar deliberadamente actividades, tareas y responsabilidades, lo cual puede acarrear consecuencias negativas, este comportamiento suele relacionarse con la falta de interés, motivación o ansiedad en el cumplimiento de una tarea, si no se gestiona de manera oportuna y eficaz, repercute adversamente el rendimiento y desempeño de las personas.

Por otro lado, Ramos (2021) menciona que “la procrastinación muchas veces es confundido con la pereza, enfatizando que es diferente ya



que la procrastinación es un proceso activo que consiste en elegir hacer otra actividad menos urgente en vez de realizar tareas prioritarias, además implica es posponer actividades cambiando la tarea desagradable por uno más fácil y agradable, en la actualidad este problema afecta a todos alguna vez” (p. 8)

A ello, Bedón & Flores (2023) mencionan que la procrastinación, contraria al progreso y al logro de objetivos, se manifiesta de manera continua a lo largo de la vida, desde la infancia hasta la adultez convirtiéndose en un fenómeno que, aunque puede parecer buena en apariencia, está asociado con una serie de defectos más que con virtudes, lo que resalta su importancia como objeto de estudio en la comprensión de la conducta humana.

2.2.2.3. La adolescencia y la procrastinación

Durante la adolescencia, los individuos experimentan un período de transición lleno de cambios físicos, emocionales y cognitivos, en el cual la gestión del tiempo y las responsabilidades puede volverse desafiante. La procrastinación, caracterizada por la postergación de tareas importantes, es común en esta etapa debido a factores como la falta de habilidades de planificación, la influencia de distracciones digitales y la búsqueda de identidad, Esto puede tener impactos negativos en el rendimiento académico y la salud mental durante esta fase crucial del desarrollo (Gutierrez, 2023).

A ello, Yuan et al. (2021) en su estudio resaltaron que el uso excesivo del teléfono inteligente entre los estudiantes se encuentra



estrechamente asociado con el miedo a quedar excluidos de su red social o a perder información si no están constantemente conectados, como resultado, experimentan una urgencia constante de revisar sus dispositivos y enfrentan dificultades para desconectarlos en situaciones donde su uso no es apropiado.

El artículo de Steel (2007) menciona cuatro factores clave asociados a la procrastinación y la falla autorregulatoria:

- Aversión a la tarea (task aversiveness): La aversión o rechazo hacia una tarea es un fuerte predictor de la procrastinación. Las personas tienden a posponer actividades que les resultan desagradables, aburridas o difíciles (Steel, 2007)
- Demora en la tarea (task delay): El hecho de retrasar el inicio de una tarea también se asocia consistentemente con la procrastinación. Cuanto más se pospone el comienzo de una actividad, más probable es que se procrastine. (Steel, 2007)
- Autoeficacia (self-efficacy): La creencia en las propias capacidades para completar una tarea de manera exitosa es un predictor importante de la procrastinación. Aquellos con baja autoeficacia tienden a posponer más las actividades (Steel, 2007)
- Impulsividad: La impulsividad también juega un papel relevante en los problemas de los procrastinadores. Dos estudios investigaron el rol de la impulsividad, encontrando que está asociada a la procrastinación. (Steel, 2007)

2.2.2.4. Dimensiones de la Procrastinación



Carranza & Ramírez (2013) desarrollaron un constructo de tres dimensiones para estudiar la procrastinación, incluyendo la procrastinación académica, familiar y emocional, para lo cual crearon el Cuestionario de Procrastinación (Ramírez, Tello & Vásquez, 2013). Este enfoque multidimensional abarca aspectos académicos, familiares y emocionales, subrayando la complejidad y diversidad de motivaciones y emociones que pueden influir en este comportamiento de postergación. Según estos autores, construyeron la siguiente interpretación de cada tipo de procrastinación basada en los trabajos de autores como Ferrari, Klassen, Krawch, Lynch, Rajani y Emmons:

Procrastinación Académica: Se define como la postergación voluntaria de las responsabilidades académicas que además según Ferrari (1995), los estudiantes pueden tener la intención de completar las tareas dentro del plazo establecido, pero carecen de motivación o deseo debido a la aversión que les genera la tarea. Además, esta conducta puede estar asociada con una baja capacidad de autorregulación o altos niveles de ansiedad en el desempeño académico (Klassen, Krawch, Lynch, & Rajani, 2007; citado en Carranza & Ramírez, 2013).

Procrastinación Familiar: En el contexto familiar, la procrastinación se refiere a la demora intencional en la realización de las responsabilidades y roles asignados en el ámbito familiar, donde las personas pueden tener la intención de completar las actividades dentro del plazo establecido, pero carecen de motivación o deseo debido a la aversión que les genera la tarea (Klassen et al., 2007; citado en Carranza & Ramírez, 2013).



Procrastinación Emocional: Ferrari y Emmons (1995, citado en Carranza y Ramírez, 2013) describen la procrastinación emocional como un patrón de comportamiento vinculado a emociones profundas, muchas veces inconscientes para el individuo. Según estos autores, algunas personas experimentan una emoción especial al postergar el inicio de una actividad, debido a la intensa energía generada durante el proceso. Esta forma de procrastinación puede manifestarse como una especie de adicción a la emoción producida al recopilar información en el último momento, organizarla y entregarla justo a tiempo.

2.2.2.5. Procrastinación académica

Alude a la tendencia de posponer las responsabilidades académicas, catalogado como un fenómeno exacerbado por el uso del celular, que conlleva diversas consecuencias y se convierte en un problema generalizado entre los estudiantes, dado que el constante uso del celular lleva a la procrastinación, donde las actividades académicas se posponen injustificadamente, tal como Vergara, et al. (2023) señalan que “la procrastinación académica se caracteriza por la tendencia de los estudiantes a retrasar el inicio o la finalización de sus tareas, proyectos o estudios, lo que resulta en una gestión ineficiente del tiempo y la asignación de recursos, esta conducta puede derivar en la entrega tardía de trabajos académicos, disminución del rendimiento académico y aumento del estrés estudiantil” (p. 91).

De igual manera, Altamirano y Rodríguez (2021) describen que la procrastinación es la acción deliberada de aplazar actividades educativas,



manifestada en la falta de puntualidad, respuesta oportuna, cumplimiento de plazos, capacidad de concentración en el estudio, entre otros aspectos. En línea con estas afirmaciones, Marquina, et al, (2020) resaltan que la procrastinación en el ámbito académico genera consecuencias perjudiciales, ya que los estudiantes tienden a sustituir las actividades académicas por distracciones como juegos, descanso, televisión y redes sociales, lo que dificulta el progreso y afecta el rendimiento. A ello, Domínguez - Lara (2017) señala que la procrastinación académica puede llevar a la acumulación de tareas debido a la falta de planificación y a la postergación constante, lo que aumenta la probabilidad de no completarlas a tiempo. Esto impacta negativamente en el rendimiento académico y puede deteriorar el historial académico del estudiante.

2.2.2.6. Procrastinación familiar

Se describe como la dilación intencional en la ejecución de las responsabilidades y compromisos familiares asignados, aunque las personas desean cumplir con estas responsabilidades, carecen de motivación o sienten una antipatía hacia las tareas (Jaimes, 2021). Por tanto, la procrastinación familiar es definida como un patrón de comportamiento caracterizado por la búsqueda de gratificaciones a corto plazo, con consecuencias negativas a largo plazo para el individuo, la familia y la sociedad. Al respecto, Guevara & Contreras (2019) mencionan que este fenómeno ocurre cuando las personas postergan voluntariamente sus responsabilidades y deberes en el hogar, a pesar de tener la intención y obligación de llevarlos a cabo dentro del plazo establecido. Sin embargo,



estas tareas son percibidas como desagradables, lo que resulta en una falta de motivación para realizarlas.

2.2.2.7. Procrastinación emocional

Ferrari (1992, citado en Guevara & Contreras, 2019) menciona que “la procrastinación emocional se asocia con que el individuo que evita llevar a cabo una actividad debido a la aversión o al placer intrínseco que le genera se denomina procrastinador de tipo evitativo. Este tipo de procrastinador se distingue por su temor al fracaso, que en realidad encubre un temor a enfrentarse a sus propias limitaciones” (p. 45).

Por otro lado, Jaimes (2021) resalta que la procrastinación emocional implica retrasar tareas o decisiones importantes debido a sentimientos negativos asociados, como el temor al fracaso, la ansiedad, la incomodidad o la indecisión. En lugar de abordar directamente estas emociones y comprometerse con las tareas, las personas tienden a evitar el problema al posponerlo, lo que puede dar lugar a un ciclo persistente de postergación. Este comportamiento puede afectar negativamente la eficacia, la autoconfianza y el bienestar general, ya que, al evitar enfrentarse a sus responsabilidades, las personas agravan las emociones negativas asociadas.

2.2.2.8. Escala de procrastinación

Comprendiendo que la escala de medición de la procrastinación es un instrumento diseñado que permite evaluar el nivel de tendencia a procrastinar de la persona, que se encuentran estructurado por una serie de preguntas o ítems que exploran diferentes aspectos relacionados con la



procrastinación. Para este estudio, se aplicará el *Cuestionario de Procrastinación* elaborado por Ramírez, Tello y Vásquez quienes elaboraron este instrumento con la finalidad de analizar la procrastinación a nivel integral como específico, estructurado en tres dimensiones académico, familiar y emocional (Atalaya & García, 2019).

2.3. MARCO CONCEPTUAL

2.3.1. Nomofobia

Un término que hace referencia al miedo irracional a quedarse sin el teléfono móvil o a no tener acceso a él. Este fenómeno, que ha cobrado relevancia en los últimos años, refleja una dependencia creciente hacia los dispositivos móviles, en particular hacia los teléfonos inteligentes. (Armayones, 2016, pág. 65).

2.3.2. Phubbing

Hace referencia a la práctica de ignorar a las personas cercanas al prestar una atención excesiva a un dispositivo móvil, como un teléfono inteligente, en lugar de interactuar con aquellos que están presentes, es decir, es el acto de menospreciar que realiza la persona a su entorno por esta pendiente a su celular inteligente (Álvarez & Moral, 2020, pág. 114).

2.3.3. Adolescencia

Es una fase crucial del crecimiento humano que se divide en dos períodos: la adolescencia temprana, que abarca de los 12 a los 14 años, y la adolescencia tardía, que comprende de los 15 a los 19 años. Durante esta etapa, los individuos experimentan una serie de cambios físicos, cognitivos, emocionales e identitarios,



así como ajustes en su papel y posición dentro de la familia y la sociedad (Papalia et al., 2012, p. 354).

3.3.4. Dependencia al móvil

La dependencia al móvil se refiere a un comportamiento en el cual el uso excesivo del teléfono impacta negativamente en distintas áreas de la vida de una persona, como la familiar, social, laboral, y académica. Este tipo de adicción altera el funcionamiento diario y el bienestar general del individuo (Roda, 2023).

3.3.5. Smartphone

Es un dispositivo electrónico de comunicación que combina las funciones de un teléfono móvil con las capacidades de procesamiento de datos de una computadora portátil, estos dispositivos suelen ofrecer una amplia gama de funciones, ya que generalmente cuentan con una pantalla táctil que permite la interacción intuitiva con el usuario y están equipados con sistemas operativos que gestionan su funcionamiento y permiten la ejecución de aplicaciones (Sandua, 2023).

3.3.6. Hiperconectividad

La hiperconectividad puede interpretarse como una desconexión del entorno físico, ya que las personas tienden a interactuar con sus dispositivos móviles incluso en contextos donde esta interacción no sería esperada, como en espacios laborales, familiares o académicos (Ayala, 2015).



CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. UBICACIÓN GEOGRÁFICA DEL ESTUDIO

El estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Secundaria San Martín, ubicada en Jr. José Bernardo Alcedo S/N, en la provincia de San Román, ciudad de Juliaca. Esta institución ofrece educación secundaria en turnos mañana y tarde y cuenta con estudiantes de ambos géneros. Su código de ubicación geográfica es 211101 (Portaldeeducacion, 2023)

3.2. TIPO Y MÉTODO DE ESTUDIO

3.2.1. Tipo de investigación

La investigación corresponde al tipo de investigación básica o teórica. La investigación básica, según Carrasco (2005), es aquella que no tiene propósitos aplicativos inmediatos; solo buscan ampliar y profundizar el caudal de conocimiento acerca de la realidad. Su objeto de estudio lo constituyen las teorías científicas, las mismas que las analiza para perfeccionar sus contenidos (p. 43).

3.2.2. Diseño de la investigación

La investigación que se propone es no experimental. Según Carrasco (2005) los diseños no experimentales de investigación son aquellos cuyas variables carecen de manipulación intencional; analizan y estudian los hechos y fenómenos de la realidad después de su ocurrencia (p. 71). Es un diseño transversal porque la recolección de la información se realiza en un mismo momento.



3.2.3. Nivel de investigación

La investigación corresponde a una investigación de nivel correlacional. Según Hernández, Fernández y Baptista (2014) los estudios correlaciones corresponden a preguntas de investigación. Cuya finalidad es conocer el grado de asociación o correlación que exista entre dos o más variables en una muestra en particular (p. 93).

3.2.4. Método

El método de la investigación es hipotético deductivo. Según Behar (2008) este método parte de una hipótesis inferida de principios o leyes, sugerida por datos empíricos y aplicando las reglas de la deducción se arriba a predicciones que se somete a verificación empírica y si hay correspondencia con los hechos se comprueba la veracidad o de la hipótesis de partida (p. 12).

3.3. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOJO DE DATOS

3.3.1. Técnica

Arias (2012), define la técnica de investigación como 'el procedimiento o forma particular de obtener datos o información' (p. 67).

Para evaluar las variables de interés, se utilizó la técnica de la encuesta, un método que permitió recopilar la información necesaria para alcanzar los objetivos planteados en la investigación.

Encuesta: La encuesta es una técnica de investigación ampliamente utilizada que permite recopilar datos de manera rápida y eficiente (Casas et al., 2003). Según Garcia (1993), la encuesta se define como una investigación



realizada en el contexto habitual de la población, empleando métodos estandarizados de interrogación para obtener información cuantitativa sobre diversas características objetivas y subjetivas (p. 147).

3.3.2. Instrumentos

Cuestionario: Los instrumentos utilizados permitieron la recolección de datos para cada variable. Como señaló Hernández Sampieri et al. (2014) “el cuestionario es un conjunto de preguntas en relación a una o más variables que se van a medir” (p. 217). Para la recolección de datos, se emplearon dos cuestionarios: el "Test de Dependencia al Teléfono Móvil" y el "Cuestionario de Procrastinación (CDP)". Ambos instrumentos fueron adaptados y contextualizados específicamente para su uso en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de secundaria en el colegio San Martín. Según lo explicado por Hernández Sampieri et al., (2014), estos instrumentos son de tipo escalas Likert, lo que implica que los participantes debían evaluar una serie de afirmaciones o juicios utilizando una escala de cinco y tres puntos respectivamente, y calcular su puntuación total al sumar todas las puntuaciones asociadas a las afirmaciones. (p. 238).

Los instrumentos utilizados y detallados posteriormente, el "Test de Dependencia al Teléfono Móvil" (ver anexo 3) y el "Cuestionario de Procrastinación (CDP)" (ver anexo 4), fueron adaptados y contextualizados específicamente para recopilar datos que miden las variables de estudio, es decir, la adicción al smartphone y la procrastinación. Los ítems se agruparon de acuerdo a las dimensiones de los objetivos específicos de cada variable en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de secundaria en el colegio San Martín.



Para la primera variable X (adicción al smartphone)

El instrumento que se utilizó para recolectar la información será es el "Test de dependencia al teléfono móvil" desarrollado por Chóliz & Villanueva (2011) en la Universidad de Valencia, España se compone de 22 ítems en escala Likert que evalúan 3 aspectos de la dependencia al móvil:

- Abstinencia: 9 ítems
- Pérdida de control y conflictos derivados: 6 ítems
- Tolerancia e interferencia con otras actividades: 7 ítems

Su confiabilidad ha sido demostrada con un coeficiente Alpha de Cronbach de 0,94. Los resultados que obtienen los estudiantes se clasifican en una escala de dependencia.

Baremación de la variable adicción al smartphone: Se ha establecido una escala valorativa por baremos que divide las puntuaciones de los 22 ítems de la escala en cinco categorías: muy alto, alto, promedio, bajo y muy bajo. Los puntajes obtenidos en cada dimensión se comparan con los rangos establecidos para determinar el nivel de adicción al smartphone en cada dimensión, así como un puntaje global para la adicción general. Los baremos establecidos son los siguientes:

Tabla 1

Escala valorativa por baremos de la variable adicción al smartphone

Escala de baremos	Adicción al Smartphone (22 ítems)	Dimensiones		
		Abstinencia (9 ítems)	Pérdida de control y conflictos derivados (6 ítems)	Tolerancia e interferencia con otras actividades (7 ítems)
Muy alto	72 – 88	30 – 36	20 – 24	23 – 28
Alto	54 – 71	23 – 29	15 – 19	17 – 22
Promedio	36 – 53	15 – 22	10 – 14	12 – 16
Bajo	18 – 35	8 – 14	5 – 9	6 – 11
Muy bajo	0 – 17	0 – 7	0 – 4	0 – 5

Fuente: Ficha técnica “test de dependencia al teléfono celular” (Choliz, 2012)

Para la Variable Y (procrastinación)

El instrumento utilizado para recolectar información sobre esta variable será el *Cuestionario de Procrastinación (CDP)*, desarrollado por Ramírez, Tello y Vásquez (2013) en Tarapoto. Este cuestionario consta de 30 ítems, distribuidos equitativamente en tres dimensiones:

- Procrastinación académica: 10 ítems
- Procrastinación familiar: 10 ítems
- Procrastinación emocional: 10 ítems

Cada ítem se califica en una escala tricotómica (Siempre = 0, A veces = 1, Nunca = 2). Los resultados permiten clasificar a los participantes en niveles de procrastinación alto, medio o bajo. La validez del cuestionario fue confirmada mediante evaluación de expertos, quienes analizaron los ítems en términos de claridad, relevancia y cumplimiento de los objetivos propuestos.

Baremación de la variable procrastinación: La baremación nos permitió clasificar el nivel de procrastinación en individuos según los puntajes obtenidos en un cuestionario de 30 ítems. El puntaje total y los puntajes en cada dimensión se clasifican en tres categorías: alto, medio y bajo. Estas categorías están definidas por rangos específicos de puntuación, los cuales permiten evaluar el grado de procrastinación en diferentes contextos (académico, familiar y emocional).

Las categorías de baremación se distribuyen de la siguiente manera:

Tabla 2

Escalas valorativas por baremos de la variable procrastinación

Escalas	Procrastinación (30 ítems)	Dimensiones		
		Procrastinación académica (10 ítems)	Procrastinación familiar (10 ítems)	Procrastinación emocional (10 ítems)
Alto	53 – 90	17 – 30	20 – 30	16 – 30
Medio	44 – 52	14 – 26	17 – 19	13 – 15
Bajo	1 – 43	1 – 13	1 – 16	1 – 12

Fuente: Uriarte y Ramírez, (2016, p. 60)

3.4. POBLACIÓN Y MUESTRA DEL ESTUDIO

3.4.1. Población

Según Hernández Sampieri et al. (2014), “la población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p.174). En tal sentido, la población para el presente estudio está conformada por estudiantes del 3ro, 4to y 5to de secundaria entre varones y mujeres matriculados y asistentes que ascienden a 742 estudiantes en el presente año de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca.

3.4.2. Muestra

La muestra es básicamente un subgrupo de la población. Es un subconjunto de elementos que comparten las características definidas de la población a la que pertenecen (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 174).

La determinación de la muestra para la presente investigación fue de tipo no probabilístico, por conveniencia, la cual, según Hernández (2021), es aquella muestra que se elige de acuerdo con la conveniencia del investigador, permitiéndole seleccionar de manera arbitraria la cantidad de participantes que formarán parte del estudio (p. 2). La muestra para este estudio está conformada por 253 adolescentes que cursan el 3.º, 4.º y 5.º grado de secundaria. La fórmula utilizada para determinar el tamaño de la muestra es:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * (1 - p)}{E^2 * (N - 1) + Z^2 * p * (1 - p)}$$
$$n = \frac{742 * 1,96^2 * 0,5 * (1 - 0,5)}{0,05^2 * (742 - 1) + 1,96^2 * 0,5 * (1 - 0,5)}$$
$$n = \frac{742 * 3,8416 * 0,5 * 0,5}{0,0025 * 741 * 3,8416 * 0,5 * 0,5}$$
$$n = \frac{712,6168}{2,8129}$$
$$n = 253,3388318$$

3.4.2.1. Criterios de Selección de la Muestra

La selección de la muestra consideró criterios de inclusión y exclusión que garantizaron la representatividad y relevancia de los participantes en relación con los objetivos de la investigación



Los criterios de inclusión para este estudio fueron: Estudiantes matriculados en 3.º, 4.º y 5.º grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca durante el año 2023, que cuenten con disponibilidad y disposición para participar en la investigación, así como el uso regular de smartphones. Además, se requirió la disposición de los docentes para colaborar en la aplicación del instrumento de recolección de datos

Los criterios de exclusión para este estudio fueron: Estudiantes no matriculados en los grados seleccionados (3.º, 4.º y 5.º), estudiantes que no disponen de un smartphone, estudiantes ausentes el día de la recolección de datos, y encuestas incompletas o con datos inconsistentes, las cuales fueron descartadas del análisis final.

3.5. PROCESAMIENTO ESTADÍSTICO

Para procesar los datos se utilizó Microsoft Excel e IBM SPSS Statistics 27. Para su análisis se utilizaron las mismas estadísticas descriptivas, distribución de frecuencias y análisis porcentuales, mostrándose los resultados en tablas, gráficos y porcentajes.

3.5.1. Prueba de normalidad

Para realizar el contraste de hipótesis fue necesario realizar la prueba de normalidad que se muestra en el anexo F de la investigación, donde la muestra es mayor a 50, por lo tanto se realizó mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnova donde el valor de significancia en todas las preguntas es menor a 0,05, lo que significa que los datos no provienen de una distribución normal. Por ende, la prueba de hipótesis se ejecutó utilizando Rho Spearman.



3.5.2. Comprobación de Hipótesis

La comprobación de hipótesis se utilizó Rho se Spearman, para lo cual fue necesario realizar el planteamiento de hipótesis estadístico.

Ho : No existe una relación significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en 2023.

Ha : Existe una relación significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en 2023.

Para aceptar la hipótesis nula o alterna se cumplió la siguiente regla de decisión:

Se rechaza Ha : $Rho = 0,000$; $sig(p) > 0,05$

Se rechaza Ho : $Rho \neq 0,000$; $sig(p) < 0,05$

Para determinar el coeficiente de correlación Rho de Spearman se utilizó el programa estadístico SPSS versión 27.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1.1. Resultados del objetivo específico 1: Establecer la relación entre la abstinencia por el uso del smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.

Tabla 3

Abstinencia y procrastinación académica en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.

Abstinencia	Procrastinación académica						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	3	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	3	1.2%
Alto	40	15.8%	3	1.2%	2	0.8%	45	17.8%
Promedio	89	35.2%	15	5.9%	1	0.40%	105	41.5%
Bajo	43	17.0%	12	4.7%	6	2.4%	61	24.1%
Muy bajo	19	7.5%	13	5.1%	7	2.8%	39	15.4%
Total	194	76.7%	43	17.0%	16	6.3%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 3 se muestra que del 100% de adolescentes encuestados, el 35.2% muestra un nivel de abstinencia promedio y procrastinación académica alta. Este dato sugiere que, aunque los adolescentes tienen un control moderado sobre el uso de sus smartphones, este control no es suficiente para evitar la



procrastinación académica. A pesar de que el uso del dispositivo no es excesivo, existen otros factores, como la falta de planificación o la tendencia a priorizar actividades más placenteras (como el uso del celular), que siguen favoreciendo la procrastinación. Esto refleja que, aunque no haya una dependencia extrema del smartphone, los adolescentes aún enfrentan dificultades para gestionar su tiempo y responsabilidades académicas.

De acuerdo con García (2020) señala que la abstinencia de dispositivos tecnológicos puede generar malestar emocional, como irritabilidad o ansiedad, lo cual está relacionado con el concepto de "craving", es decir, el deseo intenso de usar el smartphone (p. 3). Esto puede llevar a los adolescentes a sustituir actividades académicas por el uso del celular, resultando en una gestión ineficiente del tiempo. Vergara, et al. (2023) complementan esta idea al definir la procrastinación académica como la tendencia a retrasar tareas, lo que lleva a la entrega tardía de trabajos y una disminución en el rendimiento académico (p. 91).

Asimismo, es importante resaltar que un 1.2% de los adolescentes presenta un nivel muy alto de abstinencia, y a su vez, también muestran un alto nivel de procrastinación académica. Este hallazgo indica que, aunque su deseo de utilizar el smartphone es elevado, no logran controlar esta tendencia, lo que genera una alteración en su rendimiento académico. Al respecto, Vargas (2017), refiere que la procrastinación académica es un fenómeno multifactorial que involucra factores conductuales, emocionales y cognitivos. Esta problemática afecta la toma de decisiones, ya que los adolescentes priorizan la satisfacción de sus deseos inmediatos, como el uso del celular, sobre el cumplimiento de sus responsabilidades académicas.

Por otro lado, un 0.4% de los adolescentes, que corresponde a un solo caso en la muestra, muestra un nivel promedio de abstinencia. Este comportamiento sugiere que, aunque estos adolescentes sienten la necesidad de usar el celular con frecuencia, se esfuerzan por limitar su uso y enfocarse en sus actividades académicas. Como resultado, la procrastinación académica en este grupo es baja, lo que indica un mejor manejo de su tiempo y responsabilidades.

Tabla 4

Abstinencia y procrastinación familiar en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.

Abstinencia	Procrastinación familiar						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	3	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	3	1.2%
Alto	25	9.9%	9	3.6%	8	3.2%	42	16.7%
Promedio	25	9.9%	38	15.0%	18	7.1%	81	32.0%
Bajo	9	3.6%	20	7.9%	28	11.1%	57	22.6%
Muy bajo	2	0.8%	14	5.5%	54	21.3%	70	27.6%
Total	64	25.3%	81	32.0%	108	42.7%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 4 se muestra que del 100% de adolescentes encuestados, un 21.3% presentan un nivel muy bajo de abstinencia, lo que indica que estos adolescentes hacen un uso mínimo y controlado de sus smartphones. Esto puede deberse a una menor dependencia de la tecnología o a que, en su entorno familiar, los padres han establecido reglas que limitan el uso del celular durante los momentos de convivencia familiar. Esta regulación permite un uso equilibrado y



consciente del dispositivo, favoreciendo que los adolescentes prefieran realizar otras actividades, como leer, practicar deportes o interactuar cara a cara con los miembros del hogar. Como resultado, el nivel de procrastinación familiar en este grupo fue bajo, lo que refleja un mayor compromiso con las interacciones familiares y las responsabilidades domésticas, contribuyendo a la reducción de la procrastinación.

En ese sentido, Días y García (2022) agregan que es importante que la persona utilice el celular de manera controlado y equilibrado, ya que hace que la persona limite su tiempo de uso de pantalla y priorizan actividades fuera de línea, manteniendo un equilibrio saludable entre la tecnología y otras actividades, teniendo beneficios en la persona, a diferencia de aquellos que hacen uso mayor del celular, ya que cuando se ven forzadas a separarse de sus teléfonos móviles, experimentan una serie de síntomas de abstinencia, que en el contexto de la adicción al smartphone se refiere a los síntomas físicos, emocionales y psicológicos que experimenta una persona cuando intenta reducir o detener su uso del teléfono móvil.

Por otro lado, Otero – Potosí, et al. (2023) resaltan que la procrastinación familiar baja en adolescentes se manifiesta mediante el cumplimiento de las responsabilidades domésticas y familiares, lo que significa que muestran un compromiso activo con las tareas y las necesidades del hogar, evidenciando una disposición para colaborar y contribuir al bienestar familiar, valorando el tiempo compartido en familia y dedican esfuerzos para mantener armonía y apoyo mutuo dentro del hogar.



Asimismo, con porcentaje menor de 1,2% de adolescentes demostraron nivel de abstinencia muy alto, lo que indica una fuerte dependencia del celular y una tendencia compulsiva a usarlo de manera frecuente, incluso en situaciones inapropiadas o poco convenientes. En estos casos, la procrastinación familiar fue alta, lo que se caracteriza por una falta de participación activa en las responsabilidades y dinámicas familiares, así como por una comunicación limitada o conflictiva con los miembros del hogar. Esto da lugar a tensiones y dificultades en las relaciones familiares y a una falta de apoyo mutuo dentro del hogar.

En relación con esto, Guevara y Contreras (2019) mencionan que la procrastinación familiar es un fenómeno que ocurre cuando las personas postergan voluntariamente sus responsabilidades y tareas en el hogar, a pesar de tener la intención y obligación de realizarlas dentro del plazo establecido. Sin embargo, estas tareas son percibidas como desagradables, lo que conduce a una falta de motivación para llevarlas a cabo.

Tabla 5

Abstinencia y procrastinación emocional en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.

Abstinencia	Procrastinación emocional						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	3	1.2%	0	0.0%	0	0.0%	3	1.2%
Alto	37	14.6%	5	2.0%	0	0.0%	42	16.6%
Promedio	70	27.7%	9	3.6%	2	0.8%	81	32.0%
Bajo	44	17.4%	10	4.0%	3	1.2%	57	22.5%
Muy bajo	28	11.1%	21	8.3%	21	8.3%	70	27.7%
Total	182	71.9%	45	17.8%	26	10.3%	253	100.0%

Fuente: "Elaborado por el equipo de trabajo"

En la Tabla 5 se muestra que, del 100% de los adolescentes encuestados, el 27,7% presentan un nivel de abstinencia promedio, lo que significa que no muestran una dependencia excesiva ni una desconexión completa de sus dispositivos. En otras palabras, utilizan sus teléfonos de manera regular, pero no de forma compulsiva ni como una necesidad constante que interfiera con sus actividades cotidianas. Sin embargo, a pesar de este uso moderado, estos adolescentes tienden a caer en la procrastinación emocional, la cual se caracteriza por evitar enfrentar emociones difíciles o desagradables. Esto lleva a la postergación de la expresión de sentimientos, la resolución de conflictos personales o la búsqueda de ayuda en situaciones emocionales complejas. Como resultado, experimentan estrés y ansiedad, además de enfrentar dificultades en sus relaciones interpersonales debido a la falta de comunicación abierta y la incapacidad de abordar los problemas emocionales de manera efectiva.



De acuerdo con Morales y Quispe (2020), el uso prolongado de smartphones puede generar adaptaciones en el sistema nervioso, causando síntomas de abstinencia, como ansiedad e inestabilidad psicológica, lo que genera una necesidad impulsiva de seguir utilizando el dispositivo. Además, cuando el celular presenta problemas, esto puede generar reacciones emocionales negativas, como ansiedad excesiva.

Por otro lado, Ferrari (1992 citado por Guevara y Contreras 2019) destaca que "la procrastinación emocional se asocia con el individuo que evita llevar a cabo una actividad debido a la aversión intrínseca que le genera, y se denomina procrastinador de tipo evitativo. Este tipo de procrastinador se distingue por su temor al fracaso, que en realidad encubre un temor a enfrentarse a sus propias limitaciones" (p. 45).

Otro dato a resaltar en esta tabla es que el 1,2% de adolescentes muestran nivel de abstinencia muy alto, que implica que los adolescentes muestran dependencia a los dispositivos móviles, donde su uso se vuelve compulsivo y difícil de controlar, generando una desconexión significativa de la realidad, del entorno social y personal, haciendo que prevalezca sobre otras actividades esenciales. El nivel de procrastinación emocional fue alto, demostrando que los adolescentes muestran una dificultad subyacente en lidiar con las emociones, que se manifiesta a través de la evitación de situaciones emocionales desafiantes, como resolver conflictos interpersonales o enfrentar responsabilidades emocionales, por lo que llegan a posponer decisiones relacionadas con emociones, lo que puede generar un aumento en los niveles de estrés y ansiedad, así como dificultades en las relaciones interpersonales debido a la falta de comunicación.

Además, es importante resaltar el porcentaje menor de 0,8% de adolescentes que muestran nivel de abstinencia promedio, reflejando que los adolescentes mantienen un equilibrio saludable en el uso de sus dispositivos móviles, es decir, utilizan sus teléfonos con regularidad para comunicarse, acceder a información y entretenimiento, sin caer en una dependencia excesiva o en una abstinencia notoria. Por consiguiente, la procrastinación emocional fue baja, que se caracteriza por una habilidad para lidiar eficazmente con las emociones. Los adolescentes muestran una disposición para enfrentar y manejar sus sentimientos de manera constructiva y oportuna.

4.1.2. Resultados del objetivo específico 2: Identificar la relación entre la pérdida de control y los conflictos derivados del uso del smartphone con la procrastinación en adolescentes de 3°, 4° y 5° grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, año 2023.

Tabla 6

Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación académica en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.

Pérdida de control y conflictos derivados	Procrastinación académica						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	8	3.2%	0	0.0%	0	0.0%	8	3.2%
Alto	85	33.6%	10	4.0%	5	2.0%	100	39.5%
Promedio	78	30.8%	12	4.7%	2	0.8%	92	36.4%
Bajo	12	4.7%	11	4.3%	2	0.8%	25	9.9%
Muy bajo	11	4.3%	10	4.0%	7	2.8%	28	11.1%
Total	194	76.7%	43	17.0%	16	6.3%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”



En la tabla 6 se muestra que del 100% de adolescentes encuestados, el 33,6% adolescentes muestran nivel alto de pérdida de control y conflictos derivados y conflictos derivados del uso excesivo del celular, y estos adolescentes también presentan un alto nivel de procrastinación académica. Este hallazgo indica que los adolescentes tienen dificultades significativas para regular sus emociones y comportamientos, lo cual se traduce en discusiones frecuentes con sus padres o familiares por el uso excesivo del celular, especialmente durante las horas de clase o mientras realizan actividades académicas. La presencia constante del celular, como medio para realizar llamadas, mensajes y chats, parece interferir con su capacidad para concentrarse en las tareas escolares y cumplir con sus responsabilidades académicas. Además, el gasto continuo en recargas y pagos relacionados con el uso del celular refleja un patrón de gasto desmedido, que afecta no solo su bienestar emocional, sino también su situación económica personal.

La procrastinación académica de los adolescentes en este grupo se manifiesta principalmente en la postergación constante de tareas, la falta de cumplimiento de los horarios establecidos para la realización de las actividades, y la entrega de tareas inconclusas o con baja calidad. Este comportamiento de procrastinación está relacionado con su incapacidad para gestionar eficazmente su tiempo, lo que resulta en un rendimiento académico por debajo de sus capacidades.

Otro dato a resaltar en esta tabla es que el 3,2% de 8 adolescentes muestran nivel de pérdida de control y conflictos derivados muy alto, esto sugiere que estos adolescentes están experimentando dificultades significativas para gestionar su uso del teléfono móvil, lo que repercute en otros aspectos de su vida, como la



procrastinación académica así mismo el nivel de procrastinación académica fue alto, demostrando que los adolescentes, posponen tareas y obligaciones académicas, el cual se manifiesta por su incapacidad para concentrarse en las tareas escolares debido a las tensiones internas y los conflictos emocionales que enfrentan.

De acuerdo con, Sota, et al. (2021), la pérdida de control relacionada con el uso del smartphone puede estar vinculada al miedo de perder información relevante o de quedarse desconectado, lo que afecta la calidad del sueño. El uso excesivo del celular antes de dormir, sumado a la luz azul emitida por las pantallas, podría interferir en la conciliación del sueño y en la recuperación emocional, lo que agrava aún más la procrastinación académica.

Asimismo, los resultados coinciden con los hallazgos de Marquina et al, (2020), quienes indican que los adolescentes con altos niveles de procrastinación tienden a dedicar más tiempo a actividades no académicas, lo que obstaculiza su progreso educativo y se refleja en su bajo desempeño escolar.

Por otro lado, un 0.8% de los adolescentes presentaron un nivel bajo de pérdida de control y conflictos derivados del uso del smartphone. Este pequeño grupo muestra una mayor capacidad de autorregulación emocional, lo cual se refleja en su habilidad para gestionar adecuadamente el uso del celular y mantener relaciones familiares saludables, sin generar conflictos. En estos casos, la procrastinación académica fue también baja, lo que sugiere que estos adolescentes tienen una mejor gestión de su tiempo, son más organizados y cumplen con sus tareas académicas de manera oportuna, lo cual contribuye a un mejor rendimiento escolar.

Tabla 7

Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación familiar en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.

Pérdida de control y conflictos derivados	Procrastinación familiar						Total	
	Alto		Medio		Bajo			
	N	%	N	%	N	%	N	%
Muy alto	4	1.6%	3	1.2%	1	0.4%	8	3.2%
Alto	35	13.8%	33	13.0%	32	12.6%	100	39.5%
Promedio	21	8.3%	35	13.8%	36	14.2%	92	36.4%
Bajo	3	1.2%	8	3.2%	14	5.5%	25	9.9%
Muy bajo	1	0.4%	2	0.8%	25	9.9%	28	11.1%
Total	64	25.3%	81	32.0%	108	42.7%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 7 se observa que, del 100% de los adolescentes encuestados, el 14,2% muestra un nivel promedio de pérdida de control y conflictos derivados del uso del smartphone, lo que significa que los adolescentes suelen incumplir los límites establecidos para el uso del celular, pero cuando reciben advertencias y llamadas de atención suelen controlar su uso, pero este nivel promedio indica que existe la tendencia de que el adolescente pierda el control sobre el uso del celular, lo cual genera puede generar dependencia y conllevar a conflictos con su medio entorno como son discusiones con los padres, gastos excesivos y desmedidos, irritabilidad entre otros, sin embargo, el nivel de procrastinación familiar encontrado en los adolescentes es baja lo que significa que los adolescentes si cumplen con actividades y quehaceres del hogar, ello puede ser porque cuentan con normas y límites que hace que los integrantes cumplan con sus deberes, de tal



manera evitar conflictos, llamadas de atención, demoras voluntarias y la tendencia a excusarse por el incumplimiento de compromisos.

Según Sandua (2023), la adicción al smartphone conlleva una pérdida de control sobre su uso, lo que provoca que las personas se vean atrapadas en un ciclo compulsivo, incluso cuando intentan reducir su uso o son conscientes de los efectos negativos en su vida diaria. Esta pérdida de control puede generar un ciclo adictivo en el que los adolescentes sienten que no pueden limitar el uso del dispositivo, a pesar de sus esfuerzos. Así, la pérdida de control y los conflictos derivados del uso del celular pueden influir en la procrastinación familiar, generando tensiones en el hogar que desvían la atención de los miembros familiares de sus responsabilidades compartidas y actividades planificadas, afectando la dinámica familiar y el cumplimiento de las tareas domésticas.

La procrastinación familiar, definida como un patrón de comportamiento caracterizado por la búsqueda de gratificación a corto plazo, tiene consecuencias negativas a largo plazo para el individuo, la familia y la sociedad. Guevara y Contreras (2019) explican que este fenómeno ocurre cuando las personas postergan voluntariamente sus responsabilidades en el hogar, a pesar de la intención y obligación de realizarlas dentro del plazo establecido. Esta postergación está vinculada con la falta de motivación para llevar a cabo tareas percibidas como desagradables.

Otro aspecto importante que destaca la tabla es que el 13,8% de los adolescentes presenta un nivel alto de pérdida de control y conflictos derivados del uso del celular. Esto indica que una proporción considerable de adolescentes enfrenta problemas derivados del uso desmedido del smartphone, incluyendo un



gasto económico elevado y el incumplimiento de normas familiares. Este comportamiento genera discusiones, advertencias y falta de control sobre las responsabilidades familiares. El nivel de procrastinación familiar en este grupo es alto, lo que significa que los adolescentes suelen demorar voluntariamente las tareas del hogar, prefiriendo el uso del celular en lugar de compartir tiempo con la familia. Aunque participan en las actividades familiares, a menudo están distraídos con el celular y se excusan por no cumplir con sus compromisos, lo que lleva a conflictos dentro del hogar por la postergación de actividades programadas.

Es importante destacar que el 1,6% de los adolescentes presenta un nivel muy alto de pérdida de control y conflictos derivados, lo que sugiere que estos adolescentes están experimentando dificultades extremas para regular sus emociones y manejar situaciones conflictivas en sus vidas. En estos casos, la procrastinación familiar también es alta, lo que refleja la magnitud de los conflictos internos y su impacto en las dinámicas familiares.

Tabla 8

Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación emocional en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.

Pérdida de control y conflictos derivados	Procrastinación emocional						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	8	3.2%	0	0.0%	0	0.0%	8	3.2%
Alto	84	33.2%	12	4.7%	4	1.6%	100	39.5%
Promedio	71	28.1%	19	7.5%	2	0.8%	92	36.4%
Bajo	13	5.1%	10	4.0%	2	0.8%	25	9.9%
Muy bajo	6	2.4%	4	1.6%	18	7.1%	28	11.1%
Total	182	71.9%	45	17.8%	26	10.3%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 8 se muestra que del 100% de adolescentes encuestados, el 33.2% presenta un nivel alto de pérdida de control y conflictos derivados, lo que indica que estos adolescentes tienen una dependencia hacia los smartphones, dificultándoles el control sobre su uso y generando consecuencias negativas. Es decir, los adolescentes dedican más tiempo del que quisieran a actividades como hablar por el móvil, enviar mensajes de texto, usar WhatsApp o interactuar en chats.

Esta situación provoca llamadas de atención por el uso excesivo del celular, discusiones con sus padres debido al gasto económico relacionado y otros conflictos. Como consecuencia, se observa un alto nivel de procrastinación emocional, lo que significa que los adolescentes postergan sus responsabilidades de forma voluntaria y por placer. No desean cumplir con sus tareas, ya que las



consideran desagradables y dudan de su capacidad para realizarlas. Esto los lleva a posponer actividades hasta el último momento, lo que a su vez genera emociones negativas como ansiedad y desesperación, situaciones que algunos consideran una fuente de "adrenalina" a medida que se acercan los plazos de entrega.

Un dato destacado es que el 3.2% de los adolescentes muestra un nivel muy alto de pérdida de control y conflictos derivados. Este comportamiento también está asociado a un nivel alto de procrastinación emocional, ya que los adolescentes no cumplen con sus promesas y prefieren realizar actividades menos prioritarias. Esto refleja dudas sobre su capacidad para cumplir con las tareas, y cuando algo sale mal, tienden a culpar a otros, todo ello debido a la falta de control sobre el uso del celular.

Roing – Vila, et al. (2023) señalan que el uso excesivo del smartphone puede generar comportamientos conflictivos, los cuales se caracterizan por ser excesivos y desadaptativos. Esto aumenta el riesgo de que el rendimiento académico se vea comprometido, además de causar trastornos del sueño, dificultades para concentrarse, conductas peligrosas al conducir, y un notable deterioro de la salud, llegando en casos graves a trastornos psicopatológicos.

En línea con esto, Arteaga et al. (2022) añaden que la sobreutilización de estos dispositivos trae consigo conflictos en distintos ámbitos de la vida de los adolescentes, afectando tanto sus relaciones personales como su rendimiento académico y su bienestar físico y emocional. Por tanto, el descontrol en el uso de los smartphones puede estar relacionado con la procrastinación emocional, ya que las dificultades para gestionar las emociones pueden hacer que se evite enfrentar



tareas o responsabilidades, lo que afecta negativamente la salud emocional y el bienestar general.

Según Jaimes (2021) explica que la procrastinación emocional ocurre cuando los individuos retrasan decisiones o tareas importantes debido a sentimientos negativos como el miedo al fracaso, la ansiedad o la incertidumbre. En lugar de confrontar directamente estas emociones y abordar las responsabilidades, optan por postergar, lo que genera un ciclo de postergación constante. Esta tendencia puede afectar la productividad, disminuir la autoconfianza y deteriorar el bienestar general, ya que se evita enfrentar los desafíos y, en consecuencia, las emociones negativas se intensifican.

Además, es importante destacar el bajo porcentaje del 0,8% de adolescentes que presentan un nivel bajo de pérdida de control y conflictos derivados, lo que indica que estos adolescentes no muestran dependencia ni uso descontrolado del smartphone. Como consecuencia, la procrastinación emocional también es baja, lo que demuestra que estos adolescentes asumen la responsabilidad de cumplir con sus actividades y responsabilidades. Este comportamiento contribuye a que no eviten ni pospongan la expresión o gestión de sus emociones.

4.1.3. Resultados del objetivo específico 3: Analizar la relación entre la tolerancia e interferencia con otras actividades relacionadas con la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3°, 4° y 5° grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, año 2023.

Tabla 9

Tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación académica en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023.

Tolerancia e interferencia con otras actividades	Procrastinación académica						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	14	5.5%	0	0.0%	0	0.0%	14	5.5%
Alto	123	48.6%	12	4.7%	2	0.8%	137	54.2%
Promedio	36	14.2%	14	5.5%	3	1.2%	53	20.9%
Bajo	19	7.5%	12	4.7%	7	2.8%	38	15.0%
Muy bajo	2	0.8%	5	2.0%	4	1.6%	11	4.3%
Total	194	76.7%	43	17.0%	16	6.3%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 9 se muestra que del 100% de adolescentes encuestados, el 48.6% presenta un nivel alto de tolerancia e interferencia con otras actividades reflejando un nivel alto de tolerancia e interferencia con otras actividades, lo que significa que los adolescentes hacen uso intermitente y descontrolado del celular en momentos inapropiados, como es durante las clases, en la realización de actividades académica, familiares e incluso antes de dormir. Este comportamiento evidencia una dependencia significativa del dispositivo, ya que los adolescentes lo utilizan desde el momento en que se despiertan, incluso afectando su sueño al



permanecer conectados hasta altas horas de la noche, lo que resulta en una disminución de las horas de descanso debido a la atención constante a mensajes, llamadas, redes sociales, notificaciones, etc.

Este alto nivel de interferencia con otras actividades refleja una pérdida de prioridad y enfoque en las responsabilidades académicas y personales, por lo que el nivel de la procrastinación académica fue alto, demostrando que los adolescentes posponen actividades académicas a última hora. Además, se demuestra que el tiempo dedicado al dispositivo desplaza el tiempo que debería destinarse al estudio y a la realización de tareas escolares, lo que conlleva a un rendimiento académico deficiente y un mayor estrés para los adolescentes.

Un dato adicional relevante es que el 5.5% de los adolescentes muestra un nivel muy alto de tolerancia e interferencia con otras actividades, lo que indica que están dispuestos a dedicar una cantidad significativa de tiempo y energía al uso del smartphone, incluso a costa de otras actividades importantes en su vida diaria, como el estudio. Esto se refleja en el alto nivel de procrastinación académica, donde estos adolescentes tienden a retrasar o posponer responsabilidades académicas, como hacer tareas o estudiar para exámenes, debido a la adicción al smartphone y la priorización de actividades relacionadas con el dispositivo por encima de sus obligaciones académicas.

Según Sandua (2023), la interferencia en las actividades hace referencia a la necesidad de los usuarios de incrementar tanto el tiempo como la intensidad de su interacción con los dispositivos para obtener los mismos resultados, lo que acaba afectando otras áreas importantes de la vida cotidiana, como el trabajo, los estudios, las relaciones sociales y el tiempo de descanso. Esta dependencia de los



dispositivos lleva a los individuos a priorizar su uso en detrimento de estas otras actividades, lo que puede desencadenar en procrastinación académica, especialmente en los adolescentes.

En este sentido, Marquina et al. (2020), que la procrastinación académica tiene consecuencias negativas, ya que los adolescentes tienden a sustituir las tareas escolares por distracciones como los videojuegos, el descanso, la televisión o las redes sociales, lo que dificulta su progreso y afecta directamente su rendimiento. Además, Domínguez - Lara (2017) señala que la falta de una planificación adecuada y la tendencia a posponer las tareas contribuye a la acumulación de responsabilidades, lo que aumenta la probabilidad de no completarlas y perjudica el historial académico de los estudiantes.

Es importante señalar también que un pequeño porcentaje de adolescentes, el 1.6%, muestra un nivel muy bajo de tolerancia e interferencia con otras actividades, lo que sugiere que estos adolescentes no están tan afectados por la necesidad compulsiva de usar sus dispositivos móviles. Este grupo es capaz de equilibrar mejor sus actividades diarias, lo que se refleja en un nivel bajo de procrastinación académica. Estos adolescentes tienen menos probabilidades de posponer sus responsabilidades académicas y pueden enfocarse más eficazmente en sus estudios y tareas escolares.

Tabla 10

Tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación familiar en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023

Tolerancia e interferencia con otras actividades	Procrastinación familiar						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	7	2.8%	5	2.0%	2	0.8%	14	5.5%
Alto	48	19.0%	47	18.6%	42	16.6%	137	54.2%
Promedio	7	2.8%	19	7.5%	27	10.7%	53	20.9%
Bajo	1	0.4%	10	4.0%	27	10.7%	38	15.0%
Muy bajo	1	0.4%	0	0.0%	10	4.0%	11	4.3%
Total	64	25.30%	81	32.02%	108	42.69%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 10 se muestra que del 100% de adolescentes encuestados, el 19,0% de los adolescentes encuestados presenta un alto nivel de tolerancia e interferencia con otras actividades, acompañado de un alto nivel de procrastinación familiar. Esto refleja una dependencia significativa hacia los dispositivos móviles, en la que los adolescentes dedican una gran cantidad de tiempo a interactuar con sus smartphones, desplazando actividades fundamentales como el estudio, la interacción familiar, el tiempo de ocio y las relaciones interpersonales. Cruz et al. (2019), este comportamiento está relacionado con la dificultad para controlar los impulsos hacia el uso del celular, lo que conduce a priorizar actividades poco relevantes o incluso a omitir responsabilidades importantes. Asimismo, Etchevers et al. (2021) explican que la tolerancia al uso excesivo del smartphone implica que los usuarios requieren aumentar el tiempo o la intensidad de interacción con el dispositivo para obtener los mismos niveles de satisfacción, provocando que otras áreas de su vida sean relegadas.



Desde esta perspectiva, el alto nivel de procrastinación familiar observado en este grupo indica un patrón de postergación de responsabilidades domésticas, a pesar de tener la intención de cumplirlas. Esto podría deberse a que las tareas del hogar suelen percibirse como menos gratificantes o incluso desagradables, lo cual coincide con Guevara y Contreras (2019), quienes señalan que la procrastinación familiar ocurre cuando las personas retrasan voluntariamente sus responsabilidades debido a una falta de motivación derivada de esta percepción negativa.

Otro dato a resaltar en esta tabla es que el 10,7% de adolescentes muestran nivel bajo de tolerancia e interferencia con otras actividades, reflejando que los adolescentes no está se encuentran involucrados del todo con sus dispositivos móviles y en comparación con otros grupos, su baja tolerancia e interferencia con el uso del smartphone hace que puedan equilibrar de manera más efectiva el uso de la tecnología con otras actividades importantes en sus vidas, por consiguiente, la procrastinación familiar también fue bajo, demostrando que no postergan o retrasan sus interacciones y obligaciones familiares debido al uso del smartphone. El cual se complementa, con el porcentaje menor de 4,0% de adolescentes que muestran nivel muy bajo de tolerancia e interferencia con otras actividades y el nivel de procrastinación familiar también fue bajo.

En conjunto, estos datos refuerzan la idea de que el grado de dependencia hacia los dispositivos móviles influye directamente en la capacidad de los adolescentes para gestionar sus responsabilidades familiares.

Tabla 11

Tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación emocional en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023

Tolerancia e interferencia con otras actividades	Procrastinación emocional						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	14	5.5%	0	0.0%	0	0.0%	14	5.5%
Alto	125	49.4%	9	3.6%	3	1.2%	137	54.2%
Promedio	29	11.5%	20	7.9%	4	1.6%	53	20.9%
Bajo	14	5.5%	14	5.5%	10	4.0%	38	15.0%
Muy bajo	0	0.0%	2	0.8%	9	3.6%	11	4.3%
Total	182	71.9%	45	17.8%	26	10.3%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 11 se observa que, del 100% de los adolescentes encuestados, el 49,4% presenta un nivel alto de tolerancia e interferencia con otras actividades, lo que evidencia un uso excesivo e inadecuado del smartphone, incluso en momentos inapropiados, como durante comidas, clases o interacciones sociales. Este uso prolongado, especialmente hasta altas horas de la noche, afecta negativamente su patrón de sueño y la calidad de su descanso. Además, este grupo muestra un nivel alto de procrastinación emocional, caracterizada por la postergación voluntaria de responsabilidades debido a la falta de deseo de enfrentarlas. Esto refleja un comportamiento evitativo y una dependencia significativa hacia el dispositivo, generando dificultades para manejar emociones y resolver problemas emocionales.

Según Etchevers, et al. (2021) destacan que el uso excesivo del smartphone genera tolerancia, impulsando a las personas a buscar más estimulación digital.



En adolescentes, este hábito puede posponer el manejo de emociones, favoreciendo la procrastinación emocional.

Además, el 5,5% de los adolescentes presenta un nivel muy alto de tolerancia e interferencia, asociado igualmente a un alto nivel de procrastinación emocional. Esto sugiere una dependencia extrema del smartphone, en la que los adolescentes recurren al dispositivo como un medio para evitar enfrentarse a sus emociones o responsabilidades, exacerbando las dificultades para manejar su bienestar emocional.

Según Ferrari (1992, citado por Guevara y Contreras, 2019), la procrastinación emocional está vinculada a un tipo de procrastinador evitativo, quien posterga actividades debido a una aversión intrínseca, generalmente motivada por el temor al fracaso y la confrontación de sus limitaciones. Esto podría explicar por qué los adolescentes en los niveles altos de dependencia tecnológica muestran una mayor tendencia a evitar responsabilidades importantes.

Por otro lado, un 3,6% de los adolescentes reporta un nivel muy bajo de tolerancia e interferencia con otras actividades, lo que refleja un control saludable sobre el uso de los smartphones. Este grupo también presenta un nivel bajo de procrastinación emocional, lo que indica una mayor capacidad para manejar sus emociones de manera constructiva y enfrentar oportunamente las situaciones que les generan estrés emocional. Esto demuestra que un uso equilibrado de los dispositivos móviles contribuye al bienestar emocional y a la resolución eficaz de problemas.

4.1.4. Resultados del objetivo general: Relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023

Tabla 12

Adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes 3ero, 4to y 5to grado de la I.E.S. San Martín de Juliaca, 2023

Adicción al Smartphone	Procrastinación						Total	
	Alto		Medio		Bajo		N	%
	N	%	N	%	N	%		
Muy alto	1	0.4%	0	0.0%	0	0.0%	1	0.40%
Alto	68	26.9%	7	2.8%	4	1.6%	79	31.2%
Promedio	60	23.7%	48	19.0%	10	4.0%	118	46.6%
Bajo	8	3.2%	20	7.9%	12	4.7%	40	15.8%
Muy bajo	0	0.0%	1	0.4%	14	5.5%	15	5.9%
Total	137	54.2%	76	30.0%	40	15.8%	253	100.0%

Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

En la tabla 12 se muestra que del 100% de adolescentes encuestados, el 26,9% de los adolescentes muestran nivel alto de adicción al smartphone, demostrando que los adolescentes tienen tendencia a uso descontrolado del celular, lo que significa que están experimentando el uso frecuente y prolongado del smartphone, incluso en situaciones inapropiadas o perjudiciales, como durante las clases, las comidas familiares o antes de dormir y el nivel de procrastinación fue alto, demostrando que los adolescentes muestran una tendencia significativa a postergar las responsabilidades y tareas importantes en sus vidas, el cual se manifiesta en demoras en la realización de deberes escolares, la procrastinación en la preparación para exámenes o la postergación de actividades



extracurriculares, el cual suele ocurrir por la distracción causada por el uso excesivo del smartphone, así como a la falta de habilidades de gestión del tiempo o motivación intrínseca.

Otro dato a resaltar en esta tabla que complementa con estos datos, es que el 0,4% DE adolescente, muestra un nivel muy alto de adicción al smartphone y el nivel de procrastinación fue alto, reflejando que este pequeño porcentaje de adolescentes está experimentando un grado extremadamente preocupante de dependencia del dispositivo móvil, lo que puede resultar en un deterioro significativo en su funcionamiento académico, social y emocional.

La adicción al smartphone se refiere al uso compulsivo y excesivo de dispositivos móviles, lo que genera efectos negativos en el bienestar físico, mental y social de los individuos. Este comportamiento se manifiesta a través de la dedicación prolongada de tiempo a los smartphones, descuidando responsabilidades importantes, dificultades para controlar el uso del dispositivo y la búsqueda constante de placer al utilizarlo. Según Sandua (2023), este fenómeno se ve intensificado por la amplia disponibilidad y accesibilidad de los smartphones, sumada a la proliferación de aplicaciones, juegos y redes sociales. Estos factores crean un ambiente favorable para la dependencia y la adicción, especialmente entre los jóvenes (p. 14). En consecuencia, la adicción al smartphone puede fomentar la procrastinación, ya que proporciona una fuente continua de distracción y gratificación instantánea, lo que lleva a los adolescentes a posponer tareas y responsabilidades importantes para dedicar más tiempo a sus dispositivos, afectando negativamente su productividad y rendimiento académico.



Al respecto, Otero – Potosí (2023) señala que la procrastinación se define como la acción de posponer o retrasar deliberadamente actividades, tareas y responsabilidades. Este comportamiento suele estar vinculado con la falta de interés, motivación o ansiedad respecto al cumplimiento de una tarea. Cuando no se gestiona adecuadamente, la procrastinación puede tener consecuencias negativas en el rendimiento y desempeño de las personas. La procrastinación, combinada con la adicción al smartphone, puede agravar estos problemas, contribuyendo a un ciclo en el que el uso excesivo del dispositivo impide el cumplimiento de responsabilidades académicas y personales, afectando así la salud mental y el éxito académico de los adolescentes.

Además, es importante resaltar que el 5,5% de adolescentes muestran nivel muy bajo de adicción al smartphone y el nivel procrastinación fue bajo, demostrando que los adolescentes tienen un control saludable sobre su uso de teléfonos móviles y demuestran una capacidad eficiente para completar sus responsabilidades sin demoras significativas.

Además, un 0,4% de los adolescentes tiene un nivel muy bajo de adicción al smartphone, pero su nivel de procrastinación es medio, lo que indica que no postergan tareas por el uso del celular, sino por otros factores subyacentes como la falta de habilidades de organización, motivación intrínseca para realizar tareas o la presencia de distractores externos, como problemas familiares o personales. Esto evidencia que el uso del smartphone no es el único ni el principal factor que contribuye a la procrastinación, y es esencial considerar las circunstancias individuales que afectan este comportamiento para abordarlo eficazmente.



Gutiérrez (2023) señala que la adolescencia es una etapa de transición marcada por cambios físicos, emocionales y cognitivos significativos. Durante este período, los jóvenes enfrentan dificultades para gestionar su tiempo y asumir responsabilidades, lo que puede llevar a la procrastinación. Este comportamiento, que implica posponer tareas importantes, es común en esta fase debido a factores como la falta de habilidades de planificación, la influencia de distracciones digitales y la necesidad de buscar identidad. Estos factores no solo afectan el rendimiento académico, sino que también tienen repercusiones en la salud mental de los adolescentes. Por lo tanto, es crucial comprender estos aspectos para diseñar estrategias adecuadas que ayuden a mitigar los efectos negativos de la procrastinación en esta etapa.

La teoría de la estructuración, propuesta por Giddens (1984) y citada en Schuster Fonseca (1993), plantea que las estructuras sociales no solo determinan las acciones de los individuos, sino que también son el resultado de las prácticas cotidianas de estos. En este sentido, el uso activo de smartphones por parte de los adolescentes contribuye a la creación y perpetuación de estructuras sociales donde la conectividad digital se convierte en una norma, lo que afecta sus rutinas y sus relaciones con el tiempo, el espacio y las responsabilidades.

4.2. DISCUSIÓN

En la era digital actual, la creciente prevalencia de la adicción al smartphone entre los adolescentes ha despertado preocupaciones significativas sobre su bienestar emocional y su rendimiento académico. La adicción al smartphone, caracterizada por un uso excesivo e incontrolado del dispositivo, se ha convertido en un fenómeno lo que plantea interrogantes sobre cómo este comportamiento impacta en su propensión a la procrastinación. Por lo que se realizó, este estudio llegando a los siguientes resultados:

Respecto al objetivo general: Determinar la relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023, donde se muestra que el 23,7% de adolescentes presentan nivel promedio de adicción al smartphone y el nivel de procrastinación fue alto. Estos resultados son contrastados con antecedentes previos, como con Pasi3n, et al. (2022) quienes encontraron que el 50,8% de alumnos muestran grado de adicción moderado a redes sociales y el nivel procrastinaci3n fue moderado con 52,0%, Carranza y Rosales (2023) demostraron que los alumnos muestran grado alto de adicci3n a redes sociales con 33,1% y el nivel en que procrastina actividades acad3micas es alto con 32,2%, adem3s concluy3 que existe una correlaci3n alta, directa y significativa entre las variables tratados, asimismo Villag3mez, et al. (2023) quien demostr3 que los adolescentes presentan nivel alto de procrastinaci3n, siendo mayor en mujeres con 31,1% a diferencia de los varones con 15%, asimismo Bed3n y Flores (2023) demostr3 que la postergaci3n de tareas fue de grado alto con 51,2%, datos que hacen que los alumnos se encuentren propensos a caer en la adicci3n de redes sociales e internet. Mientras el contraste de los resultados con antecede, se resalta que mientras los adolescentes hagan uso mayor de smartphone, la procrastinaci3n tambi3n ser3 mayor. Demostrando que es esencial comprender la relaci3n entre el nivel de adicci3n de smartphones y el nivel de



procrastinación para desarrollar estrategias efectivas de intervención y apoyo que ayuden a los adolescentes a manejar de manera saludable su uso de la tecnología y mejorar su capacidad para gestionar el tiempo y las responsabilidades.

En cuanto al primero objetivo específico: Establecer la relación entre la abstinencia al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023, donde se muestra que el 35,2% de adolescentes presentaron nivel de abstinencia en promedio y el nivel de procrastinación académica fue alta, a nivel familiar fue bajo y a nivel emocional fue promedio. Estos resultados concuerdan con el estudio Ccapa (2022) quien demostró que “existe relación significativa y directa ($Rho = .962$; $p = .000$) entre dependencia al celular y procrastinación académica en alumnos de psicología de una institución privada de Juliaca”, de igual manera con Guevara y Contreras (2019) donde concluyeron que “existe relación significativa y moderada ($\rho = .270$, $p = .000$) entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación académica en estudiantes”. Mediante el contraste de resultados con antecedentes, se resalta que es importante estudiar la abstinencia como dimensión de la adicción al celular y su relación con la procrastinación académica, familiar y emocional, dado que la abstinencia puede revelar la intensidad del apego emocional y psicológico que los adolescentes tienen hacia sus teléfonos, así como las consecuencias negativas que experimentan cuando intentan desconectarse. Además, proporciona una comprensión más completa de cómo el uso problemático del celular afecta diferentes áreas de la vida de los adolescentes.

Respecto, al segundo objetivo específico: Identificar la relación entre la pérdida de control y conflictos derivados del uso del smartphone con la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023, donde se muestra que el 33,6% de adolescentes presentaron nivel alto



pérdida de control y conflictos derivados alto; y el nivel de procrastinación académica fue alto, a nivel familiar fue bajo y a nivel emocional fue alto. Estos resultados concuerdan con el estudio de Guevara y Contreras (2019) donde concluyeron que “existe relación significativa y moderada ($\rho = .467$, $p = .000$) entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación familiar en estudiante”, de igual manera con Ccapa (2022) quien demostró que “existe relación significativa y directa ($Rho = .771$; $p = .000$) entre dependencia al celular y procrastinación familiar en alumnos de una institución privada de Juliaca”. Por tanto, se refleja que es esencial determinar la relación entre la pérdida de control y conflictos derivados del uso del smartphone con la procrastinación en adolescentes.

Analizar la relación entre la tolerancia e interferencia con otras actividades y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca durante el 2023, donde se muestra que el 48,6% de adolescentes presentaron nivel alto de tolerancia e interferencia con otras actividades y el nivel de procrastinación académica fue alto, a nivel familiar fue alto y a nivel emocional fue alto. Estos resultados concuerdan con el estudio de Rodríguez (2023) quien demostró que la tolerancia e interferencia con otras actividades guarda correlación positiva con la postergación de actividades, además concluyó que existe correlación directa y significativa entre la adicción a internet y procrastinación académica. Asimismo, Ccapa (2022) quien demostró que “existe relación significativa y directa ($Rho = .887$; $p = .000$) entre dependencia al celular y procrastinación emocional en alumnos de psicología de una institución privada de Juliaca”. De igual manera con Guevara y Contreras (2019) donde concluyeron que “existe relación significativa y moderada ($\rho = .576$, $p = .000$) entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación emocional en estudiantes”. Mediante el contraste de resultados con estudios preliminares, se resalta que es crucial



analizar la relación entre la tolerancia e interferencia con otras actividades y la procrastinación en adolescentes porque proporciona una comprensión más profunda de cómo el uso excesivo del smartphone afecta su capacidad para priorizar responsabilidades, abordar problemas emocionales y gestionar eficazmente su tiempo.

4.3. COMPROBACIÓN DE LAS HIPÓTESIS

4.3.1. Prueba de hipótesis específica 1

Planteamiento de hipótesis

Ho : No existe una relación significativa entre la abstinencia por uso del smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.

Ha : Existe una relación significativa entre la abstinencia por uso del smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.

Regla de decisión

Se rechaza Ha : $Rho = 0,000$; $sig(p) > 0,05$

Se rechaza Ho : $Rho \neq 0,000$; $sig(p) < 0,05$

Determinación de Rho de Spearman

Tabla 13

Rho de Spearman de Abstinencia y procrastinación en adolescentes 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023.

Rho de Spearman		Procrastinació n	Dimensiones		
			Académica	Familiar	Emocional
Abstinencia	Rho	,364**	,308**	,402**	,288**
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000
	N	253	253	253	253

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

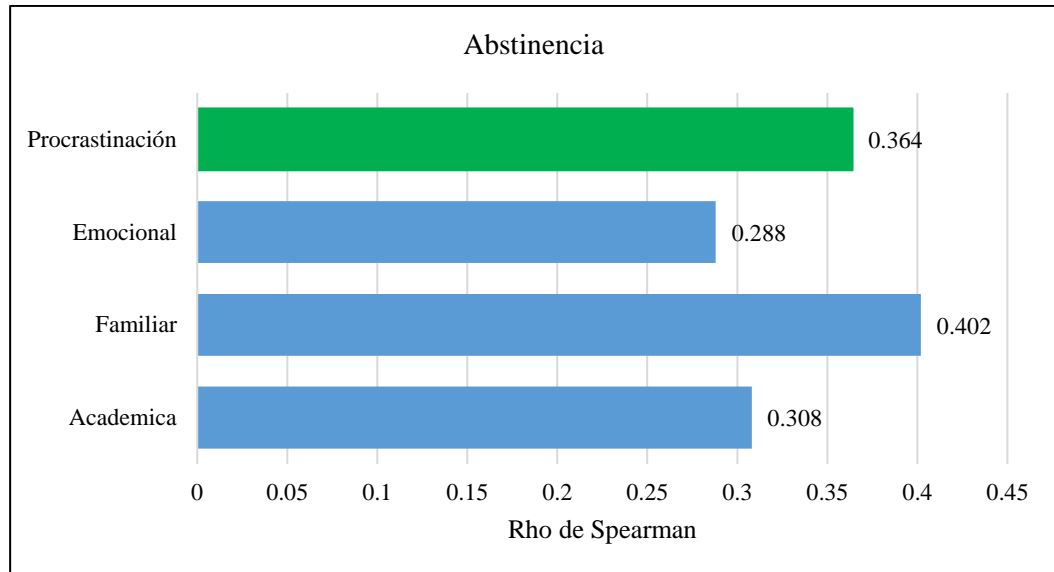
En la tabla 13 se muestra la contrastación de la primera hipótesis específica mediante el coeficiente de Rho de Spearman, donde se contrasta que el valor de Rho es igual a 0,364**, con nivel de significancia igual a 0,000 resultando ser menor que 0,05 cumpliendo con la regla decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de la investigación, demostrando que existe relación significativa entre abstinencia y la procrastinación. Además, el valor de Rho = 0,364** indica que la correlación es positiva baja. Concluyendo que existe una relación positiva baja y significativa entre la abstinencia y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023

Además, el coeficiente de correlación Rho de Spearman se realizó con cada una de las dimensiones de procrastinación siendo la más relevante la dimensión abstinencia y procrastinación familiar (0,402**), seguido de procrastinación académica (0,308**) y finalmente con procrastinación emocional (0,288**), dichas dimensiones contemplan una correlación positiva, lo cual significa que a mayor abstinencia que tengan los adolescentes, mayor será la

procrastinación familiar seguido de lo académico y emocional en los adolescentes de la institución educativa secundaria San Martín de Juliaca – 2023. A mayor detalle se muestra en la figura 1.

Figura 1

Correlación relevante de la dimensión abstinencia con la procrastinación



Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

4.3.2. Prueba de hipótesis específica 2

Planteamiento de hipótesis

H₀ : No existe una relación significativa entre la pérdida de control y los conflictos derivados, y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca -2023.

H_a : Existe una relación significativa entre la pérdida de control y los conflictos derivados, y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca -2023.

Regla de decisión

Se rechaza H_a : $Rho = 0,000$; $sig(p) > 0,05$

Se rechaza H_o : $Rho \neq 0,000$; $sig(p) < 0,05$

Determinación de Rho de Spearman

Tabla 14

Rho de Spearman de Pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023.

Rho de Spearman		Procrastinación	Dimensiones		
			Académica	Familiar	Emocional
Pérdida de control	Rho	,408**	,323**	,332**	,409**
y conflictos	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000
derivados	N	253	253	253	253

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

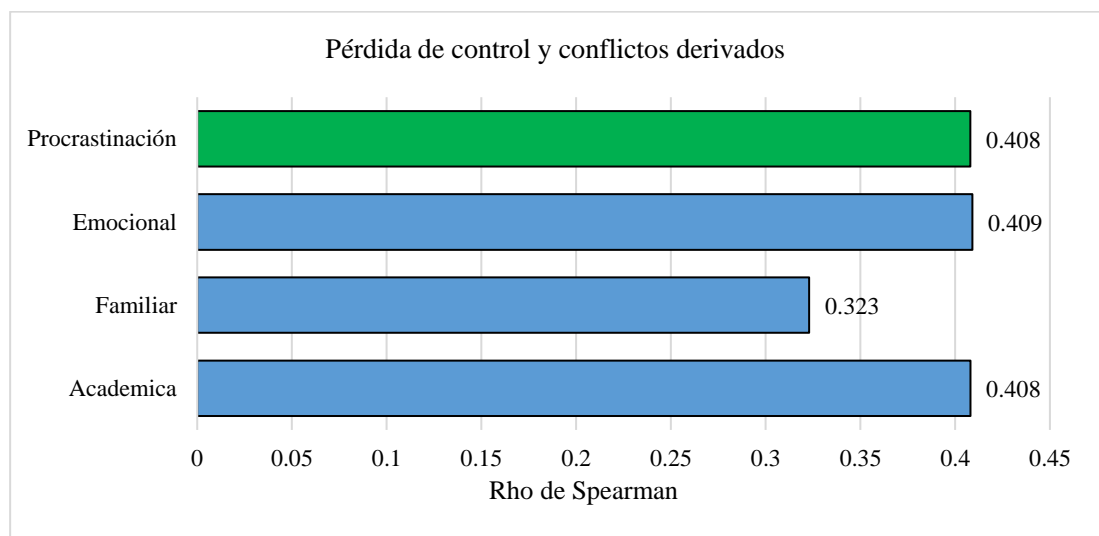
En la tabla 14 se muestra la contrastación de la segunda hipótesis específica mediante el coeficiente de Rho de Spearman, donde se contrasta que el valor de Rho es igual a 0,408**, con nivel de significancia igual a 0,000 resultando ser menor que 0,05 cumpliendo con la regla de decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de la investigación, demostrando que existe relación significativa entre la pérdida de control y conflictos derivados, y la procrastinación. Además, el valor de $Rho = 0,408^{**}$ indica que la correlación es positiva moderada. Concluyendo que existe una relación positiva moderada y significativa entre la pérdida de control y los conflictos derivados, y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023.

Además, el coeficiente de correlación Rho de Spearman se realizó con cada una de las dimensiones de procrastinación siendo la más relevante la

dimensión pérdida de control y conflictos derivados y procrastinación emocional (0,409**), seguido de procrastinación familiar (0,332**) y finalmente con procrastinación emocional (0,323**), dichas dimensiones contemplan una correlación positiva, lo cual significa que a medida que aumenta la pérdida de control y conflictos derivados por los adolescentes, también aumenta la procrastinación emocional seguido de lo familiar y académico en los adolescentes de la institución educativa secundaria San Martín de Juliaca – 2023. A mayor detalle se muestra en la figura 2.

Figura 2

Correlación relevante de la dimensión pérdida de control y conflictos derivados con la procrastinación.



Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

4.3.3. Prueba de hipótesis específica 3

Planteamiento de hipótesis

Ho : No existe relación significativa entre la tolerancia e interferencia con otras actividades relacionada con la adicción al smartphone y la procrastinación

en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca - 2023.

Ha : Existe una relación significativa entre la tolerancia e interferencia con otras actividades relacionada con la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca - 2023.

Regla de decisión

Se rechaza Ha : $Rho = 0,000$; $sig(p) > 0,05$

Se rechaza Ho : $Rho \neq 0,000$; $sig(p) < 0,05$

Determinación de Rho de Spearman

Tabla 15

Rho de Spearman de tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023.

Rho de Spearman		Procrastinación	Dimensiones		
			Académica	Familiar	Emocional
Tolerancia e	Rho	,554**	,455**	,406**	,587**
interferencia	Sig.	,000	,000	,000	,000
con otras	(bilateral)				
actividades	N	253	253	253	253

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

En la tabla 15 se muestra la contrastación de la tercera hipótesis específica mediante el coeficiente de Rho de Spearman, donde se contrasta que el valor de Rho es igual a 0,554**, con nivel de significancia igual a 0,000 resultando ser menor que 0,05 cumpliendo con la regla decisión de rechazar la hipótesis nula y

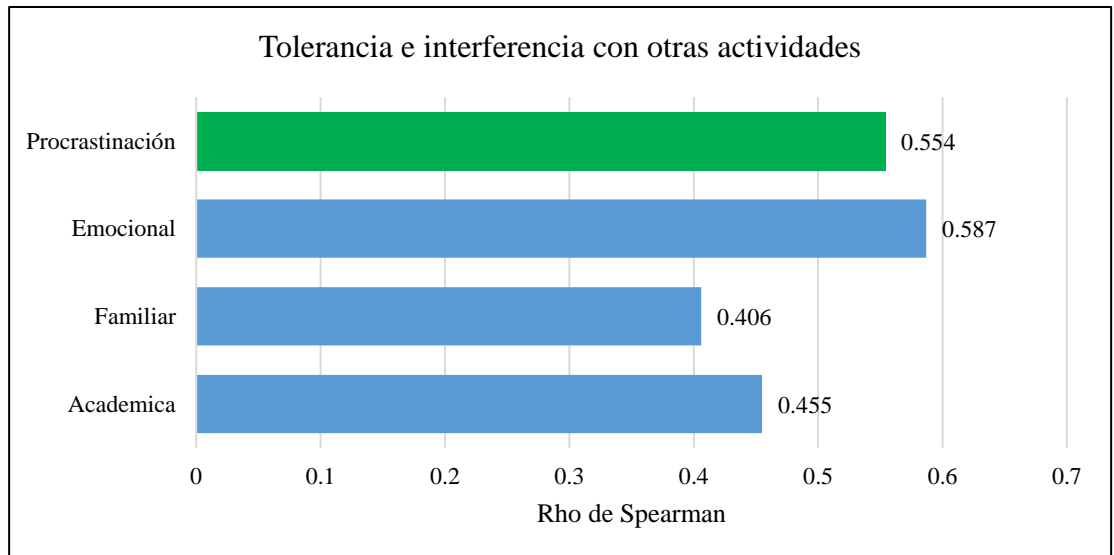


aceptar la hipótesis de la investigación, demostrando que existe relación significativa entre la tolerancia e interferencia con otras actividades y la procrastinación. Además el valor de $Rho = 0,554^{**}$ indica que la correlación es positiva moderada. Concluyendo que existe una relación positiva moderado y significativa entre la tolerancia e interferencia con otras actividades y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023

Además, el coeficiente de correlación Rho de Spearman se realizó con cada una de las dimensiones de procrastinación siendo la más relevante la dimensión tolerancia e interferencia con otras actividades y procrastinación emocional ($0,587^{**}$), seguido de procrastinación académica ($0,455^{**}$) y finalmente con procrastinación familiar ($0,406^{**}$), dichas dimensiones contemplan una correlación positiva, lo cual significa que a medida que aumenta la tolerancia e interferencia con otras actividades por los adolescentes, también aumenta la procrastinación emocional seguido de lo académico y familiar en los adolescentes de la institución educativa secundaria San Martín de Juliaca – 2023. A mayor detalle se muestra en la figura 3.

Figura 3

Correlación relevante de la dimensión tolerancia e interferencia con otras actividades con la procrastinación



Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”

4.3.4. Prueba de hipótesis general

Planteamiento de hipótesis

Ho : No existe una relación significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en 2023.

Ha : Existe una relación significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en 2023.

Regla de decisión

Se rechaza H_a : $Rho = 0,000$; $sig(p) > 0,05$

Se rechaza H_o : $Rho \neq 0,000$; $sig(p) < 0,05$

Determinación de Rho de Spearman

Tabla 16

Rho de Spearman de adicción al smartphone y procrastinación en adolescentes de 3ro, 4to y 5to de la I.E.S. San Martín de Juliaca-2023.

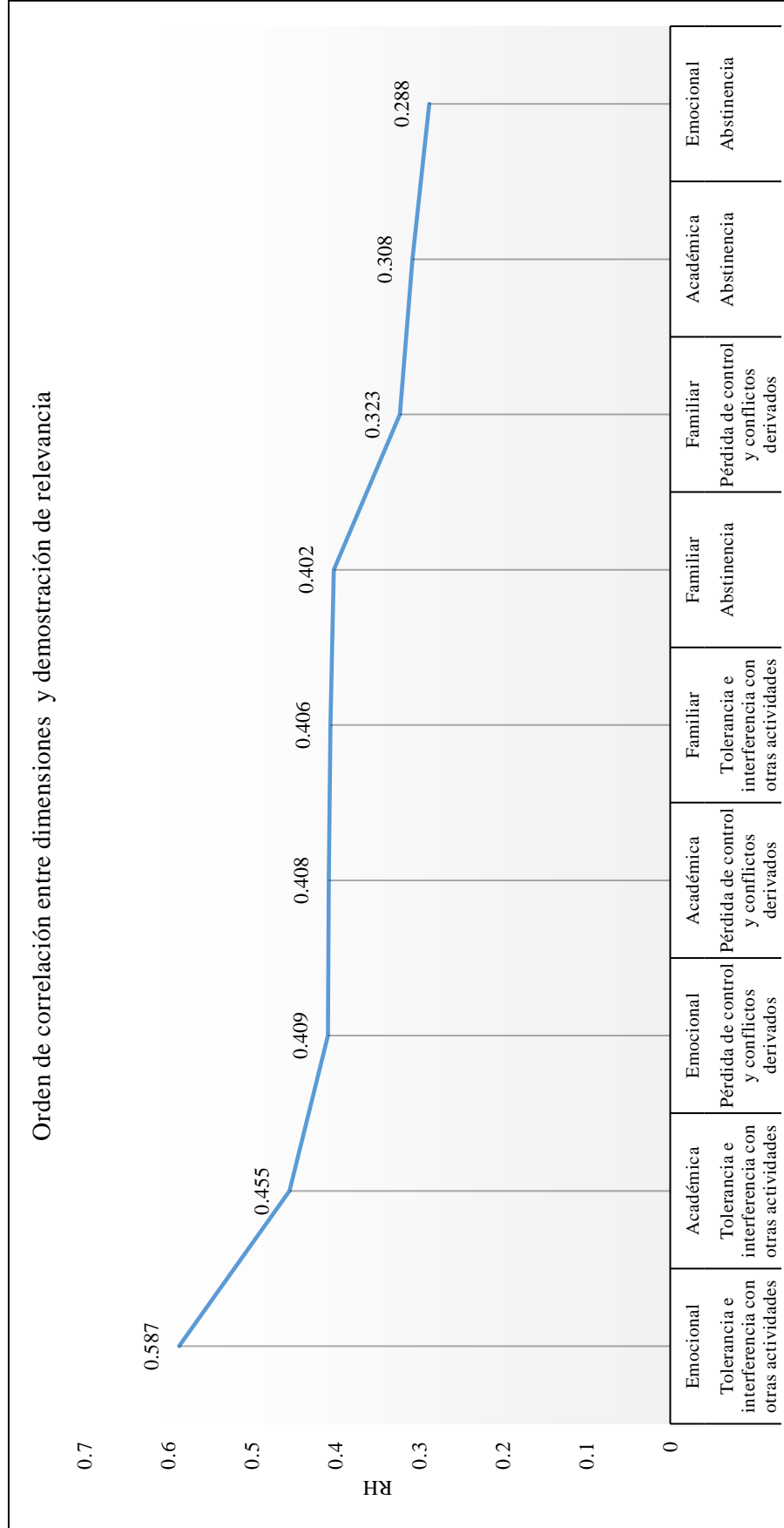
Rho de Spearman	Procrastinación
Adicción al Smartphone	Coefficiente de correlación
	Sig. (bilateral)
	N

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

En la tabla 16 se muestra la contrastación de la hipótesis general mediante el coeficiente de Rho de Spearman, donde se contrasta que el valor de Rho es igual a 0,554**, con nivel de significancia igual a 0,000 resultando ser menor que 0,05 cumpliendo con la regla de decisión de rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis de la investigación, demostrando que existe relación significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación. Además, el valor de $Rho = 0,554^{**}$ indica que la correlación es positiva moderada. Concluyendo que existe una relación positiva moderada y significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023

Figura 4

Demostración de correlación y relevancia entre dimensiones según Rho de Spearman



Fuente: “Elaborado por el equipo de trabajo”



V. CONCLUSIONES

PRIMERA: Se confirma que existe una relación significativa entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. Los resultados obtenidos mostraron que el 26,9% de los estudiantes con alta adicción al smartphone presentan también niveles elevados de procrastinación. La correlación de Spearman muestra un valor de $Rho = 0,554$, con un nivel de significancia $p = 0,000$, lo cual indica que la relación entre ambas variables es estadísticamente significativa ($p < 0,05$). Este valor de $Rho = 0,554$ sugiere una correlación positiva moderada, lo que implica que, a medida que aumenta el grado de adicción al smartphone, también se observa un aumento en los niveles de procrastinación en los adolescentes.

SEGUNDA: La abstinencia en el uso del smartphone muestra una relación directa con la procrastinación, con un valor de correlación de $Rho = 0,364$. Este valor indica una relación positiva y baja entre ambas variables, lo que sugiere que, aunque la correlación es significativa, no es extremadamente fuerte. Además, el valor de significancia ($p = 0,000$) es menor que 0,05, confirmando la existencia de una relación significativa entre la abstinencia y la procrastinación los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. Una relación especialmente relevante se observa en la dimensión de procrastinación familiar, donde el valor de $Rho = 0,402$ indica una correlación positiva moderada. En este caso, el 21,3% de los adolescentes



con baja abstinencia al smartphone también presentan niveles bajos de procrastinación familiar, sugiriendo que, a medida que aumenta la abstinencia en el uso del smartphone, también tiende a incrementarse la procrastinación en el ámbito familiar en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.

TERCERA: La pérdida de control y los conflictos derivados del uso del smartphone muestran una relación directa con la procrastinación, con un valor de correlación de $Rho = 0,408$. Este valor indica una correlación positiva moderada entre ambas variables, lo que sugiere que, aunque la relación es significativa. Además, el valor de significancia ($p = 0,000$) es menor que $0,05$, lo que confirma la existencia de una relación significativa entre la pérdida de control, los conflictos derivados del uso del smartphone y la procrastinación en adolescentes. Una relación especialmente relevante se observa en la dimensión de procrastinación emocional, donde el valor de $Rho = 0,409$ indica una correlación positiva moderada. En este caso, el $33,2\%$ de los adolescentes con alta pérdida de control y conflictos derivados también presentan altos niveles de procrastinación emocional, sugiriendo que, a medida que aumenta la pérdida de control y los conflictos derivados del uso del smartphone, también tiende a incrementarse la procrastinación emocional en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.

CUARTA: La tolerancia e interferencia con otras actividades muestra una relación directa con la procrastinación, con un valor de correlación $Rho = 0,554$, lo que indica una correlación positiva moderada entre ambas variables. El valor de significancia ($p = 0,000$), menor a $0,05$, confirma que existe una



relación significativa entre la tolerancia e interferencia con otras actividades y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. Los resultados sugieren que, a medida que aumenta la tolerancia e interferencia con otras actividades, también se incrementa la procrastinación en los adolescentes. Una relación particularmente relevante se observa en la dimensión emocional, donde el valor de $Rho = 0,587$ indica una correlación positiva moderada. En este caso, el 49,4% de los adolescentes con alta tolerancia e interferencia con otras actividades también presentan altos niveles de procrastinación emocional. Le sigue la procrastinación académica con un valor de $Rho = 0,455$, donde el 48,6% de los adolescentes con alta tolerancia e interferencia también presentan altos niveles de procrastinación académica.



VI. RECOMENDACIONES

PRIMERA: Se recomienda que, en coordinación con el Ministerio de Educación (MINEDU) y las Unidades de Gestión Educativa Local (UGEL), las instituciones educativas diseñen e implementen un programa integral de educación y prevención sobre el uso responsable de los smartphones, así como protocolos de intervención para abordar casos de adicción. Este programa debe incluir sesiones informativas y talleres interactivos dirigidos a estudiantes, docentes y familias, donde se aborden los riesgos asociados a la adicción al smartphone, su impacto en la procrastinación y estrategias efectivas para la gestión del tiempo. El MINEDU podría proporcionar directrices y recursos pedagógicos, mientras que las UGEL y los colegios deberían asumir la responsabilidad de llevar a cabo la implementación, seguimiento y evaluación de estas acciones a nivel local.

SEGUNDA: Se recomienda que las instituciones educativas, en colaboración con la Oficina de Psicopedagogía y la Oficina de Tutoría, desarrollen e implementen talleres dirigidos a estudiantes y sus familias, enfocados en la gestión del uso del smartphone en el hogar. Estos talleres deberían tratar estrategias para mejorar la comunicación familiar, reducir la dependencia digital y disminuir la procrastinación. A nivel macro, el MINEDU y las UGEL pueden brindar apoyo en la creación de materiales educativos y promover la participación activa de las familias en estas actividades.

TERCERA: Se recomienda que las instituciones educativas, en colaboración con la Oficina de Psicopedagogía y la Oficina de Tutoría, diseñen intervenciones terapéuticas específicas para los estudiantes que experimenten altos niveles de dependencia o conflicto derivados del uso del smartphone. Estas



intervenciones pueden incluir sesiones de apoyo psicológico centradas en el manejo de emociones y la regulación del uso del dispositivo. A nivel macro, el MINEDU y las UGEL deben proporcionar formación y recursos para fortalecer la capacidad de los colegios en ofrecer apoyo psicológico y terapéutico adecuado.

CUARTA: Se recomienda que las instituciones educativas, en conjunto con el MINEDU y la UGEL, desarrollen e implementen políticas que promuevan un equilibrio en el uso del smartphone y reduzcan su interferencia en las actividades académicas y emocionales de los estudiantes. Estas políticas deben incluir la regulación del tiempo de uso de la tecnología, la programación de descansos regulares y la promoción de actividades extracurriculares. El MINEDU puede proporcionar lineamientos y recursos, mientras que las UGEL y los colegios deben asegurarse de que estas políticas sean adaptadas e implementadas de manera efectiva en el contexto local.



VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Altamirano, C., & Rodríguez, M. (2021, diciembre). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3).
<https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Álvarez, M., & Moral, M. (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Revista Health and Addictions/Salud y Drogas*, 20(1), 113–125.
<https://doi.org/10.21134/haaj.v20i1.487>
- Armayones, M. (2016). *El efecto smartphone: Conectarse con sentido*. Barcelona: Editorial UOC.
- Arteaga, H., Quispe, N., Sánchez, K., Polin, J., Coronado, J., & Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva peruana. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 3–13.
<https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 163–378.
<http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica* (6a ed.).
https://www.researchgate.net/publication/301894369_EL_PROYECTO_D_E_INVESTIGACION_6a_EDICION
- Ayala, T. C. (2015). Ciencia, docencia y tecnología, 26, 244–270.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14542676011>
- Balkis, M., & Duru, E. (2007). The evaluation of the major characteristics and aspects of procrastination in the framework of psychological counseling and guidance. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 7(1), 376–385.
- Bedón, J., & Flores, V. (2023). Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato. *LATAM Revista*



- Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 598–609.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.276>
- Behar, D. S. (2008). *Metodología de la investigación*. Editorial Shalom.
- Casas, J., Repullo, J., & Donado, J. (2003). La encuesta como técnica de investigación: Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I). *Atención Primaria*, 31(8), 527–538. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-la-encuesta-como-tecnica-investigacion--13047738>
- Carranza, K., & Rosales, N. (2023). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa nacional de Trujillo*. [Tesis de pregrado, Universidad Privada Antenor Orrego, Trujillo].
- Carranza, R., & Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociadas en estudiantes universitarios. *Revista Apuntes Universitarios*, III(2), 95–108.
- Carrasco, S. (2005). *Metodología de investigación científica* (1a ed.). San Marcos.
<https://doi.org/9972-34-242-5>
- Ccapa, B. (2022). *Dependencia a los celulares y procrastinación en estudiantes de psicología de una universidad privada de Juliaca, 2022*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión, Juliaca].
- Cerro, D., Rojo, J., González, M., Madruga, M., & Prieto, J. (2020). Dependencia y adicción al smartphone de una muestra de jóvenes extremeños: Diferencias por sexo y edad. *Revista de Estudios o Investigación*, 17, 35–53.
- Chóliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The test of mobile phone dependence (TMD). *Prog Health Sci*, 2(1), 34–44.
- Choliz, M. (2012). *Test de dependencia al teléfono celular (DCJ)*. Universidad Nacional de San Agustín.



- Chóliz, M. & Villanueva, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 2, 165–183.
- Cruz, D., Torres, L., & Yánac, E. (2019). Efectos de la dependencia al celular en las habilidades sociales de los estudiantes universitarios. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 12(2), 37–45.
<https://doi.org/10.17162/rccs.v12i2.895>
- Cuesta, V. (2019). *Bases psicológicas de la adicción al "smartphone"*. [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid, Madrid].
- Dias, P., & García, J. (2022). Dependencia del móvil e impulsividad: Diferencias entre sexos y rango etario. *Revista Información Psicológica*, 123, 15–23.
<https://doi.org/10.14635/IPSIC.1918>
- Domínguez-Lara, F. (2017). Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con variables demográficas. *Revista de Psicología*, 7(1), 81–95.
- Epalza, M. P. (2014). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Revista Salud Uninorte*, 30(3), 335–346. <https://doi.org/10.14482/sun.30.1.4309>
- Esquiaqui, J., Figueroa, J., & Jiménez, D. (2021). Usos y gratificaciones en los grupos de migrantes de Facebook durante el confinamiento, desde una aproximación sociosemiótica: El caso de colombianos, mexicanos y brasileños en Sevilla. *Revista de Comunicación*.
- Etchevers, V., Navarrete, M., Váldez, G., & Merellano, E. (2021). Niveles de actividad física y uso del smartphone en estudiantes de pedagogía en educación física: Estudio comparativo en dos momentos de la pandemia. *Revista Chilena de Rehabilitación y Actividad Física*, 1–20.
<https://doi.org/10.32457/reaf1.1764>
- Gamero, K., Flores, C., Arias, W., Ceballos, K., Román, A., & Marquina, E. (2016). Estandarización del Test de Dependencia al Celular para estudiantes universitarios de Arequipa. *Revista Persona*, 19(19), 179–200.
<https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.979>



- García, D. (2020). *Uso problemático del smartphone en estudiantes de la Facultad de Enfermería de Valladolid* [Tesis de Pregrado, Universidad de Valladolid].
- García, V., & Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Revista Apertura*, *11*(2), 122–137. <https://doi.org/10.32870/Ap.v11n2.1673>
- Gaspar-Herrero, S., & Cuesta, V. (2015). Adicción al smartphone: Análisis motivacional de uso entre nativos digitales. *Revista Opción*, *31*(4), 517–531.
- González- Cortes, E., Córdoba, A., & Gómez, M. (2020). Una semana sin smartphone: Usos, abuso y dependencia del teléfono móvil en jóvenes. *Revista Sociedad Española de Pedagogía*, *72*(3), 105–121. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.79296>
- GSMA Intelligence. (2022). La economía móvil en América Latina 2022. GSM Association.
- Guevara, G., & Contreras, A. (2019). *Relación entre dependencia al teléfono móvil y procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Lima Este* [Tesis de Pregrado, Universidad Peruana Unión].
- Gutiérrez, J. (2023). *Dependencia al teléfono móvil y procrastinación académica en estudiantes del quinto grado de secundaria, Colegio Adventista del Titicaca, Juliaca – 2022* [Tesis de Pregrado, Universidad Autónoma de Ica].
- Griffiths, M. (2005). Un modelo de “componentes” de la adicción en un marco biopsicosocial. *Taylor & Francis*, *10*, 191–197. <https://doi.org/10.108014659890500114359>
- Hernández, R., Fernández Collado, C., María del Pilar Baptista Lucio, D., & Méndez Valencia, C. P., & Mendoza Torres, S. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>



- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3).
- Hernández, R., Fernández, H., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6a ed.). McGraw-Hill Interamericana Editores.
- Hinojosa, A., & Pacompia, L. (2023). *Procrastinación y resiliencia en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional del Altiplano, Puno 2023* [Tesis de Pregrado, Universidad Nacional del Altiplano].
- Huaquisto, Z. (2023). *Adicción a las redes sociales y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Privada de Secundaria, Juliaca - 2022* [Tesis de Pregrado, Universidad Autónoma de Ica].
- Humpiry, M. S. (2024). *El uso del teléfono móvil y la procrastinación en estudiantes del nivel secundario de una institución Pública en Arequipa, 2023* [Tesis de Pregrado, Universidad Continental].
- Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). (2021). *Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares*. Instituto Nacional de Estadística e Informática.
- Jaimes, S. (2021). *Dependencia emocional y procrastinación en estudiantes de psicología de la Universidad Peruana Unión, campus Tarapoto, 2020* [Tesis de Pregrado, Universidad Peruana Unión].
- Kirschner, P., & Karpinski, A. (2010). Facebook® and academic performance. *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237–1245.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.03.024>
- Lina, A. (2022). *Desintoxicación digital: Una guía para minimizar el uso o la adicción a redes sociales, videojuegos y otros tipos de tecnología*.
- Lozano, M. (2019). *Dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria César Vallejo, Huancané-2019*. [Tesis de Pregrado, Universidad Nacional del Altiplano].



- Marquina-Luján, R., Horna, V., & Huaire, E. (2020). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista Conciencia EPG*, 3(2).
<https://doi.org/10.32654/concienciaepg.3-2.6>
- Martínez, F. (2010). La teoría de los usos y gratificaciones aplicada a las redes sociales. *II Congreso Internacional Comunicación*.
- Matalinares, M., Díaz, A., Rivas, L., Dioses, A., Arenas, C., Raymundo, O., ... & Fernández, E. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Revista Horizonte de la Ciencia*, 7(13).
- Morales, L. (2021). Adicción al teléfono móvil o celular. *Revista de Psicología de Arequipa*, 2(1), 94-102.
- Morales, T., & Quispe, A. (2020). *Dependencia al móvil y habilidades sociales en estudiantes del nivel secundario de la Institución Educativa Privada Gregor Mendel, Juliaca 2019*. [Tesis de Pregrado, Universidad Peruana Unión, Juliaca].
- Ortega, M. (2020). *Relación entre el uso excesivo de los smartphones y la procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Privada*. [Tesis de Pregrado, Universidad San Ignacio de Loyola, Lima].
- Otero-Potosí, S., Casanova-Imbaquingo, L., Freire-Reyes, K., Fuertes-Narváez, M., & Arichábalá-Vallejos, D. (2023). La procrastinación: Una exploración teórica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 76-94.
https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6065
- Pari, H. (2022). *Adicción a los smartphones y procrastinación académica en estudiantes de los primeros ciclos de una universidad privada, Juliaca 2022*. [Tesis de Posgrado, Universidad César Vallejo, Lima].
- Pasión, S., Castillo, R., & Rodas, D. (2022). Adicción a redes sociales, procrastinación académica y satisfacción familiar en estudiantes de secundaria en instituciones educativas privadas adventistas, de la región San Martín, durante la emergencia sanitaria, 2021. *Revista Científica De*



- Ciencias De La Salud*, 15(2), 75-82.
<https://doi.org/10.17162/rccs.v2i15.1896>
- Papalia, D. E., Feldman, R. D., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano* (12.^a ed.). McGraw-Hill.
<https://psicologoseducativosgeneracion20172021.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/08/papalia-feldman-desarrollo-humano-12a-ed2.pdf>
- Pedrero, P. E. J., Rodríguez, M. M. T., & Ruiz, S. D. L. (2012). Adicción o abuso del teléfono móvil. Revisión de la literatura. *Adicciones*, 24(2), 139-152.
- Portal de Educación. (2023). Colegio Secundario San Martín en San Román, Juliaca. *Portal de educacion.pe*. <https://guia-puno.portaldeeducacion.pe/secundaria/COLEGIO-SECUNDARIO-SAN-MARTIN-juliaca-san-roman-puno-i24561.htm>
- Ramos, J. (2021). *Cómo vencer la procrastinación*. Verlag GD Publishing.
- Roda, C. (2023). Adicción al móvil: Síntomas, consecuencias y qué hacer. *La Mente es Maravillosa*. <https://lamenteesmaravillosa.com/adiccion-movil/>
- Rodríguez, T. (2023). *Adicción al Internet y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa del distrito de La Esperanza, 2023*. [Tesis de Posgrado, Universidad César Vallejo, Trujillo].
- Roing-Vila, R., López-Padrón, A., & Urrea-Solano, M. (2023). Dependencia y adicción al smartphone entre el alumnado universitario: ¿Mito o realidad? *Revista de Educación ALTERIDAD*, 18(1), 34-47.
<https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.03>
- Romero, J., & Aznar, I. (2019). Análisis de la adicción al smartphone en estudiantes universitarios. Factores influyentes y correlación con la autoestima. *Revista de Educación a Distancia*, 60(8), 1-12.
<http://dx.doi.org/10.6018/red/60/08>
- Sandua, D. (2023). *Adictos a la pantalla: Estrategias para combatir el abuso del Smartphone en niños y adolescentes*. Kinble Direct Published.



- Sota, A., Maldonado, M., Ytuza, M., Cornejo, M., & Cusirramos, Y. (2021). Uso excesivo del celular, calidad de sueño y soledad en jóvenes de la ciudad de Arequipa. *Revista Psicológico*, 11(1).
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Schuster, J. (1993). *La teoría de la estructuración*. Universidad Veracruzana, 97–108. <http://cdigital.uv.mx/handle/123456789/1384>
- Tacuri, A. (2022). *Dependencia al celular y habilidades sociales en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana durante la Covid-19* [Tesis de pregrado, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio Universidad Ricardo Palma.
- Terán, A. (2019). Ciberadicciones: Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC). *Congreso de Actualización Pediatría*, 3(0), 131–141.
- Uriarte, R., & Ramírez, A. Y. (2016). *Procrastinación y rendimiento académico en los alumnos de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana Unión, Filial Tarapoto, 2016* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/511?show=full>
- Vargas, M. (2017). Academic procrastination: The case of Mexican researchers in psychology. *Revista American Journal of Education and Learning*, 2(2), 103–120. <https://doi.org/10.20448/804.2.2.103.120>
- Vergara, L., Bennett, M., Navarro, J., Serpa, A., Martínez, I., & Montes, J. (2023). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista Innova Educación*, 5(1), 88–99. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.05.006.es>
- Villagómez, D., & Leonor, M. (2023). Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes universitarios. *Revista Eugenio Espejo*, 17(3), 42–51. <https://doi.org/10.37135/ee.04.18.05>



We Are Social. (2023). *Special Report Digital 2023*. La guía definitiva para un mundo digital en evolución.

<https://wearesocial.com/es/blog/2023/01/digital-2023/>

Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D., Alanoca-Gutierrez, R., & Casa-Coila, 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>

Yuan, G., Elhai, J., & Hall, B. (2021). The influence of depressive symptoms and fear of missing out on severity of problematic smartphone use and Internet gaming disorder among Chinese young adults: A three-wave mediation model. *Addictive Behaviors*, 112, 1–8.

<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106648>



ANEXOS

ANEXOS

ANEXO 1: Matriz de operacionalización de variables

Adición al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3°, 4° y 5° grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023

Variable	Definición Conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
Vx Adición al Smartphone	Es el uso inadecuado y sin control de la telefonía móvil que causa problemas comportamentales afectivos y sociales y se caracteriza por los mismos de una conducta como trastorno adictivo: síntomas de abstinencia, falta de control, problemas derivados del uso y la tolerancia e interferencia con otras actividades (Chóliz, 2010). Los síntomas de la retirada o no disponibilidad (en este caso, del aparato de telefonía móvil) y el sentimiento de pérdida asociado, que se acompañan de manifestaciones como ansiedad, la excesiva relevancia ('salience') del uso del móvil en el repertorio conductual y la interferencia con otras actividades de la vida diaria son considerados los indicadores más claros de adicción, que pueden llevar a una pérdida de control y a la experimentación de un patrón de obsesión/ compulsión en el uso. (Pedrero et al., 2012)	Las dimensiones e indicadores de esta variable serán medidas a través del Cuestionario escala Likert que es una herramienta que permite la medición de actitudes y el grado de conformidad del encuestado con los enunciados que se le propone.	Abstinencia	- Uso Constante del Smartphone	1, 2	Escala Likert
				- Sensación de malestar y ansiedad por falta de smartphone	3,4,5	
				- Uso del Smartphone para Evitar la Soledad y el Aburrimiento	6,7,8,9	
				- Conflictos derivados del mayor tiempo de uso del smartphone	10, 11	
				- Incumplimiento de límites establecidos	12, 13	
				- Problemas derivados por gastos relacionados con el uso del smartphone	14, 15	
				- Uso excesivo del smartphone	17,18,19	
				- Alteración del patrón de sueño	20	
				- Uso del smartphone en situaciones inapropiadas y como primera actividad del día	21,22	
				Vy Procrastinación	El significado del término "procrastinación" deriva del latín procrastinare, cuyo significado es "dejar las cosas o posponerlas para otro día". La procrastinación es la tendencia a posponer o retrasar la finalización de una labor o tarea evitando la responsabilidad. La procrastinación se considera un retraso innecesario e irracional del inicio o conclusión de las tareas que generan conflicto y dificultades en el estudiante (Ruiz y Cuzcano, 2017)	
- Postergación en actividades familiares e incumplimiento de promesas	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20					
- Postergación de actividades por falta de recursos o mala organización del tiempo						
- Falta de motivación para realizar actividades familiares						
Procrastinación emocional	Procrastinación emocional	Procrastinación emocional	- Ansiedad y falta de confianza ante el incumplimiento de tareas Emociones asociadas a la procrastinación Falta de motivación y responsabilidad	21,22,23,24,25, 26,27,28,29,30		

ANEXO 2: Matriz de Consistencia

Planteamiento del problema	Hipótesis	Objetivo(s)	Variable(s)	Dimensiones
¿En qué medida la adicción al smartphone se relaciona con la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023?	Existe relación significativa entre la adicción al smartphone con la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca-2023.	Determinar la relación entre la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023.		Abstinencia 1,2,3,4, 5, 6, 7, 8, 9
Problemas específicos - ¿En qué medida la abstinencia por uso del smartphone tiene relación con la procrastinación en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en el año 2023? - ¿De qué manera la pérdida de control y los conflictos derivados del uso del smartphone se relacionan con la procrastinación en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en el año 2023? - ¿Cómo se relacionan la tolerancia e interferencia con otras actividades por el uso del smartphone con la procrastinación en los adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca en el año 2023?	Hipótesis específicas - Existe una relación significativa entre la abstinencia por uso del smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. - Existe una relación significativa entre la pérdida de control y los conflictos derivados, y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca -2023. - Existe una relación significativa entre la tolerancia e interferencia con otras actividades relacionada con la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca - 2023	Objetivos específicos - Establecer la relación entre la abstinencia por uso del smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. - Identificar la relación entre la pérdida de control y conflictos derivados del uso del smartphone con la procrastinación en adolescentes de 3ero, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca, 2023. - Analizar la relación entre la tolerancia e interferencia con otras actividades relacionada con la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes de 3er, 4to y 5to grado de la Institución Educativa Secundaria San Martín de Juliaca durante el 2023.	Vx Adicción al Smartphone Vy Procrastinación	Pérdida de control y conflictos derivados Tolerancia e interferencia con otras actividades Procrastinación académica Procrastinación familiar Procrastinación emocional



ANEXO 3: Instrumentos de recolección de adicción al Smartphone

UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO PUNO FACULTAD DE TRABAJO SOCIAL

Estimado(a) Estudiante,

Nos dirigimos a ti con el propósito de invitarte a participar en nuestra investigación a través de dos instrumentos diseñados para obtener valiosa información sobre *la adicción al smartphone y la procrastinación en adolescentes*.

1. Test de Dependencia al Móvil (TDM): Este test se centra en comprender la relación entre los adolescentes y sus dispositivos móviles. Lee cuidadosamente cada pregunta y marca con una "X" en el recuadro que mejor refleje tu experiencia y comportamiento.
2. Cuestionario de Procrastinación: El segundo instrumento aborda la procrastinación, un aspecto relevante en la vida académica y cotidiana. Reflexiona sobre cada afirmación y marca con una "X" en el recuadro que mejor represente tus reacciones.

Agradecemos sinceramente tu participación, que contribuirá significativamente a nuestro entendimiento de estos temas. Recuerda que tus respuestas son confidenciales y se utilizarán exclusivamente con fines de investigación académica. Gracias de antemano por tu colaboración.

DATOS GENERALES

EDAD: _____ SEXO (M) (F) GRADO: _____ SECCIÓN: _____ FECHA: ___ / ___ / ___

TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL (TDM)

INSTRUCCIONES

Indica con qué frecuencia te ocurren los hechos que aparecen a continuación, tomando como criterio la siguiente escala. NOTA: No deje en blanco ninguna frase, por favor.

Indica en qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las afirmaciones que se presentan a continuación:

0 = Nunca	1=Rara vez	2 = A veces	3=Con frecuencia	4=Muchas veces
-----------	------------	-------------	------------------	----------------

VARIABLE: ADICCIÓN AL SMARTPHONE

Nº	Dimensión: ABSTINENCIA	0	1	2	3	4
	Indicador: Uso Constante del Smartphone					
1	Cada vez necesito utilizar el celular/Smartphone con más frecuencia.					
2	Cuando tengo mi celular/Smartphone entre mis manos, no puedo dejar de utilizarlo y empiezo a revisar mis aplicaciones.					
	Indicador: Sensación de malestar y ansiedad al no tener el smartphone					
3	No creo que pudiera soportar una semana sin mi celular/Smartphone.					



4	Si mi celular/Smartphone se estropeara y tardara en arreglarse durante mucho tiempo, me sentiría mal, preocupado y ansioso por recuperarlo.					
5	Cuando no tengo mi celular/Smartphone, experimento una sensación de malestar, me siento inquieto y nervioso.					
	Indicador: Uso del smartphone para evitar la soledad y el aburrimiento					
6	Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular/Smartphone, siento la necesidad de llamar a alguien, enviar un mensaje/usar el chat o utilizar alguna red social como WhatsApp, Facebook, TikTok u otro.					
7	Ahora mismo agarraría el celular/Smartphone y podría mandar un mensaje, usar alguna red social (WhatsApp, Facebook, TikTok, u otro), o llamar a alguien.					
8	Cuando me siento solo, agarro mi celular/Smartphone para mandar un mensaje, usar redes sociales o llamar a alguien (por WhatsApp, Messenger, u otro).					
9	Cuando me aburro, mi primera reacción es utilizar mi celular/Smartphone para entretenerme.					
	Dimensión: PERDIDA DE CONTROL Y CONFLICTOS DERIVADOS					
	Indicador: Conflictos derivados del mayor tiempo de uso del smartphone					
10	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por usar mucho el celular/Smartphone.					
11	He discutido con mis padres o familiares por el gasto económico de mi celular/Smartphone.					
	Indicador: Incumplimiento de límites establecidos					
12	Me he puesto un límite de uso del celular/Smartphone y no he podido cumplir.					
13	Dedico más tiempo del que quisiera a hablar por el celular/Smartphone, enviar SMS, WhatsApp o usar el chat, etc.					
	Indicador: Problemas derivados por gastos relacionados con el uso del smartphone					
14	Me han llamado la atención o regañado porque gasto mucho dinero o paso mucho tiempo usando el celular/Smartphone (recargas/pagos para videojuegos/otros que generen gastos).					
15	Gasto más dinero con el celular/Smartphone en (llamadas, mensajes, WhatsApp, chat, etc.) del que me había previsto en un tiempo como una semana o al mes.					
	Dimensión: TOLERANCIA E INTERFERENCIA CON OTRAS ACTIVIDADES					
	Indicador: Uso excesivo del Smartphone					
16	He enviado más de 5 mensajes, WhatsApp, Messenger o chats en un día a través del celular/Smartphone.					
17	Desde que tengo el celular/Smartphone, he aumentado significativamente la cantidad de mensajes que envío en aplicaciones como WhatsApp, Messenger, Instagram u otros.					
18	Desde que tengo el celular/Smartphone, he incrementado considerablemente el número de llamadas que realizo.					



19	Desde que tengo el celular/Smartphone, he gastado más dinero de lo esperado, especialmente en compras de aplicaciones, suscripciones o recargas de datos.					
	Indicador: Alteración del patrón del sueño					
20	He notado que me he acostado más tarde o he dormido menos por estar utilizando el celular/Smartphone.					
	Indicador: Uso del Smartphone en situaciones inapropiadas y como primera actividad del día					
21	Utilizo el celular/Smartphone en (llamadas, mensajes, WhatsApp, Facebook, TikTok, etc.), como cuando estoy (comiendo, en clases, otras personas me hablan, etc.), que puede considerarse en situaciones inapropiadas.					
22	Al levantarme, lo primero que hago es revisar mi smartphone para ver si me ha llamado alguien o si me mandaron algún mensaje (WhatsApp, Messenger, otro).					



ANEXO 4: Instrumento de recolección de la variable procrastinación

“CUESTIONARIO DE PROCRASTINACIÓN”

A continuación, verás algunas afirmaciones sobre cómo piensan, sienten o actúan las personas. Lee con atención y cuidado cada una de ellas. En cada frase, señala con una -X- la columna que mejor indica tu forma de reacción en cada situación.

1 = Nunca	2 = A veces	3= Siempre
-----------	-------------	------------

Por favor, CONTESTA A TODAS LAS INTERROGANTES. No emplees demasiado tiempo en cada frase. No hay respuestas BUENAS ni MALAS.

VARIABLE: PROCRASTINACION

Nº	Dimensión: PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA	Nunca	A veces	Siempre
	Indicador: Organización del tiempo y postergación o inconclusión de tareas:			
1	¿Planificas tus tareas con anticipación o tienes un horario establecido para completarlas?			
2	¿Dejas para último momento las tareas más difíciles para empezar por las más fáciles?			
3	¿A menudo dejas tareas incompletas después de haberlas comenzado?			
4	¿Postergas los trabajos o tareas de los cursos que no te gustan?			
5	¿Llega la noche y dices ¡Uy que tarde es! ¡Muy tarde para empezar hoy, empezaré mañana! / ¿Sientes la tentación de posponer las tareas hasta el día siguiente, incluso cuando ya es tarde?			
	Indicador: Temor al Fracaso y Reproches del Entorno			
6	¿Tienes miedo de fallar al realizar tus deberes?			
7	¿Las personas de tu entorno, como familiares, amigos o profesores, te señala o critica por no dedicar suficiente tiempo a tus tareas académicas o por postergarlas?			
8	¿Tardas en abordar y solucionar un problema hasta el último momento?			
	Indicador: Impacto en el rendimiento académica			
9	¿Has notado una disminución en tu rendimiento académico debido a estudiar para los exámenes en el último momento?			
10	¿Interrumpes tus tareas con frecuencia para realizar otras actividades?			
	Dimensión: PROCRASTINACIÓN FAMILIAR			
	Indicador 1: Postergación en actividades familiares e incumplimiento de promesas			
11	¿Tu familia te llama la atención porque no pasas suficiente tiempo con ellos?			
12	¿Tu familia se queja porque postergas reuniones familiares?			
13	¿Prometes cosas a tu familia pero luego no las cumples?			



14	¿Piensas que hay tiempo de sobra y postergas las visitas a tus familiares?			
	Indicador: Postergación de actividades por falta de recursos o mala organización del tiempo			
14	¿Dejas de hacer una tarea cuando no tienes todos los materiales necesarios?			
15	¿Acostumbras entregar tus trabajos/responsabilidades fuera del plazo establecido?			
16	¿Tienes problemas para organizar tu tiempo en relación a los deberes familiares?			
	Indicador: Falta de motivación para realizar actividades familiares			
18	¿Eres de las personas que siempre tienes una excusa por no haber cumplido los compromisos?			
19	¿Empiezas y terminas a un ritmo acelerado tus deberes encomendados?			
20	¿Notas que usualmente haces la promesa “Más tarde lo hago”?			
	Dimensión: PROCRASTINACIÓN EMOCIONAL			
	Indicador: Ansiedad y falta de confianza ante el incumplimiento de tareas			
21	¿Te sientes intranquilo o ansioso por no haber completado una tarea a tiempo?			
22	¿Dudas de tu propia capacidad para realizar tareas?			
23	¿Percibes que las personas que te rodean creen de antemano que vas a llegar tarde a tus compromisos o que simplemente no asistirás?			
	Indicador: Emociones asociadas a la procrastinación			
24	¿Te gusta la emoción/adrenalina de las corridas de último minuto?			
25	¿Cuándo tienes una fecha límite para realizar una actividad ya sea familiar, social, académica, esperas hasta el último momento para hacerlo?			
	Indicador: Falta de motivación y responsabilidad			
26	¿Sientes pereza o falta de motivación para realizar tus actividades?			
27	¿Sueles culpar de lo que te sucede a algún tercero o factores externos?			
28	¿Prefieres pasar el tiempo realizando otros deberes que pasar tiempo con tu familia?			
29	¿Te gusta tomar muchas responsabilidades sin ninguna expectativa razonable de cumplir tus obligaciones?			
30	¿Cuándo recibes una invitación para realizar una actividad, tardas en contestarla o usualmente no la contestas?			



ANEXO 5: Constancia de la institución u organización que autoriza la aplicación de instrumentos

CONSTANCIA

El que subscribe, Director de la Institucion Educativa Secundaria San Martin - Juliaca, con domicilio en el Jr. Jose Bernardo Alcedo S/N de a Ciudad de Juliaca. Otorga la presente constancia de aplicación de instrumento de su respectivo proyecto de investigación, por lo cual:

HACE CONSTAR:

Que la Srta. Bach. DENIS LISBETH LOAIZA CHISLLA, identificada con DNI 73741823, y la Srta. Bach. ROS MERY QUISPE GUTIERREZ con DNI 73640571, Egresadas de la Facultad de Trabajo Social, de la Universidad Nacional de Altiplano-Puno, han ejecutado el proyecto de investigación de tesis denominada: "ADICCION AL SMARPHONE Y PROCASTINACION EN ADOLESCENTES DE INSIITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA SAN MARTIN, JULIACA -2023." por lo tanto, se le autoriza la aplicación del Instrumento, con fecha 23 y 24 de noviembre del 2023.

Se expide el presente documento a solicitud del interesado(a), para los fines que considere conveniente.

Juliaca, 24 de Noviembre de 2023.

Atentamente.




Prof. Edwin E. Vargas Vargas
DIRECTOR



ANEXO 6: Prueba de normalidad

Pruebas de normalidad	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Estadístico	gl	Sig.
D1	,216	251	,000
D2	,221	251	,000
D3	,412	251	,000
D4	,214	251	,000
D5	,183	251	,000
D6	,265	251	,000
D7	,233	251	,000
D8	,183	251	,000
D9	,245	251	,000
D10	,252	251	,000
D11	,244	251	,000
D12	,259	251	,000
D13	,227	251	,000
D14	,269	251	,000
D15	,267	251	,000
D16	,246	251	,000
D17	,238	251	,000
D18	,261	251	,000
D19	,273	251	,000
D20	,285	251	,000
D21	,249	251	,000
D22	,267	251	,000
P1	,302	251	,000
P2	,336	251	,000
P3	,330	251	,000
P4	,353	251	,000
P5	,410	251	,000
P6	,242	251	,000
P7	,316	251	,000
P8	,288	251	,000
P9	,268	251	,000
P10	,269	251	,000
P11	,283	251	,000
P12	,326	251	,000
P13	,343	251	,000
P14	,321	251	,000
P15	,321	251	,000
P16	,327	251	,000



P17	,309	251	,000
P18	,350	251	,000
P19	,313	251	,000
P20	,274	251	,000
P21	,313	251	,000
P22	,260	251	,000
P23	,300	251	,000
P24	,308	251	,000
P25	,334	251	,000
P26	,291	251	,000
P27	,297	251	,000
P28	,326	251	,000
P29	,308	251	,000
P30	,263	251	,000

ANEXO 7: Consolidado de respuestas de la variable adicción al smartphone

Abstinencia	Nunca		Rara vez		A veces		Con frecuencia		Muchas veces		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Cuando me aburro utilizo el celular/Smartphone.	29	11,5%	71	28,1%	68	26,9%	62	24,5%	23	9,1%	253	100,0%
Cuando llevo un tiempo sin utilizar el móvil, siento la necesidad de llamar a alguien, enviar mensaje, utilizar el WhatsApp, utilizar el chat.	86	34,0%	100	39,5%	46	18,2%	16	6,3%	5	2,0%	253	100,0%
Si se me estropeará/malograra el móvil durante un periodo largo de tiempo y tardan en arreglarlo, me encontraría mal.	100	39,5%	80	31,6%	48	19,0%	16	6,3%	9	3,6%	253	100,0%
Cada vez necesito utilizar el móvil con más frecuencia.	88	34,8%	114	45,1%	34	13,4%	13	5,1%	4	1,6%	253	100,0%
Si no tengo el móvil/Smartphone me siento mal.	118	46,6%	79	31,2%	37	14,6%	10	4,0%	9	3,6%	253	100,0%
Cuando tengo el móvil entre mis manos no puedo dejar de utilizarlo.	90	35,6%	100	39,5%	43	17,0%	15	5,9%	5	2,0%	253	100,0%

Pérdida de control y conflictos derivados	Nunca		Rara vez		A veces		Con frecuencia		Muchas veces		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por usar mucho el móvil/Smartphone.	86	34,0%	87	34,4%	62	24,5%	11	4,3%	7	2,8%	253	100,0%
Me he puesto un límite de consumo y no he podido cumplir.	82	32,4%	88	34,8%	60	23,7%	17	6,7%	6	2,4%	253	100,0%
He discutido con mis padres o familiares por el gasto económico de mi móvil/Smartphone.	172	68,0%	54	21,3%	25	9,9%	1	0,4%	1	0,4%	253	100,0%
Dedico más tiempo del que quisiera a hablar por el móvil/Smartphone, enviar SMS, WhatsApp o uso del chat, etc.	55	21,8%	88	34,9%	76	30,2%	25	9,9%	9	3,2%	253	100,0%
Gasto más dinero con el móvil/Smartphone en (llamadas, mensajes, WhatsApp, chat, etc.) del que me había previsto	86	34,0%	93	36,8%	51	20,2%	20	7,9%	3	1,2%	253	100,0%
Me han reñido porque gasto mucho dinero o paso mucho tiempo usando el celular/Smartphone (recargas/pagos para videojuegos/ otros que generen gastos)	104	41,1%	87	34,4%	32	12,6%	22	8,7%	8	3,2%	253	100,0%

Tolerancia e interferencia con otras actividades	Nunca		Rara vez		A veces		Con frecuencia		Muchas veces		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
He enviado más de 5 mensajes, WhatsApp, Messenger o chats en un día a través del móvil/Smartphone.	47	18,6%	66	26,1%	61	24,1%	48	19,0%	31	12,3%	253	100,0%
Me he acostado más tarde, o he dormido menos por estar utilizando el móvil/Smartphone.	42	16,6%	107	42,3%	57	22,5%	32	12,6%	15	5,9%	253	100,0%
Utilizo el móvil/Smartphone en (llamadas, mensajes, WhatsApp, etc.) en situaciones que no es correcto hacerlo, como cuando estoy (comiendo, en clases, otras personas me hablan, etc.)	62	24,5%	102	40,3%	61	24,1%	24	9,5%	4	1,6%	253	100,0%
Desde que tengo el móvil he aumentado el número de llamadas que hago.	105	41,5%	103	40,7%	26	10,3%	15	5,9%	4	1,6%	253	100,0%
Desde que tengo móvil he aumentado el número de mensajes, WhatsApp, Chats, que mando	82	32,4%	89	35,2%	46	18,2%	26	10,3%	10	4,0%	253	100,0%
Nada más que al levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al móvil o si me han mandado un SMS, o un WhatsApp.	83	32,8%	93	36,8%	38	15,0%	27	10,7%	12	4,7%	253	100,0%
Gasto más dinero en el móvil ahora que cuando lo adquirí	118	46,6%	84	33,2%	36	14,2%	11	4,3%	4	1,6%	253	100,0%

ANEXO 8: Consolidado de respuestas de la variable procrastinación

Procrastinación académica	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
¿Tienes un horario establecido para tus tareas?	31	12,3%	139	54,9%	83	32,8%	253	100,0%
¿Dejas para último momento las tareas más difíciles para empezar por las más fáciles?	35	13,8%	162	64,0%	56	22,1%	253	100,0%
¿Tienes a no concluir una tarea que empezaste?	80	31,7%	149	58,7%	24	9,5%	253	100,0%
¿Tienes miedo de fallar al realizar tus deberes?	40	15,8%	154	60,9%	59	23,3%	253	100,0%
¿Las personas de tu entorno te reprochan porque no dedicas tiempo suficiente haciendo tus tareas?	95	37,5%	130	51,4%	28	11,1%	253	100,0%
¿Postergas los trabajos de los cursos que no te gustan?	103	40,7%	121	47,8%	29	11,5%	253	100,0%
¿Tu rendimiento académico ha disminuido porque estudias para los exámenes en último momento?	68	26,9%	151	59,7%	34	13,4%	253	100,0%
¿Interrumpes tus tareas para hacer otras actividades?	70	27,7%	150	59,3%	33	13,0%	253	100,0%
¿Llega la noche y dices ¡Uy que tarde es! ¡Muy tarde para empezar hoy, empezaré mañana!	89	35,2%	128	50,6%	36	14,2%	253	100,0%

Procrastinación familiar	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
¿Tu familia te llama la atención porque no pasas suficiente tiempo con ellos?	141	55,7%	92	36,4%	20	7,9%	253	100,0%
¿Tu familia se queja porque postergas reuniones?	168	66,4%	63	24,9%	22	8,7%	253	100,0%
¿Dejas de hacer una tarea cuando no cuentas con los materiales suficientes?	96	37,9%	124	49,0%	33	13,0%	253	100,0%
¿Piensas que hay tiempo de sobra y postergas las visitas a tus familiares?	111	43,9%	107	42,3%	35	13,8%	253	100,0%
¿Presentas tus trabajos fuera de tiempo?	89	35,5%	143	57,0%	19	7,6%	251	100,0%
¿Tienes problemas para organizar tu tiempo en relación a los deberes familiares?	72	28,5%	151	59,7%	30	11,9%	253	100,0%
¿Eres de las personas que siempre tienes una excusa por no haber cumplido los compromisos?	121	47,8%	109	43,1%	23	9,1%	253	100,0%
¿Empiezas y terminas a un ritmo acelerado tus deberes encomendados?	62	24,6%	162	64,3%	28	11,1%	252	100,0%
¿Notas que usualmente haces la promesa "Más tarde lo hago"?	64	25,3%	150	59,3%	39	15,4%	253	100,0%

Procrastinación emocional	Nunca		A veces		Siempre		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
¿Prometes a tus familiares, pero no cumples?	124	49,0%	102	40,3%	27	10,7%	253	100,0%
¿Te gusta la emoción/adrenalina de las corridas de último minuto?	82	32,4%	125	49,4%	46	18,2%	253	100,0%
¿Prefieres pasar el tiempo realizando otros deberes que pasar tiempo con tu familia?	91	36,0%	135	53,4%	27	10,7%	253	100,0%
¿Cuándo recibes una invitación familiar, tardas en contestarla o usualmente no la contestas?	75	29,6%	144	56,9%	34	13,4%	253	100,0%
¿Te gusta tomar muchas responsabilidades sin ninguna expectativa razonable de cumplir tus obligaciones?	77	30,4%	151	59,7%	25	9,9%	253	100,0%
¿Tienes pereza para realizar tus actividades?	87	34,4%	134	53,0%	32	12,6%	253	100,0%
¿Cuándo tienes una fecha límite par a realizar una actividad familiar, esperas hasta el último momento para hacerlo?	96	37,9%	132	52,2%	25	9,9%	253	100,0%
¿Percibes que tu familia cree de antemano que vas a llegar tarde a tus compromisos o que simplemente no asistirás?	97	38,3%	139	54,9%	17	6,7%	253	100,0%
¿Sueles culpar de lo que te sucede a algún tercero o factores externos?	119	47,0%	116	45,8%	18	7,1%	253	100,0%
¿Dudas de tu propia capacidad para realizar tareas?	83	32,8%	126	49,8%	44	17,4%	253	100,0%

ANEXO 9: Evidencias fotográficas







ANEXO 10: Declaración Jurada de Autenticidad de la Tesis



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo DENIS LISBETH LOAIZA CHISLLA
identificado con DNI 73741823 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

TRABAJO SOCIAL

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

“ ADICION AL SMARTPHONE Y PROCRASTINACION EN ADOLESCENTES DE
3º Y 4º Y 5º GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA
SAN MARTIN DE JULIACA - 2023 ”

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 05 de DICIEMBRE del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella



DECLARACIÓN JURADA DE AUTENTICIDAD DE TESIS

Por el presente documento, Yo ROS MERY QUISPE GUTIERREZ
identificado con DNI 73640571 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado
TRABAJO SOCIAL

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"ADICCIÓN AL SMARTPHONE Y PROCRASTINACIÓN EN ADOLESCENTES
DE 3^{ro}, 4^{to} y 5^{to} GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA
SAN MARTIN DE JULIACA - 2023"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y no existe plagio/copia de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

En caso de incumplimiento de esta declaración, me someto a las disposiciones legales vigentes y a las sanciones correspondientes de igual forma me someto a las sanciones establecidas en las Directivas y otras normas internas, así como las que me alcancen del Código Civil y Normas Legales conexas por el incumplimiento del presente compromiso

Puno 05 de DIEMBRE del 2024



FIRMA (obligatoria)



Huella



ANEXO 11: Autorización para el Depósito de Tesis en el Repositorio Institucional.



Universidad Nacional
del Altiplano Puno



Vicerrectorado
de Investigación



Repositorio
Institucional

AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo Denis Lisbeth Loariza Chislla
identificado con DNI 73971823 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

TRABAJO SOCIAL

informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"ADICCIÓN AL SMARTPHONE Y PROCRASTINACIÓN EN ADOLESCENTES DE
3^{ro}, 4^{to} y 5^{to} GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA
SAN MARTÍN DE JULIACA - 2023"

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

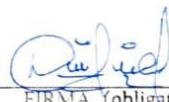
En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 05 de NOVIEMBRE del 2024



FIRMA (obligatoria)



Huella



AUTORIZACIÓN PARA EL DEPÓSITO DE TESIS O TRABAJO DE INVESTIGACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Por el presente documento, Yo ROS MERY QUISPE GUTIERREZ,
identificado con DNI 73640571 en mi condición de egresado de:

Escuela Profesional, Programa de Segunda Especialidad, Programa de Maestría o Doctorado

TRABAJO DOCENTE
informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación denominada:

"ADICION AL SMARTPHONE Y PROCRDSTINACION EN ADOLESCENTES DE 3RO
4TO Y 5TO GRADO DE LA INSTITUCION EDUCATIVA SECUNDARIA
SAN MARTIN DE JULIACA 2023"

para la obtención de Grado, Título Profesional o Segunda Especialidad.

Por medio del presente documento, afirmo y garantizo ser el legítimo, único y exclusivo titular de todos los derechos de propiedad intelectual sobre los documentos arriba mencionados, las obras, los contenidos, los productos y/o las creaciones en general (en adelante, los "Contenidos") que serán incluidos en el repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano de Puno.

También, doy seguridad de que los contenidos entregados se encuentran libres de toda contraseña, restricción o medida tecnológica de protección, con la finalidad de permitir que se puedan leer, descargar, reproducir, distribuir, imprimir, buscar y enlazar los textos completos, sin limitación alguna.

Autorizo a la Universidad Nacional del Altiplano de Puno a publicar los Contenidos en el Repositorio Institucional y, en consecuencia, en el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto, sobre la base de lo establecido en la Ley N° 30035, sus normas reglamentarias, modificatorias, sustitutorias y conexas, y de acuerdo con las políticas de acceso abierto que la Universidad aplique en relación con sus Repositorios Institucionales. Autorizo expresamente toda consulta y uso de los Contenidos, por parte de cualquier persona, por el tiempo de duración de los derechos patrimoniales de autor y derechos conexos, a título gratuito y a nivel mundial.

En consecuencia, la Universidad tendrá la posibilidad de divulgar y difundir los Contenidos, de manera total o parcial, sin limitación alguna y sin derecho a pago de contraprestación, remuneración ni regalía alguna a favor mío; en los medios, canales y plataformas que la Universidad y/o el Estado de la República del Perú determinen, a nivel mundial, sin restricción geográfica alguna y de manera indefinida, pudiendo crear y/o extraer los metadatos sobre los Contenidos, e incluir los Contenidos en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

Autorizo que los Contenidos sean puestos a disposición del público a través de la siguiente licencia:

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. Para ver una copia de esta licencia, visita: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

En señal de conformidad, suscribo el presente documento.

Puno 05 de Diciembre del 2024

FIRMA (obligatoria)



Huella