UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA

TESIS

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, SEDE CENTRAL – 2024

PRESENTADO POR:
Br. NOHEMI ATAYUPANQUI CACERES
Br. PRICYLA DAZA CORIMANYA

PARA OPTAR AL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA EN EDUCACIÓN:
ESPECIALIDAD EDUCACIÓN PRIMARIA

ASESOR:
Dr. EDWARDS JESÚS AGUIRRE ESPINOZA

CUSCO – PERÚ

2026

Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco

INFORME DE SIMILITUD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-321-2025-UNSAAC)

El que suscribe, el **Asesor** Dr. EDUARDS JESUS AGUIRRE ESPINOZA ..... quien aplica el software de detección de similitud al trabajo de investigación/tesis titulada: NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, SEDE CENTRAL - 2024 .....

Presentado por: NOHEMI ATAYUPANQUI CACERES ..... DNI N°: 76535910 .....;

presentado por: PRICYLA DAZA CORIMANYA ..... DNI N°: 76214597 .....

Para optar el título Profesional/Grado Académico de ...LICENCIADA EN EDUCACIÓN: ESPECIALIDAD EDUCACIÓN PRIMARIA .....

.....

Informo que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por ...2..... veces, mediante el Software de Similitud, conforme al Art. 6° del ***Reglamento para Uso del Sistema Detección de Similitud en la UNSAAC*** y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de ....10.....**%.**

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación conducentes a grado académico o título profesional, tesis

Porcentaje	Evaluación y Acciones	Marque con una (X)
Del 1 al 10%	No sobrepasa el porcentaje aceptado de similitud.	X
Del 11 al 30 %	Devolver al usuario para las subsanaciones.	
Mayor a 31%	El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, conforme al reglamento, quien a su vez eleva el informe al Vicerrectorado de Investigación para que tome las acciones correspondientes; Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a Ley.	

Por tanto, en mi condición de Asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y **adjunto** las primeras páginas del reporte del Sistema de Detección de Similitud.

Cusco, 23 de SEPTIEMBRE de 20.26

.....

Firma

Post firma. EDUARDS JESUS AGUIRRE ESPINOZA

Nro. de DNI. 23854868

ORCID del Asesor. 0000-0002-5514-6707

Se adjunta:

1. Reporte generado por el Sistema Antiplagio.
2. Enlace del Reporte Generado por el Sistema de Detección de Similitud: **oid:** 27259:626998978

Nohemi Atayupanqui Caceres Pricyla Daza Corima...

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓ...

Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco

Detalles del documento

Identificador de la entrega
trn:oid:::27259:626998978

Fecha de entrega
20 sep 2026, 12:12 p.m. GMT-5

Fecha de descarga
20 sep 2026, 12:28 p.m. GMT-5

Nombre del archivo
NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL....docx

Tamaño del archivo
8.2 MB

179 páginas

40.068 palabras

225.989 caracteres

10% 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 10 palabras)
- Trabajos entregados

Fuentes principales

9% Fuentes de Internet
6% Publicaciones
0% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

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.

DEDICATORIA

A mis padres, Luz y Jacinto, por su respaldo incondicional y por enseñarme el valor del esfuerzo con cada gesto cotidiano. A mi hermana Mayumi, por su compañía constante y por estar presente en los momentos que más importan. A mi familia, en general, por ser el refugio y la motivación que han acompañado este proceso.

Br. Nohemi Atayupanqui Caceres

A Dios, por su guía constante y por cada bendición que ha sostenido mi camino. A mis padres, Ana y Félix, cuya presencia y ejemplo han sido el impulso más firme en cada paso.

Br. Pricyla Daza Corimanya

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a Dios, quien ha sido nuestra guía en cada paso del camino, cuidándonos y sosteniéndonos en cada momento.

Agradecer de todo corazón a la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, especialmente a la Facultad de Educación, por formarnos con tanto compromiso.

A todos los docentes que compartieron sus conocimientos y experiencias con nosotros durante nuestra formación.

Finalmente, de manera muy especial, queremos agradecer al Dr. Edwards Jesús Aguirre Espinoza, nuestro asesor de tesis, gracias por su tiempo, disposición y paciencia; sus enseñanzas, dedicación y apoyo fueron fundamentales en este proceso.

Las autoras

ÍNDICE

DEDICATORIA ii
AGRADECIMIENTO iii
ÍNDICE iv
ÍNDICE DE TABLAS vii
ÍNDICE DE FIGURAS ix
RESUMEN x
ABSTRACT xi
INTRODUCCIÓN xii
CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 1
1.1 Área de investigación 1
1.2 Área geográfica de la investigación 1
1.3 Caracterización del problema 2
1.4 Formulación del problema de investigación 9
1.4.1 Problema General 9
1.4.2 Problemas Específicos 9
1.5 Objetivos de la investigación 10
1.5.1 Objetivo General 10
1.5.2 Objetivos Específicos 10
1.6 Justificación de la investigación 11
1.6.1 Justificación Social 11
1.6.2 Justificación Práctica 12
1.6.3 Justificación Teórica 13
1.6.4 Justificación Metodológica 13
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO 15
2.1 Antecedentes de investigación 15
2.1.1 Antecedentes Internacionales 15
2.1.2 Antecedentes Nacionales 16
2.1.3 Antecedentes Locales 19
2.2 Bases teóricas 21

2.2.1 Nomofobia 21
2.2.2 Procrastinación 32
2.3 Marco conceptual 44
CAPÍTULO III HIPÓTESIS Y VARIABLES 47
3.1 Hipótesis de estudio 47
3.1.1 Hipótesis general 47
3.1.2 Hipótesis específicas 47
3.2 Identificación de variables y dimensiones 48
3.3 Operacionalización de Variables 49
CAPÍTULO IV METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN 51
4.1 Tipo de estudio 51
4.2 Enfoque de estudio 51
4.3 Nivel de estudio 51
4.4 Diseño de investigación 52
4.5 Población y Muestra 52
4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos 53
4.6.1 Técnicas 53
4.6.2 Instrumentos 53
4.7 Validez y confiabilidad de instrumentos 56
4.8 Plan de recolección de datos 58
4.9 Plan de Análisis de datos 58
CAPÍTULO V RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN 60
5.1 Descripción de los resultados 60
5.1.1 Datos generales 60
5.2. Resultados por variables 63
5.2.1 Resultados de la variable, Nomofobia 63
5.2.2 Resultados de la variable, Procrastinación académica 71
5.3 Resultados inferenciales 79
5.3.1 Relación estadística 81
5.4 Resultados según el objetivo general 91
5.5 Discusión 93

5.6 Aporte de estudio 102
CONCLUSIONES 104
RECOMENDACIONES 106
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 108
ANEXOS 121
ANEXO Nº1 - MATRIZ DE CONSISTENCIA 122
ANEXO Nº2 - MATRIZ DEL INSTRUMENTO NOMOFOBIA 125
ANEXO Nº3 - INSTRUMENTO 128
ANEXO Nº4 – PRUEBAS DE CONFIABILIDAD 132
ANEXO Nº5 – VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS 145
ANEXO N°6 - BASE DE DATOS 151
ANEXO N°7 - PERMISOS PARA LA APLICACIÓN DE INSTRUMENTO 158
ANEXO N°8 PANEL FOTOGRÁFICO 158
ANEXO Nº 9 – PROPUESTA DE SENSIBILIZACIÓN 161
ANEXO Nº 10 – INFORME DE ORIGINALIDAD 166

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 *Operacionalización de la variable independiente* *49*
Tabla 2 *Operacionalización de la variable dependiente* *50*
Tabla 3 *Ficha técnica del instrumento de Nomofobia* *54*
Tabla 4 *Escala de respuestas del cuestionario (Nomofobia)* *55*
Tabla 5 *Ficha técnica del instrumento de procrastinación* *55*
Tabla 6 *Escala de respuestas del cuestionario* *56*
Tabla 7 *Resultado de la validación por juicio de expertos* *56*
Tabla 8 *Resultado de las pruebas de confiabilidad* *57*
Tabla 9 *Descripción de la edad de la muestra de estudio* *60*
Tabla 10 *Descripción del sexo de la muestra de estudio* *61*
Tabla 11 *Descripción del semestre académico de la muestra de estudio* *62*
Tabla 12 *Resultados descriptivos la variable, nomofobia* *63*
Tabla 13 *Resultados descriptivos de la primera dimensión de la nomofobia* *64*
Tabla 14 *Resultados descriptivos de la segunda dimensión de la nomofobia* *66*
Tabla 15 *Resultados descriptivos de la tercera dimensión de la nomofobia* *67*
Tabla 16 *Resultados descriptivos de la cuarta dimensión de la nomofobia* *69*
Tabla 17 *Resultados descriptivos de segunda variable, procrastinación académica* *71*
Tabla 18 *Resultados descriptivos la primera dimensión de la procrastinación académica* *73*
Tabla 19 *Resultados descriptivos la segunda dimensión de la procrastinación académica* *74*
Tabla 20 *Resultados descriptivos la tercera dimensión de la procrastinación académica* *76*
Tabla 21 *Resultados descriptivos de la cuarta dimensión de la procrastinación académica* *77*
Tabla 22 *Prueba de normalidad* *79*
Tabla 23 *Valores para la prueba de hipótesis de correlación Rho de Spearman* *80*
Tabla 24 *Datos cruzados entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica* *81*
Tabla 25 *Prueba de hipótesis correlacional entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica* *82*
Tabla 26 *Datos cruzados entre el miedo a renunciar a la comodidad y la procrastinación académica* *83*

Tabla 27 *Prueba de hipótesis correlacional entre el miedo a renunciar a la comodidad y la procrastinación académica* *84*
Tabla 28 *Datos cruzados entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación académica* *86*
Tabla 29 *Prueba de hipótesis correlacional entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación académica* *87*
Tabla 30 *Datos cruzados entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica* *88*
Tabla 31 *Prueba de hipótesis correlacional entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica* *89*
Tabla 32 *Datos cruzados entre la nomofobia y la procrastinación académica* *91*
Tabla 33 *Prueba de hipótesis correlacional entre la nomofobia y la procrastinación académica* *92*
Tabla 34 *Ejes de intervención y las actividades propuestas* *163*
Tabla 34 *Cronograma tentativo de actividades descrito en semanas, actividades y ejes163*

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 *Edad de la muestra de estudio* 60
Figura 2 *Sexo de la muestra de estudio* 61
Figura 3 *Semestre académico de la muestra de estudio* 62
Figura 4 *Niveles de la primera dimensión de la nomofobia, miedo a no ser capaz de acceder a la información* 65
Figura 5 *Niveles de la segunda dimensión de la nomofobia, miedo a renunciar a la comodidad* 66
Figura 6 *Niveles de la tercera dimensión de la nomofobia, miedo a no poder comunicarse* 68
Figura 7 *Niveles de la cuarta dimensión de la nomofobia, miedo a la pérdida de conexión* 70
Figura 8 *Niveles de la nomofobia como variable de estudio* 63
Figura 9 *Niveles de la primera dimensión de la procrastinación académica, miedo a no ser capaz de acceder a la información* 73
Figura 10 *Niveles de la segunda dimensión de la procrastinación académica, postergación de actividades* 75
Figura 11 *Niveles de la tercera dimensión de la procrastinación académica, factores motivacionales* 76
Figura 12 *Niveles de la cuarta dimensión de la procrastinación académica, factores situacionales* 78
Figura 13 *Niveles de la procrastinación académica como variable de estudio* 71
Figura 14 *Diagrama de dispersión entre el miedo de no poder ser capaz de acceder a la información y la procrastinación académica* 82
Figura 15 *Diagrama de dispersión entre el miedo a renunciar a la comodidad y la procrastinación académica* 85
Figura 16 *Diagrama de dispersión entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación académica* 87
Figura 17 *Diagrama de dispersión entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica* 90
Figura 18 *Diagrama de dispersión entre la nomofobia y la procrastinación académica* .. 92

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, Sede Central – 2024. La investigación fue de tipo básica, enfoque cuantitativo, nivel descriptivo-correlacional y diseño no experimental-transversal. La población estuvo conformada por 319 estudiantes, de los cuales se seleccionó una muestra de 175 participantes. Para la recolección de datos se utilizaron el cuestionario adaptado NMP-Q para medir la nomofobia y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados evidenciaron que el 54.3% presentó algún nivel de nomofobia: 34.3% moderado, 17.1% alto y 2.9% muy alto; mientras que el 45.7% presentó niveles bajos o muy bajos. Respecto a la procrastinación académica, el 85.1% presentó algún nivel: 58.9% moderado, 25.1% alto y 1.1% muy alto; en tanto, el 14.9% mostró niveles bajos o muy bajos. Se concluyó que existe una relación positiva, moderada y significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica (Rho=0.523; $p<0.05$). Asimismo, “No poder comunicarse” (Rho=0.497) y “Renunciar a la comodidad” (Rho=0.481) presentaron correlaciones positivas moderadas, mientras que “Dependencia del acceso a la información” (Rho=0.393) y “Pérdida de conexión” (Rho=0.376) mostraron correlaciones positivas bajas.

Palabras clave: Nomofobia, Procrastinación académica, Estudiantes universitarios, Educación primaria

ABSTRACT

This study aimed to determine the relationship between nomophobia and academic procrastination among students in the Primary Education Program at the National University of San Antonio Abad del Cusco (Main Campus) in 2024. The research was basic in nature, employed a quantitative approach, was descriptive-correlational in level, and utilized a non-experimental, cross-sectional design. The population consisted of 319 students, from which a sample of 175 participants was selected. Data collection involved the use of an adapted NMP-Q questionnaire to measure nomophobia and the Academic Procrastination Scale (EPA). The results showed that 54.3% of students exhibited some level of nomophobia: 34.3% moderate, 17.1% high, and 2.9% very high; meanwhile, 45.7% showed low or very low levels. Regarding academic procrastination, 85.1% exhibited some level: 58.9% moderate, 25.1% high, and 1.1% very high; conversely, 14.9% showed low or very low levels. It was concluded that there is a positive, moderate, and significant relationship between nomophobia and academic procrastination (Rho=0.523; $p<0.05$). Furthermore, "Inability to communicate" (Rho=0.497) and "Giving up convenience" (Rho=0.481) showed moderate positive correlations, while "Dependence on information access" (Rho=0.393) and "Loss of connection" (Rho=0.376) showed low positive correlations.

Keywords: Nomophobia, Academic procrastination, University students, Primary education.

INTRODUCCIÓN

Los dispositivos móviles transformaron las dinámicas sociales y cotidianas al posibilitar una conectividad constante con las redes personales, el acceso inmediato a información actualizada y una mayor eficiencia en la gestión de las actividades diarias. Así como también tuvo un impacto en diversos sectores como la educación, salud, comercio y administración a nivel mundial, ampliando las formas de interacción y acceso a servicios. Sin embargo, también generaron dependencia, disminución de la concentración y la posible afectación del bienestar emocional.

Uno de estos desafíos es la nomofobia, entendida como el miedo creciente de las personas a estar separadas de sus teléfonos móviles, fenómeno que refleja una realidad en la que dichos dispositivos se han convertido en extensiones de la vida cotidiana, al punto de generar ansiedad y temor ante su ausencia. Este fenómeno resalta la necesidad de establecer límites saludables en el uso de la tecnología para preservar el bienestar mental, haciendo necesaria la evaluación del nivel de nomofobia en los jóvenes, quienes son más susceptibles a desarrollar dependencias. En ese sentido, la tecnología móvil, si bien es una herramienta relevante, debe ser manejada con cuidado para asegurar que su impacto en la sociedad sea positivo y enriquecedor, en lugar de ser una fuente de estrés y aislamiento.

En este estudio se cree que la nomofobia pudo llegar a tener algún tipo de relación con la procrastinación en estudiantes universitarios porque la constante conexión a internet y las notificaciones pueden ser una fuente de distracción que dificulte la concentración en las tareas académicas, si bien es cierto, la procrastinación académica es un problema común entre los estudiantes universitarios y caracterizada por la postergación de tareas y responsabilidades académica, diferentes estudios demostraron que la procrastinación pudo tener un impacto negativo en el rendimiento académico, salud mental y el bienestar general de los estudiantes.

Es por tal razón que el objetivo principal de este estudio fue: Determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

Para cumplir con dicho objetivo, la tesis se estructuró de la siguiente manera:

Capítulo I, planteamiento del problema: Se desarrolló el área de la investigación, ubicación geográfica, caracterización del problema, formulación del problema, objetivos y la justificación del estudio.

Capítulo II, marco teórico: Se describieron los antecedentes de la investigación, las bases teóricas y el marco conceptual.

Capítulo III, hipótesis y variables: Se presentaron las hipótesis, la identificación de variables y la operacionalización de las variables de estudio.

Capítulo IV, metodología de la investigación: Se detalló el tipo de estudio, enfoque, nivel de estudio, diseño de investigación, población, muestra, las técnicas e instrumentos de recolección de datos, la validez, confiabilidad de los instrumentos, el plan de recolección de datos y el plan de análisis de datos.

Capítulo V, resultados de la investigación: Se presentaron los resultados descriptivos e inferenciales en concordancia con el objetivo general y los objetivos específicos. Estos hallazgos fueron expuestos mediante tablas acompañadas de su respectivo análisis, interpretación e inferencia. Asimismo, se desarrolló la discusión de los resultados para contextualizar y contrastar los hallazgos obtenidos.

Finalmente se presentaron las conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Área de investigación

La presente investigación se desarrolló en el área académica social, en correspondencia con las líneas de investigación institucionales de la UNSAAC, específicamente en el área de Ciencias Sociales, Económicas y Humanidades, subárea de Educación, líneas vinculadas al estudio del comportamiento, la salud mental y el uso de tecnologías en contextos educativos correspondientes a la línea de investigación ED2-10.

1.2 Área geográfica de la investigación

El área geográfica de estudio está ubicada en la Avenida de La Cultura 733, distrito de Cusco, provincia de Cusco - Perú. Lugar donde se ubica la Escuela Profesional de Educación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco (UNSAAC).

Figura 1

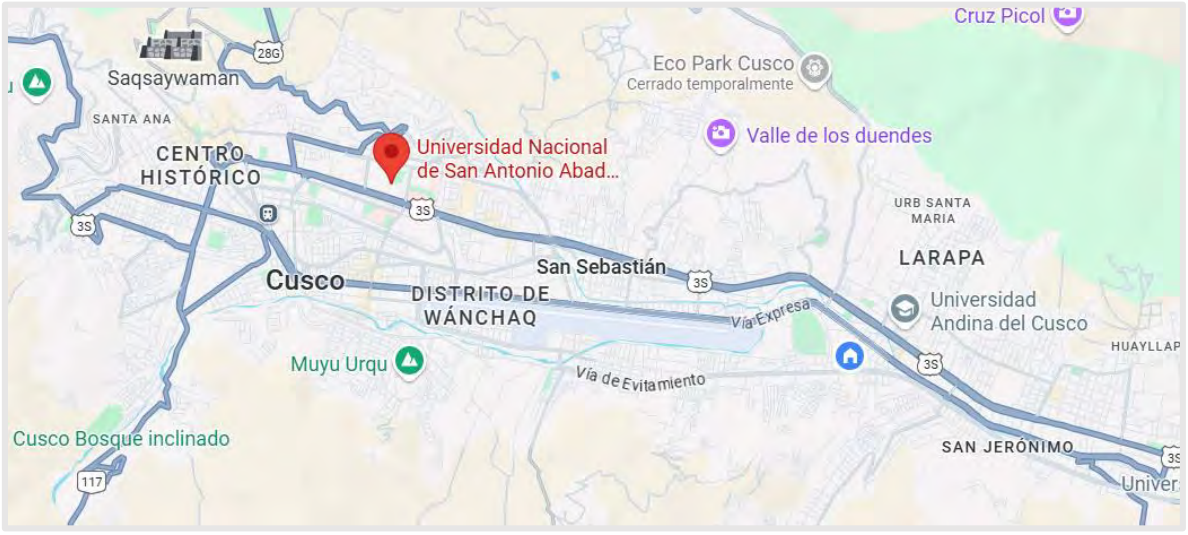
Mapa de ubicación de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco



Nota. La Universidad Nacional de San Antonio Abad se ubica en la ciudad del Cusco del Perú

Figura 2

Localización geográfica de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco



Nota. Específicamente en la Av. La Cultura N° 773 del distrito de Cusco

1.3 Caracterización del problema

El progreso tecnológico es cada vez más notable con el paso de los años, ya que la incorporación de dispositivos móviles en la actualidad ha transformado significativamente diferentes aspectos de la vida cotidiana de manera más eficiente, lo que no solo ha modificado los hábitos de comunicación, sino que también ha redefinido las nociones tradicionales en la educación, trabajo, entretenimiento, comercio, entre otros, convirtiéndose en herramientas indispensables para la vida moderna (Velasteguí, 2019).

La incorporación de dispositivos móviles permitió el acceso a información, la conexión social a nivel global y el uso de una amplia variedad de medios digitales; en este sentido, la educación se volvió más accesible gracias a las aplicaciones y plataformas en línea que ofrecieron recursos educativos de manera remota (Velasteguí, 2019). Sin embargo, la presencia masiva y generalizada de estos dispositivos originó diferentes desafíos para el ámbito psicológico y educativo; un ejemplo notable fue la nomofobia, que se conceptualiza como el temor a no tener acceso al dispositivo móvil, caracterizado por la generación de ansiedad, molestia, preocupación y otros sentimientos reflejados al no poder usar el celular (Pascual y Castello, 2020).

A nivel mundial, el término “nomofobia”, según León et al. (2021), proviene del Reino Unido en el año 2008, como una contracción de "no mobile phone phobia", acuñada en un estudio para la oficina postal británica. Posteriormente, en el año 2010, el artículo de King et al. (2010) fue uno de los primeros estudios académicos sobre el fenómeno, presentando un reporte de caso clínico en el que conceptualizaron la nomofobia como el miedo patológico a permanecer desconectado del teléfono móvil.

Con el tiempo, esta problemática no solo se ha mantenido, sino que también se ha intensificado en contextos específicos como la pandemia de COVID-19, donde los niveles de nomofobia aumentaron debido a las medidas de aislamiento social implementadas por los Estados a nivel mundial (Franco y Hervias, 2022). Si bien el uso tecnológico ha generado múltiples beneficios, también ha favorecido la consolidación de la nomofobia, evidenciando no solo dependencia hacia los dispositivos móviles, sino también alteraciones en la gestión del bienestar emocional, afectando el desempeño personal, social y académico (Gamero y Chamorro, 2021).

Este fenómeno afectó especialmente a jóvenes, quienes crecieron en un entorno digitalmente saturado, cuya socialización, educación y entretenimiento a menudo dependen de la tecnología; en ese sentido, la nomofobia se manifiesta con mayor intensidad en este grupo poblacional, pudiendo generar diversas consecuencias negativas, tales como la disminución de la capacidad para manejar la soledad, la reducción de habilidades sociales y la interferencia con el rendimiento académico y profesional. Asimismo, la constante necesidad de estar conectados puede afectar la capacidad de concentración y aprendizaje, lo que representa un reto significativo para los educadores (Guzmán y Gelvez, 2023).

Las investigaciones realizadas a nivel internacional evidenciaron que la nomofobia no solo es un fenómeno frecuente, sino que se ha naturalizado a tal punto que resulta difícil reconocerla, generando altos niveles de dependencia del smartphone y un tiempo de uso

preocupante, con repercusiones en la salud mental, las relaciones interpersonales y el rendimiento académico (Guiral et al., 2025).

Este hallazgo se alinea con revisiones sistemáticas internacionales descritas en el estudio de Monroy (2025), donde se citó a Janatolmakan et al. (2024), quienes identificaron que el 80% de los estudiantes universitarios presentaban nomofobia. En otro estudio, Berdida y Grande (2023), identificaron que el 34.5% manifestaba niveles severos asociados a un uso del teléfono superior a tres horas diarias; además, el estudio de Vagka et al (2023), identificó que esta problemática afecta con mayor intensidad a los jóvenes, ya que el 45.8% de las personas entre 18 y 25 años considera que su preocupación por el smartphone constituye un obstáculo para su desarrollo académico, evidenciándose además niveles más elevados de nomofobia en menores de 24 años.

En esta misma línea, estudios en contextos específicos, como el caso de España reportaron que casi un cuarto de los adolescentes utilizó el móvil como principal medio de ocio, mientras que un 38% se siente incómodo al separarse de su dispositivo e incluso un 10% declara sentirse desgraciado sin el equipo tecnológico (Rengifo y Arapa, 2021). Estos hallazgos evidencian que la nomofobia constituye un fenómeno global con una alta prevalencia, especialmente en población joven, y con implicaciones significativas en el ámbito académico y psicosocial.

En este escenario, la nomofobia no actúa de manera aislada, sino que se vincula con diversas alteraciones en la conducta, la actitud y el bienestar emocional del individuo, generando efectos que trascienden el ámbito académico e inciden en las relaciones interpersonales, la salud mental y el desempeño laboral (Guzmán y Gelvez, 2023). En el contexto educativo específico, esta problemática se manifiesta en conductas disfuncionales como la procrastinación académica, ya que la ansiedad generada por la desconexión del dispositivo móvil distrae al estudiante de sus actividades, propiciando que priorice el uso del

celular por encima de sus obligaciones (Camporro y de la Villa, 2025).

A nivel del Perú, se han producido transformaciones en los ámbitos socioeconómico, político, cultural y tecnológico, cuya expansión de las TIC, junto con el crecimiento económico y la mejora de los indicadores sociales, refleja la relevancia de este proceso. En el año 2020, Perú se ubicó en la quinta posición entre los países de América Latina con mayor número de usuarios de teléfonos inteligentes, alcanzando los 18.8 millones (Statista Research Department, 2021). Este resultado de acuerdo con el análisis de Dominguez et al. (2023) pudieron estar parcialmente condicionados por la pandemia de COVID-19, periodo en el que las tecnologías digitales, especialmente la conectividad, fueron esenciales para el bienestar social y económico, reflejando la tendencia creciente en el uso de los smartphones. Un estudio realizado en la región central del país evidenció que los jóvenes de 17 a 24 años son quienes más los utilizan y que el 89.4% de los estudiantes universitarios contaba con un dispositivo, sin diferencias significativas entre hombres y mujeres (Orosco et al., 2020).

En este orden de ideas, el uso del celular que hace el alumnado en la educación superior peruana desde años anteriores según Maldonado y Peñaherrera (2014) es diverso, ya que, aunque frecuentemente es utilizado para el ocio y la diversión personal, cada vez más se integra en las prácticas educativas por parte del profesorado según Silva y Martínez (2017) y del alumnado según Orosco et al. (2020), lo que se incrementó durante los dos últimos años a raíz de la pandemia por la Covid-19. En ese sentido, los estudiantes universitarios peruanos dedican tiempo a buscar, almacenar y compartir información desde el celular, participar en línea o crear contenidos digitales, entre otras tareas que favorecen el desarrollo de competencias académicas (Bonilla et al., 2018). Sin embargo, no siempre se hace un uso adecuado, ya que en muchos casos ha generado adicción, dependencia o uso problemático del dispositivo móvil (Romero et al., 2021).

En esta misma línea, diversos estudios empíricos en el Perú llegaron a evidenciar la presencia de nomofobia en la población universitaria a nivel nacional; por ejemplo, Copaja et al. (2022), en una muestra de 3,139 estudiantes universitarios, el 25.7% presentó niveles moderados de nomofobia y el 7.4% niveles altos. Por su parte, Luna (2018), en una muestra de 333 estudiantes universitarios, encontró que la nomofobia estuvo presente en el 32.47% de los participantes; finalmente, Portocarrero (2022), en una muestra de 201 estudiantes universitarios, reportó niveles moderados en el 23.6% y leves en el 43.3%. Estos resultados evidenciaron que la nomofobia es un problema relevante presente en diferentes niveles de la vida de muchos jóvenes.

En este contexto, la nomofobia en el Perú no opera como un fenómeno aislado dentro de la vida universitaria, sino que se articula estrechamente con otras problemáticas que afectan el desempeño académico, entre las cuales destaca la procrastinación académica, que es conceptualizada como la tendencia a postergar deliberadamente tareas y responsabilidades académicas (Rivera, 2024). En ese sentido, la procrastinación se ve potenciada por la dependencia del dispositivo móvil, en tanto que la ansiedad generada por la desconexión lleva al estudiante a priorizar de manera recurrente el uso del smartphone por encima de sus obligaciones académicas (Camporro y de la Villa, 2025). Este ciclo de dependencia tecnológica y aplazamiento no solo deteriora el rendimiento académico, sino que también compromete el bienestar psicológico del estudiante, configurando así una relación bidireccional en la que ambas problemáticas se refuerzan mutuamente y dificultan el desarrollo de hábitos de estudio saludables y sostenidos (Felices et al., 2025).

Los estudios revisados evidenciaron que tanto la nomofobia como la procrastinación académica se presentan en la población universitaria peruana en distintos niveles; sin embargo, aún existe una comprensión limitada sobre la relación entre ambas variables, pues si bien algunas investigaciones, como Rengifo y Arapa (2021) y Amesquita (2023), han

analizado su asociación y reportado correlaciones positivas; sin embargo, los hallazgos no resultan concluyentes ni generalizables a diversos contextos. En este sentido, en estudios como el de Rivera (2024), se identificó la necesidad de desarrollar nuevos estudios que permitan profundizar en esta relación en diferentes poblaciones y contextos socioculturales, con el fin de ampliar el conocimiento en la actualidad y fortalecer la comprensión de sus implicancias en el ámbito académico y en el bienestar de los estudiantes universitarios.

A nivel del Cusco, el uso de la tecnología en el ámbito universitario, según el estudio de Ccuyro y Peña (2024), ha adquirido una presencia significativa que favorece la comunicación y el acceso a recursos académicos; no obstante, esta creciente integración también genera desafíos relacionados con el uso inadecuado de los dispositivos móviles, especialmente en estudiantes universitarios. En este contexto, problemáticas como la nomofobia y la procrastinación académica descritas en Camporro y de la Villa (2025) se presentan como fenómenos relevantes que pueden afectar el desempeño académico y el bienestar estudiantil porque la desconexión tecnológica actúa como un distractor que desplaza las responsabilidades formativas. Sin embargo, existe una limitada evidencia empírica que permita comprender la relación entre estas variables en este contexto específico, lo que justifica la necesidad de su estudio; especialmente cuando investigaciones previas sugieren que los hallazgos actuales no son del todo concluyentes ni generalizables a diversos entornos socioculturales (Rivera, 2024).

En la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco (UNSAAC) al igual que otras universidades del Cusco, existe una realidad cotidiana donde el dispositivo móvil ha dejado de ser un accesorio para convertirse en un elemento central de la dinámica estudiantil, siendo común la interacción en los espacios comunes y dentro de las aulas la revisión constante de notificaciones y el uso intensivo de redes sociales como WhatsApp, Instagram y TikTok. Esta presencia del celular ha creado una dependencia, en donde en muchos casos

los estudiantes se muestran inquietos o distraídos si no tienen el teléfono a la mano, ocasionando que se desconcentren en los momentos en los que no hay actividad digital, prefiriendo el teléfono antes que el trabajo académico.

Por otro lado, la autonomía del dispositivo móvil constituye una preocupación constante para el estudiante, quien busca de forma recurrente fuentes de energía para garantizar la operatividad del equipo durante la jornada académica. Además, existe una preocupación por la falta de datos o saldo, ya que estar "desconectado" es percibido casi como quedar fuera del entorno social y universitario. Esta necesidad de respuesta inmediata los ha vuelto muy dependientes de la mensajería instantánea; cuando no pueden recibir mensajes o llamadas, surge la sensación de estar perdiéndose algo importante, ya sea una coordinación de grupo de último minuto o el contacto con su familia. En el fondo, no es solo el uso del aparato, sino que la interrupción de ese flujo de información parece alimentar directamente la ansiedad por la falta del móvil que define la nomofobia.

Respecto a la procrastinación en la UNSAAC, diversas investigaciones desarrolladas en la propia institución han confirmado que esta problemática no se circunscribe a una sola escuela profesional, sino que se extiende a distintas escuelas y facultades; por ejemplo, Torres y Huaycho (2024), encontraron que el 60.3% de los estudiantes presentaba niveles regulares de procrastinación académica; Rodríguez y Vargas (2024), identificaron resultados preocupantes, donde el 52.4% de los estudiantes se ubicó en un nivel alto de procrastinación académica; Quispe y Tapara (2024), identificaron que el 53.3% casi siempre procrastina. Estos hallazgos, aunque provienen de facultades y muestras distintas, convergen en un mismo escenario porque más de la mitad de las muestras de estudiantes de la universidad ha presentado algún nivel de procrastinación, ya sea regular, alto o crónico. Por tanto, esta problemática no se limita a una facultad o especialidad específica, sino que constituye un vacío de conocimiento que requiere atención integral en el contexto universitario cusqueño.

Este estudio se enfocó en la Escuela Profesional de Educación Primaria de UNSAAC, puesto que en una comunicación e interacción con los docentes de dicha escuela profesional manifestaron que los estudiantes tienen a entregar sus responsabilidades académicas en el último momento, a menudo incompletos o con errores importantes que pudieron haberse evitado con una mejor gestión del tiempo, tendencia que también aplican al estudio para exámenes reflejada en calificaciones no tan satisfactorias para un número significativo de estudiantes. Adicional a ello, se comentó la asistencia irregular a clases, con una tasa notablemente baja en las primeras horas de la mañana y en los días posteriores a la entrega de proyectos importantes, siendo evidente que los estudiantes solicitan constantemente prórrogas en las fechas de entrega de trabajos (Loaiza y Salas, 2024).

En este contexto, la procrastinación académica es un comportamiento que pudo verse intensificado por la nomofobia, generando consecuencias negativas en el desempeño académico de los estudiantes. Es por ello que el presente estudio tuvo como propósito: Determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024, con el fin de contribuir al conocimiento de esta problemática.

1.4 Formulación del problema de investigación

1.4.1 Problema General

¿Cuál es la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?

1.4.2 Problemas Específicos

a) ¿Qué nivel de nomofobia presentan los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco,

sede central, 2024?

b) ¿En qué medida se manifiesta la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?

c) ¿De qué manera la dependencia del acceso a la información se asocia con la procrastinación académica de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?

d) ¿Cómo se vincula el factor de renunciar a la comodidad con la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?

e) ¿En qué medida la incapacidad para comunicarse se relaciona con la procrastinación académica de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?

f) ¿Qué medida de relación existe entre la pérdida de conexión y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?

1.5 Objetivos de la investigación

1.5.1 Objetivo General

Determinar la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

1.5.2 Objetivos Específicos

a) Identificar el nivel de nomofobia en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede

central, 2024.

b) Identificar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

c) Establecer la relación entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

d) Establecer la relación entre renunciar a la comodidad y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

e) Examinar la relación entre no poder comunicarse y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

f) Examinar la relación entre la pérdida de conexión y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

1.6 Justificación de la investigación

1.6.1 Justificación Social

La justificación social de una investigación, según Hernández-Sampieri et al. (2014), se sustenta en la relevancia social del estudio; es decir, en el grado de beneficio o impacto que este tuvo sobre la sociedad o sobre un sector específico de ella. Bajo este argumento, el estudio se justificó socialmente porque la nomofobia y la procrastinación académica, en concordancia con Rivera (2024), son problemas actuales de amplio alcance social que, de manera particular, impactan significativamente en el bienestar de estudiantes universitarios

de diversas instituciones a nivel nacional.

Al demostrar la existencia o no de una relación entre ambas variables, el estudio aporta mediante sus resultados la evidencia suficiente para que otros investigadores puedan replicarlo, lo cual permite la contrastación y comparación de los hallazgos en otras universidades de educación superior, tanto a escala regional como nacional.

Por otro lado, de forma específica, esta iniciativa sirve de evidencia estadística para que la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco (UNSAAC) obtenga un conocimiento objetivo de su propia realidad institucional. Esto facilitará, de ser necesario, la implementación de estrategias enfocadas a favor del desarrollo y bienestar estudiantil, permitiendo a los futuros profesionales enfrentar con éxito los desafíos del entorno digital moderno

1.6.2 Justificación Práctica

De acuerdo con Hernández y Mendoza (2023), la justificación práctica responde a las implicaciones prácticas de la investigación, es decir, a la utilidad concreta de los resultados para resolver un problema real o mejorar una situación en un contexto determinado. Con base a ese argumento, se consideró que el estudio tuvo como justificación práctica porque los hallazgos sobre la relación entre nomofobia y procrastinación académica proporcionan insumos directos para el diseño de intervenciones psicoeducativas y estrategias de gestión del tiempo dirigidas a estudiantes universitarios.

Los resultados permitirán a las autoridades académicas, departamentos de bienestar universitario y servicios de orientación psicológica de la UNSAAC identificar grupos de estudiantes con las problemáticas y priorizar acciones de prevención y promover el uso responsable de dispositivos móviles en el ámbito académico. Además, la evidencia estadística generada podrá ser utilizada como línea base para futuros programas institucionales de salud mental digital y para la elaboración de materiales de sensibilización

sobre el impacto del uso excesivo del smartphone en el rendimiento y la vida estudiantil

1.6.3 Justificación Teórica

La justificación teórica, considerando los argumentos de Fernández et al. (2005), se define como la parte del proyecto donde el investigador explica, con base en teorías y antecedentes, por qué es necesario estudiar el problema desde una perspectiva conceptual.

Con base en el argumento mencionado, se considera que el estudio se justificó teóricamente porque contribuye a la construcción de un marco teórico que ofrece la descripción de la nomofobia y la procrastinación mediante antecedentes, teorías y conceptos que fundamentan la matriz operacional y los objetivos de estudio.

Este aporte fue realizado bajo el proceso de recopilación, síntesis y análisis de la información proveniente de diversos autores con el fin de ser un referente para futuras investigaciones. No obstante, es importante señalar que los fines del marco teórico de la investigación no fueron refutar los modelos teóricos existentes, sino, generalizar los hallazgos sobre la relación entre ambas variables, aprovechando su utilidad estadística en una población significativa.

1.6.4 Justificación Metodológica

De acuerdo con Hernández y Mendoza (2023), la justificación metodológica se fundamenta en la utilidad metodológica del estudio, es decir, en el aporte que este realiza al procedimiento de investigación mediante la adaptación, validación o propuesta de instrumentos, técnicas o diseños que pueden ser replicados en futuros estudios. Con base a dicho argumento, el estudio se justificó porque se utilizó una base instrumental que se ajustó y adaptó a la población, muestra, técnica, instrumento y procesamiento de datos, respondiendo de manera completa a los objetivos establecidos en este estudio. Asimismo, la base instrumental utilizada en la investigación puede ser considerada posteriormente como un antecedente de investigación para el desarrollo de investigaciones futuras que generen

conocimiento válido y confiable en la comunidad científica.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de investigación

2.1.1 Antecedentes Internacionales

Benítez et al. (2024), en su artículo "Nomofobia en estudiantes universitarios de ingeniería en tecnologías de la información: una evaluación según su etapa académica", cuyo objetivo fue determinar el nivel de nomofobia en los estudiantes universitarios. En su metodología se observa el enfoque cuantitativo con un diseño no experimental y un alcance descriptivo. La población estuvo conformada por 234 alumnos y la muestra fue probabilística, con un total de 180 participantes. Para la recolección de datos, se utilizó un cuestionario validado según una escala de Likert. El estudio llegó a la conclusión de que los estudiantes de primeros semestres de ingeniería en tecnologías de la información muestran una mayor tendencia a la nomofobia (miedo a estar sin celular) en comparación con los de últimos semestres, aunque la diferencia no siempre fue significativa.

Medina y Veytia (2022), en su investigación "El impacto de la nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas, 2019 - 2020", cuyo objetivo fue comparar el nivel de adicción al teléfono celular entre los estudiantes de dos universidades mexicanas, la Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo y la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. En su metodología se observó el enfoque cuantitativo de diseño no experimental transversal. La población estuvo compuesta por un total de 1,009 estudiantes, de los cuales 785 eran mujeres y 224 hombres, con una edad promedio de 20 años. Para la recolección de la información, se aplicaron cuestionarios estructurados. El estudio concluyó que el uso excesivo del celular afectó negativamente el rendimiento académico y el bienestar socioemocional de los estudiantes, generando síntomas como ansiedad, dolor de cabeza y dependencia (nomofobia). Además, señaló que este hábito los

alejaba de su entorno real y reducía sus habilidades sociales presenciales.

Estremadoiro y Schulmeyer (2021), en su investigación “Procrastinación académica en estudiantes universitarios” cuyo objetivo fue medir el nivel de procrastinación y describir las razones por las cuales procrastinaron. La metodología del estudio fue de enfoque cuantitativa, diseño no experimental – transversal, de alcance descriptivo. La muestra de estudio fue conformada por 319 estudiantes universitarios de la Universidad Privada de Santa Cruz de la Sierra (UPSA), seleccionados mediante muestreo por oportunidad. Para la recolección de datos se utilizó la escala de Evaluación de Procrastinación para estudiantes (PASS). El estudio concluyó que la mayoría de los estudiantes universitarios presentaron niveles medios de procrastinación académica, con una distribución predominante en el rango medio-bajo. Aunque no se encontraron diferencias significativas en el nivel de procrastinación entre géneros ni facultades, sí se observaron diferencias en los motivos por los que hombres y mujeres procrastinan. Mientras los hombres lo hacen más por miedo al éxito y presión social, las mujeres lo hacen por ansiedad ante la evaluación y perfeccionismo.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

Rivera (2024) en su investigación “Nomofobia y la procrastinación académica en universitarios de un distrito de Lima Norte, 2024” cuyo objetivo fue determinar la asociación entre la nomofobia, procrastinación académica en universitarios de las universidades Universidad Privada del Norte, Universidad Tecnológica del Perú, Universidad de Ciencias y Humanidades y Universidad Católica Sedes Sapientiae ubicados en Lima Norte, 2024. La metodología del estudio fue de nivel básica, con enfoque no experimental-transversal, enfoque cuantitativo y alcance correlacional. La población fue conformada por 29,124 estudiantes universitarios del distrito de Los Olivos en una muestra no probabilística por conveniencia de 360 universitarios de ambos sexos, entre 18 y 35 años. Para la recolección de datos se utilizaron 2 cuestionarios; el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) y la Escala

de Procrastinación Académica (EPA). El estudio llegó a la conclusión que la nomofobia y la procrastinación académica se han relacionado de forma significativa (p=0.027; Rho=0.106) en los estudiantes universitarios. De las cuales se determinó que el 52.8% tuvieron nomofobia de nivel moderado y 36.4% grave; en cuanto a la procrastinación académica, el 46% fue moderado y 28.10% grave.

Navarro y Berrospi (2023), en su investigación "Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de medicina del segundo al sexto año de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan – Huánuco 2020" cuyo objetivo fue determinar la asociación entre nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan – Huánuco 2020. La metodología fue de nivel correlacional; enfoque, cuantitativo; diseño, no experimental. La muestra se determinó de manera no probabilística por conveniencia. Para el desarrollo se aplicó a 168 alumnos como tamaño de la muestra. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptada por Óscar Álvarez (2010), y la escala de Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) para evaluar la nomofobia; dichos instrumentos fueron validados por juicio de expertos. El estudio concluyó que la nomofobia, la procrastinación académica estuvieron significativamente asociadas entre sí. A medida que aumentan la nomofobia incrementa los niveles de procrastinación.

Amesquita (2023), en su estudio "Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de una Institución Educativa de nivel Superior ubicada en Puno, 2022", el cual tuvo como objetivo la determinación de la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de una Institución de Educación Superior en Puno, 2022. En su metodología se ha consignado que el tipo de investigación fue descriptivo de corte transversal, el diseño que se trabajó es no experimental correlacional; la población estuvo conformada por 230 estudiantes y la muestra por 144; el tipo de muestreo fue el no

probabilístico. El instrumento utilizado para las dos variables fue el cuestionario estructurado según la escala de Likert. El estudio ha concluido que existe relación significativa entre la nomofobia y procrastinación en un nivel de significancia de 0,000 y es menor a 0,05 (p = 0,000) en un coeficiente 0.554, el cual es interpretado como relación moderada. Además, el 56.3% de los estudiantes presentaron nomofobia de nivel regular y el 65.3% presentaron un nivel de procrastinación académica moderada.

Caycay (2022), en su investigación "Niveles de Procrastinación y Nomofobia en estudiantes de una Institución Educativa Superior ubicada en Chiclayo", cuyo objetivo fue determinar la relación entre Procrastinación y Nomofobia de una Institución Educativa Superior ubicada en Chiclayo. El estudio en su metodología ha consignado el tipo de investigación básica, de nivel descriptivo; enfoque, cuantitativo; diseño no, experimental transversal, descriptivo correlacional. Por otro lado, la población está conformado por todos los estudiantes de ambos géneros y la muestra se conforma por 50 estudiantes. Se empleó como técnica la encuesta para ambas variables, utilizando como instrumentos de medida que son, la escala de procrastinación (EPA), y el cuestionario de Nomofobia (ARS). El estudio concluyó que existe una correlación significativa de ($p < 0.01$) de una relación positiva moderada (0,499) entre Procrastinación y Nomofobia.

Osorio (2024) en su investigación "Procrastinación académica en los estudiantes de internado de la carrera profesional de Psicología en una universidad privada de Huancayo, 2023" cuyo objetivo fue determinar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes del curso de internado de la carrera profesional de Psicología en una universidad privada de Huancayo, 2023. La metodología del estudio corresponde al nivel básico de investigación, enfoque cuantitativo, diseño no experimental – transversal y de alcance descriptivo. La población y muestra fue conformada por 118 estudiantes de psicología que cursaron el internado I y II en una universidad privada de Huancayo. La muestra fue censal y se aplicó

el instrumento Escala de procrastinación académica (EPA). El estudio concluyó que los internos de psicología demostraron procrastinación moderada, con diferencias por edad (jóvenes procrastinan más) pero no por sexo en autorregulación. Asimismo, se ha señalado que la edad avanzada se asocia a mejores hábitos académicos, destacando la necesidad de intervenciones tempranas para reducir el aplazamiento de tareas.

2.1.3 Antecedentes Locales

En lo que respecta a la revisión de la literatura en el ámbito local, no se han identificado estudios previos que hayan desarrollado de manera conjunta o individual la relación específica entre la nomofobia y la procrastinación académica en universitarios. No obstante, se hallaron investigaciones desarrolladas en el Cusco que analizaron alguna de estas dos variables de forma aislada, aunque orientadas hacia objetivos distintos o vinculadas con constructos diferentes a los planteados en el presente estudio.

Loaiza, N. y Salas, O. (2024), en su tesis “Nomofobia y rendimiento académico en estudiantes ingresantes a las escuelas profesionales de educación primaria y secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022” publicada en el repositorio de la Universidad San Antonio Abad del Cusco. Objetivo: Establecer la relación entre la nomofobia y el rendimiento académico de los estudiantes de las escuelas profesionales de Educación Primaria y Secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco durante el año 2022. Metodología: El nivel de investigación fue básico, de diseño no experimental transversal, cuya población se compuso de 266 estudiantes y una muestra de 186 participantes, a quienes se les aplicaron cuestionarios validados. Resultados: El 41,4% presentó un nivel de nomofobia moderada, 33.9% leve, 41.4%, moderada y 12.9% severa. Conclusión: La nomofobia fue predominantemente moderada en los estudiantes ingresantes a las Escuelas profesionales de educación primaria y secundaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

Sumire C. (2024), en su tesis “Nomofobia y calidad de sueño en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2024” publicada en el repositorio de la Universidad San Antonio Abad del Cusco. Objetivo: Determinar la asociación entre la calidad de sueño y nomofobia en los estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco,2024. Metodología: El tipo de estudio fue básico, enfoque cuantitativo, diseño no experimental – transversal y alcance correlacional. La población fue conformada por 785 estudiantes de la Facultad de Medicina Humana UNSAAC y una muestra de 300 estudiantes que fueron seleccionados de manera aleatoria simple. Para la recolección de datos el estudio aplicó dos cuestionarios estructurados. Resultados: El 78.3% de estudiantes presentó diferentes niveles de nomofobia; de los cuales, el 47.3% moderado, el 20.7% leve, 10.3% severo y solo 21.7% sin nomofobia. Respecto a la calidad del sueño, el 74% presenta mala calidad de sueño; dentro de este porcentaje, el 39.3% requiere atención médica y el 34.7% tratamiento. Conclusión: La nomofobia se consolida como un factor determinante en la alteración de la calidad de sueño de los estudiantes de Medicina Humana, evidenciando que la dependencia excesiva hacia los dispositivos móviles no solo afecta sus hábitos de descanso, sino que también se manifiesta como un fenómeno transversal que trasciende variables sociodemográficas.

Chacaliaza y Quintana (2023) en su tesis “procrastinación y estrés académico en universitarios de una universidad privada, Cusco – 2022” publicada en el repositorio de la Universidad Continental. Objetivo: Establecer la relación entre la procrastinación académica y el estrés académico en universitarios de una universidad privada, Cusco – 2022. Metodología: El enfoque fue cuantitativo, tipo básico, alcance correlacional y diseño no experimental – transversal. La población fue conformada por 899 estudiantes y una muestra de 269 estudiantes que fue realizada de manera probabilística en un muestreo aleatorio

simple. Para la recolección de datos, el estudio aplicó cuestionarios estandarizados suministrados vía remota. Resultados: El 76.2% de la muestra presentó niveles regulares en procrastinación, 23.4% en niveles altos y solo el 0.4% en niveles bajos. Respecto al estrés académico, el 42.8% de los participantes reporta un nivel promedio bajo, seguido del 25.7% con promedio alto, 23.8% con bajo nivel y 7.8% con alto nivel. Conclusión: Existe una relación significativa y positiva entre el estrés académico y la procrastinación en estudiantes de una universidad privada de Cusco ($p = 0.010$), en donde la mayoría de los estudiantes presentan procrastinación promedio (76.2%) combinada con estrés académico bajo o promedio (68.5% combinado).

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Nomofobia

La Nomofobia es un término derivado de la expresión inglesa "no-mobile-phone phobia", que se refiere al temor o la ansiedad excesiva de estar sin un teléfono móvil o de no poder utilizarlo. Este fenómeno ha surgido y se ha incrementado con el auge de la tecnología móvil y su integración en la vida diaria. (Chico et al., 2018)

En este contexto, diversos autores han profundizado en su definición como una condición psicológica caracterizada por el miedo persistente a no tener acceso al teléfono móvil para utilizar en diversas funcionalidades. Según Barrios et al. (2017), las personas que sufren de nomofobia experimentan niveles significativos de ansiedad y angustia cuando se encuentran desconectadas de sus dispositivos móviles, lo que evidencia una fuerte dependencia emocional y psicológica hacia la tecnología móvil.

Complementariamente en el estudio de King et al. (2010), se describe la nomofobia como un trastorno del siglo XXI que generó malestar o ansiedad cuando las personas están fuera de contacto tanto con el teléfono móvil como con el ordenador. Asimismo, también se denominó como el miedo a convertirse en tecnológicamente incomunicable, destacando

cómo Internet y los dispositivos móviles se han integrado profundamente en nuestras vidas. Esta integración ha producido transformaciones psicológicas significativas, proporcionando una mayor sensación de autonomía, libertad, privacidad, intimidad, y seguridad. Además, ha dado lugar a nuevas formas de control interpersonal y una percepción constante de no estar nunca solo.

Adicionalmente, King et al. (2010) identificó que la nomofobia puede considerarse un reflejo de la

profunda integración de las tecnologías en nuestra vida diaria, si bien una cierta preocupación por perderse algo al no tener el móvil a mano es normal, la nomofobia se llegó a caracterizar por un malestar intenso y persistente que interfiere significativamente en las actividades cotidianas y el bienestar emocional. Siendo importante destacar que la nomofobia no siempre fue un trastorno aislado, sino que pudo ser un síntoma asociado a otras condiciones de ansiedad o trastornos mentales preexistentes. Al ser clasificada como una fobia situacional, la nomofobia se manifiesta en situaciones específicas (como estar sin el móvil) y se caracteriza por el miedo a experimentar angustia o a no poder acceder a la ayuda necesaria (King et al., 2010)

De acuerdo algunas fuentes tales como en Iberdrola (2024), se indicó que la nomofobia también puede tener implicaciones más amplias en la salud mental, contribuyendo al estrés, la disminución de la calidad del sueño y la interrupción de las interacciones sociales de manera presencial. Para lo cual, el reconocimiento de la nomofobia como un problema legítimo es el primer paso para el desarrollo de estrategias efectivas que permitan a las personas mantener una relación saludable con sus dispositivos móviles. Sin embargo, no está reconocida oficialmente como una patología mental por la Organización Mundial de la Salud, la preocupación por la dependencia a los equipos móviles es cada vez mayor. Los expertos en salud mental señalaron que el uso excesivo de estos dispositivos

puede conducir a síntomas ansiosos y depresivos, especialmente entre los jóvenes y la constante necesidad de estar conectados y la inmediatez de la información pueden generar estrés y afectar la capacidad de concentración y el bienestar emocional.

2.2.1.1 Impacto de la nomofobia

De acuerdo con el estudio de Vilchez y Vía (2024), el impacto de la nomofobia pudo distinguirse en dos aspectos:

- **A nivel social:** el teléfono móvil se ha convertido en un medio esencial de comunicación, sin embargo, esta herramienta, que nos permite comunicarnos, también puede ser la causa de un aislamiento social. La dependencia de los dispositivos móviles a menudo resultó en una preferencia por las interacciones virtuales, dejando de lado el contacto presencial. Este fenómeno no solo afecta la calidad de nuestras relaciones personales, sino que también puede llevar a malentendidos y resentimientos cuando la atención se desvía constantemente hacia las pantallas durante los encuentros sociales. Además, la nomofobia puede contribuir a la falta de habilidades sociales, ya que las interacciones cara a cara se vuelven menos frecuentes y menos naturales. (Vilchez y Vía, 2024)

- **A nivel laboral:** una de las consecuencias más notables de la nomofobia en el ámbito laboral es la disminución de la productividad. Los trabajadores afectados suelen interrumpir sus tareas para revisar notificaciones o utilizar sus dispositivos para fines personales, lo que reduce su eficiencia y deteriora la calidad de su trabajo. Además, esta dependencia del móvil puede entorpecer las relaciones interpersonales en el trabajo, generar conflictos y tensiones con los compañeros que afectan negativamente el ambiente laboral. Por último, aumenta los riesgos para la seguridad, porque la utilización del dispositivo móvil en momentos que requieren plena atención puede llevar a errores frecuentes. También afecta la capacidad de los trabajadores para la participación de reuniones y colaboraciones efectivas, porque la atención dividida disminuye la calidad de

las contribuciones y el compromiso. (Morales, 2022)

- **A nivel educacional:** el uso desmedido de dispositivos móviles puede generar distracción constante que afecta significativamente la concentración y la capacidad de aprendizaje de los estudiantes en educación primaria, secundaria y superior. Además, la dependencia del móvil puede provocar conductas impulsivas e irritabilidad. El uso del móvil antes de dormir es un hábito que interfiere con los patrones de sueño saludables, lo que repercute directamente en el rendimiento cognitivo y emocional de las personas. (Vilchez y Vía, 2024)

2.2.1.2 Causas de la Nomofobia

Las causas de la nomofobia se relacionan con factores emocionales y psicológicos que afectan a las personas en su interacción con la tecnología móvil. Según Vera (2018), una persona puede desarrollar adicción al teléfono celular debido a problemas afectivos, dificultades para comunicarse con los demás o situaciones complicadas en su vida. Este malestar emocional actúa como catalizador, llevando a los individuos a refugiarse en sus dispositivos móviles. Flores (2013), por su parte, destacó que la inseguridad, el aburrimiento y la soledad son las principales causas de la nomofobia.

En una entrevista realizada en 2012, Carr-Gregg (2012) afirmó que muchos jóvenes que padecen este trastorno no pueden soportar la soledad y dependen de sus teléfonos móviles de una manera similar a como los niños solían llevar un peluche a la cama. Por su parte, Olivares (2014) sostuvo que la nomofobia está estrechamente vinculada a problemas de autoestima y dificultades en las relaciones interpersonales.

En este sentido, la inseguridad personal se presenta como uno de los factores más frecuentes, especialmente cuando va acompañada de una necesidad constante de validación o aprobación. Esta inseguridad, junto con la tendencia a buscar perfección en cada tarea, puede intensificar la dependencia hacia el teléfono móvil, porque las personas afectadas

sienten que solo manteniéndose conectadas pueden cumplir con sus exigencias sin errores, lo que refuerza aún más la compulsión por mantenerse en línea.

2.2.1.3 Características de la Nomofobia

En algunos estudios tales como en Rodríguez et al (2020) y Luna (2018) se ha descrito que algunas de las características notables de la nomofobia son:

- **Dependencia**: una dependencia psicológica y emocional hacia el teléfono móvil, considerándolo como una extensión de uno mismo.
- **Ansiedad**: sentimientos de ansiedad, estrés y nerviosismo cuando el teléfono móvil no está disponible, ya sea por olvido, falta de batería, o ausencia de señal.
- **Compulsión**: comportamiento de revisar constantemente el teléfono móvil para mensajes, llamadas, notificaciones, y redes sociales.
- **Aislamiento Social**: aunque la nomofobia puede llevar a una mayor conectividad digital, también puede causar aislamiento social en el entorno físico debido al enfoque excesivo en el dispositivo móvil.

2.2.1.4 Manifestaciones comunes de la Nomofobia

En el estudio de Flores (2013) se describió que las personas con nomofobia experimentaron un estado emocional inestable cuando no tienen acceso a su celular, ya sea por olvido, falta de cobertura o batería agotada. Esto se manifestó en agresividad, ansiedad y dificultades para concentrarse. La pérdida o robo del dispositivo aumentó la angustia porque implicó la pérdida de contenido como agendas virtuales, fotos y correos electrónicos.

A tal sentido, se identificó los siguientes aspectos o manifestaciones comunes:

- **Angustia**: sentimientos de angustia ante la idea de salir de casa sin el teléfono móvil.
- **Comportamiento Evitativo**: evitar situaciones donde no se pueda utilizar el teléfono móvil.

- **Distracción**: dificultad para concentrarse en tareas o actividades sin la presencia del teléfono móvil.
- **Interrupción del Sueño**: alteraciones en los patrones de sueño debido a la necesidad de mantener el teléfono móvil cerca o encendido.

2.2.1.5 Modelo de medición de la Nomofobia

Escala de medición Nomofobia NMP-Q: Para este estudio se utilizó como referencia el modelo de Nomofobia (NMP-Q), titulado "Estructura factorial y puntos de corte de la versión española". Fue desarrollado por Yildirim y Correia (2015) y posteriormente revalidado en diferentes estudios, tales como en León et al. (2021), con el objetivo de medir el grado de nomofobia en individuos. En la actualidad, este cuestionario se ha convertido en un instrumento ampliamente utilizado y validado en diversas investigaciones sobre la nomofobia.

El NMP-Q se utilizó en diversos contextos para evaluar el nivel de nomofobia en diferentes poblaciones, incluidas muestras de adolescentes y jóvenes adultos. En cuanto a sus propiedades psicométricas, el NMP-Q demostró tener una buena fiabilidad y validez en diversos estudios. Los índices de fiabilidad para las dimensiones del NMP-Q variaron entre 0.78 y 0.92, lo que indica una alta consistencia interna. El análisis factorial confirmatorio reveló un modelo jerárquico con cuatro factores correlacionados, explicados por un factor general de segundo orden.

El NMP-Q evaluó cuatro dimensiones principales relacionadas con la nomofobia:

a) **Dependencia del acceso a la información**: Esta dimensión mide la ansiedad relacionada con la incapacidad de acceder a información inmediata a través del teléfono móvil, que incluye ítems que evalúan el grado de incomodidad y molestia que siente una persona al no poder buscar información en su dispositivo.

b) **Renunciar a la comodidad**: Esta dimensión se enfoca en los sentimientos de incomodidad y ansiedad cuando una persona no puede usar su teléfono móvil debido a la falta de batería, señal o saldo, lo que evalúa la dependencia hacia la disponibilidad del teléfono móvil para mantener una sensación de seguridad y comodidad.

c) **No poder comunicarse**: Esta dimensión mide el miedo y la ansiedad relacionados con la incapacidad de comunicarse instantáneamente con familiares y amigos, que incluye ítems que evalúan la preocupación por no poder recibir mensajes de texto, llamadas o mantenerse en contacto constante.

d) **Pérdida de conexión**: Esta dimensión evalúa las emociones vinculadas a la pérdida de conexión con la propia identidad en línea y las redes sociales, y mide la ansiedad que sienten las personas al no poder acceder a sus perfiles, contactos y notificaciones en línea.

2.2.1.5 Dimensión 1, Dependencia del acceso a la información

Esta dimensión abarca la preocupación y el malestar que siente una persona cuando se ve imposibilitada de acceder a datos, noticias, mensajes u otro contenido en línea al que normalmente tendría acceso, reflejando así como la dependencia de la tecnología puede generar ansiedad al interrumpirse la comunicación e información habituales. El temor a estar desconectado de la constante fuente de información que ofrecen los dispositivos móviles puede causar inseguridad y estrés en un contexto donde la inmediatez de la información es crucial para decisiones personales, sociales y profesionales. Esta ansiedad puede manifestarse en situaciones sin conexión a internet, falta de batería en el dispositivo, o pérdida o daño del mismo, afectando el bienestar emocional al percibirse "fuera de contacto" o incapaz de recibir actualizaciones en tiempo real. (Yildirim y Correia, 2015)

De acuerdo con el modelo NMP-Q para medir la nomofobia, esta dimensión mide la ansiedad relacionada con la incapacidad de acceder a información inmediata a través del teléfono móvil que incluye ítems que evalúan el grado de incomodidad y molestia que siente

una persona al no poder buscar información en su dispositivo.

En consideración a la conceptualización se utilizaron los siguientes indicadores:

- **Necesidad de acceso constante a información:** Este indicador mide cuánto necesita una persona estar conectada todo el tiempo. No se trata solo de tener acceso a la información, sino de mantenerlo de forma constante, como si el teléfono fuera una herramienta esencial para orientarse y tomar decisiones en el día a día.
- **Necesidad de búsqueda inmediata:** Este indicador mide cuánto una persona depende de su dispositivo móvil para resolver sus dudas de manera inmediata, este indicador mide la incomodidad o frustración que aparece cuando el individuo no puede confirmar algo al momento, cómo verificar una información o satisfacer una curiosidad.
- **Necesidad de actualización social:** Este indicador capta la dependencia de las personas de sus dispositivos móviles para mantenerse informados sobre noticias actuales, ya sean globales, locales. La falta de acceso a la actualización de estas noticias puede generar la sensación de desconexión con el mundo y de su círculo social.
- **Dependencia funcional del dispositivo:** Este aspecto evalúa cómo la falta de acceso a todas las funciones multifacéticas del smartphone (como aplicaciones de navegación, redes sociales, correo electrónico, cámara, etc.) puede afectar el estado emocional de la persona. La incapacidad de utilizar estas funciones puede disminuir la eficacia personal y profesional, aumentando la sensación de ineficiencia y aislamiento.

2.2.1.6 Dimensión 2, Renunciar a la comodidad

De manera general se conceptualizó como la capacidad del individuo para tolerar la ausencia de tecnología móvil sin experimentar niveles elevados de malestar o ansiedad. Esta dimensión de la nomofobia refleja la disposición psicológica a prescindir de las facilidades digitales (como el acceso inmediato a información, comunicación o entretenimiento), en favor de una autonomía emocional más equilibrada. (Yildirim, y Correia, 2015)

De acuerdo con el modelo NMP-Q, esta dimensión se enfocó en los sentimientos de incomodidad y ansiedad cuando una persona no puede usar su teléfono móvil debido a la falta de batería, señal o saldo y evaluó la dependencia hacia la disponibilidad del teléfono móvil para mantener una sensación de seguridad y comodidad. En consideración a la conceptualización se utilizaron los siguientes indicadores:

- **Incomodidad por falta de batería:** Este indicador examinó cómo la baja batería en un dispositivo móvil puede provocar ansiedad en los usuarios. La preocupación surge de la posibilidad de que el teléfono se apague y no esté disponible para uso, lo que impide el acceso a información, comunicación y otros servicios esenciales.
- **No contar con saldo y límite de datos:** Este indicador evaluó la preocupación que sienten los usuarios cuando se están quedando sin saldo en su teléfono o cuando estaban cerca de alcanzar el límite de sus datos móviles. Considerándose que la ansiedad puede incrementarse ante la posibilidad de no poder realizar llamadas, enviar mensajes o acceder a internet.
- **Permanecer sin conectividad:** Se refiere a la ansiedad asociada con la falta de conexión a una red, ya sea Wi-Fi o datos móviles. Este indicador mide el malestar que experimentan los usuarios cuando se encuentran en áreas con señal deficiente o sin acceso a internet, lo que les impide mantenerse conectados.
- **No tener disponible el dispositivo:** Este indicador evalúa cómo la falta de acceso físico al dispositivo móvil (debido a olvido, pérdida o robo) impacta en el nivel de ansiedad del usuario, entendiéndose que la preocupación central es no tener el teléfono disponible para su uso cuando se necesite.
- **No poder revisar notificaciones:** Mide la frecuencia con la que una persona siente la necesidad de revisar su dispositivo móvil, considerándose que este comportamiento puede indicar una dependencia excesiva al dispositivo, donde la incapacidad de revisarlo

regularmente (por cualquier motivo) puede causar ansiedad y estrés.

2.2.1.7 Dimensión 3, no poder comunicarse

La dimensión "No poder comunicarse" del modelo NMP-Q evaluó la dependencia de las personas en la tecnología móvil para interactuar con otros. En un mundo altamente conectado, el teléfono móvil facilita no solo llamadas y mensajes de texto, sino también el acceso a redes sociales, aplicaciones de mensajería instantánea, correos electrónicos y plataformas de videoconferencias. La incapacidad de comunicarse puede generar sentimientos de aislamiento, pérdida de oportunidades y ansiedad, especialmente en situaciones de urgencia o importancia social o laboral. (Yildirim, y Correia, 2015)

La imposibilidad de comunicarse puede provocar temor o angustia debido a la dependencia creciente hacia los dispositivos móviles para mantenerse conectado con el mundo exterior. La incomunicación en la nomofobia incluye no solo la dificultad para contactar o ser contactado, sino también la incapacidad de acceder a información en tiempo real o de participar en redes sociales, aumentando la sensación de desconexión de la sociedad. En la era digital, donde la inmediatez de la comunicación es una expectativa común, la ausencia de esta puede ser extremadamente perturbadora. La nomofobia, por tanto, puede afectar negativamente la vida diaria, el bienestar emocional y la capacidad de interactuar socialmente sin la mediación de la tecnología.

Esta dimensión mide el miedo y la ansiedad relacionados con la incapacidad de comunicarse instantáneamente con familiares y amigos. Incluye ítems que evalúan la preocupación por no poder recibir mensajes de texto, llamadas o mantenerse en contacto constante.

En consideración a la conceptualización se utilizaron los siguientes indicadores:

- **No poder comunicarse al instante**: Este indicador midió el miedo que surge de no poder comunicarse en tiempo real que incluyó la necesidad de respuesta inmediata a través de

plataformas de mensajería instantánea como WhatsApp, Messenger, mensajería de texto, etc.

- **No estar disponible para otros**: Evaluó la importancia del móvil como herramienta para mantener el contacto regular con familiares, amigos y colegas. La preocupación de este indicador es que, sin el dispositivo, el individuo se siente aislado y desconectado del círculo social y profesional.
- **No poder recibir mensajes y llamadas**: Este indicador consideró la preocupación por no recibir mensajes de texto o llamadas, considerándose importante en situaciones donde la comunicación puede contener información importante o urgente.
- **Temor a dañar las relaciones**: Se centra en cómo la tecnología móvil es utilizada para gestionar y mantener relaciones a largo plazo, señalándose que la imposibilidad de acceder a la información de contacto o interactuar regularmente a través de dispositivos puede impactar negativamente las relaciones personales y laborales.
- **No saber si alguien te contactó**: Este indicador reflejó el nivel de molestia que surge al no conocer quien contactó al dispositivo móvil del individuo.
- **Sentirse excluido de los grupos**: Evaluó específicamente la molestia de la incapacidad de utilizar dispositivos móviles para las relaciones cercanas y personales.

2.2.1.8 Dimensión 4, Pérdida de conexión

Esta dimensión del modelo de medición NMP-Q se conceptualiza como el nivel de malestar emocional, ansiedad anticipatoria o angustia que experimenta una persona ante la posibilidad o realidad de quedar desconectada de su teléfono móvil o de Internet. Esta dimensión refleja la necesidad de la disponibilidad para la comunicación y acceso digital, además que evalúa la molestia que produce la interrupción en el vínculo con redes sociales, plataformas informativas, correo electrónico y servicios de mensajería. A mayor intensidad de esta dimensión, mayor es la percepción de aislamiento o inseguridad frente a escenarios

donde no se puede establecer contacto virtual inmediato. (Yildirim, y Correia, 2015)

Esta dimensión del modelo de medición de nomofobia NMP-Q, evalúa las emociones vinculadas a la pérdida de conexión con la propia identidad en línea y las redes sociales, mide la ansiedad que sienten las personas al no poder acceder a sus perfiles, contactos y notificaciones en línea.

Los indicadores que fueron considerados para esta dimensión según el modelo NMP-Q son:

- **Sentir que se pierde la identidad online**: Este indicador evalúa cómo la incapacidad de acceder a su identidad digital (como perfiles en redes sociales o plataformas de juego) puede afectar a una persona.
- **No poder participar en redes sociales**: Mide la ansiedad causada por no poder publicar, ver, o interactuar con contenido en plataformas de redes sociales como Facebook, Instagram, Twitter, etc.
- **No saber qué pasa en las redes**: Considera la necesidad compulsiva de revisar notificaciones de aplicaciones, correos electrónicos, o mensajes.
- **No poder revisar el correo electrónico**: Evalúa la preocupación por no poder revisar el correo electrónico, lo cual es crucial no solo para la comunicación personal, sino también para la profesional y académica.
- **Sentir que se altera la rutina diaria**: Este indicador mide cómo la falta de acceso al teléfono o Internet puede perturbar la sensación de normalidad y rutina diaria de una persona.

2.2.2 Procrastinación

El término “procrastinación" proviene del latín "procrastinare", que se compone de "pro", que significa adelante, y "crastinus", que se refiere al futuro, implicando así una postergación hacia un tiempo posterior (García y González, 2022). De acuerdo con Otero et al. (2023), este término se definió como el acto de posponer tareas,

responsabilidades o decisiones para sustituirlas por actividades más agradables desde la percepción del individuo pero menos importantes.

Si bien este comportamiento puede ser ocasional y comúnmente ocurrido en muchas personas, cuando se convierte en un hábito frecuente, puede reflejar problemas de regulación del tiempo y gestión en las prioridades de las personas. En el ámbito de la psicología, la procrastinación también se vincula con la ansiedad que es generada por una tarea pendiente y la evasión de enfrentarla (Atalaya y García, 2019). Aunque es algo común, cuando la procrastinación se vuelve constante puede llegar afectar la productividad y el bienestar emocional de una persona, tanto en lo personal como en lo profesional.

Cabe destacar que la procrastinación no distingue edades, géneros y niveles académicos, por la cual, reviste de importancia suficiente para que organizaciones identifiquen señales y adopten estrategias para reducir su impacto, asegurando un mejor desempeño en los ámbitos laboral y académico (Otero et al., 2023).

En el contexto educativo, este comportamiento es relevante; de acuerdo con Marquina et al. (2020), muchos estudiantes reemplazan sus obligaciones académicas con actividades con menor prioridad (dormir, jugar o ver televisión). La falta de orden y la procrastinación constante hacen que las tareas se acumulen, lo que a menudo impide cumplir con los plazos establecidos. (Domínguez, 2017)

2.2.2.1 Características de la procrastinación

La procrastinación es un problema que se manifiesta en diversos ámbitos de la vida, como la academia, la salud, la familia, el trabajo y el tiempo libre. Este fenómeno se caracterizó por la experiencia de posponer tareas, lo que a menudo conduce a no completarlas, más que por la falta de finalización de la tarea en sí. (Garzón et al., 2020)

Según Carranza y Ramírez (2013), las personas que procrastinan tienden a evitar situaciones que perciben como desafiantes o donde creen que es poco probable lograr un

buen resultado. Esto se reflejó en la tendencia a postergar el inicio de tareas, completarlas en el último momento, exceder los plazos establecidos o incluso evitar llevarlas a cabo de manera indefinida. (Garzón y Gil, 2017)

De acuerdo con López et al. (2020), el sujeto que procrastina inicialmente se compromete a realizar una tarea, pero luego se ve invadido por pensamientos desalentadores sobre su progreso y capacidad para planificar o completar la actividad. Además, surgen pensamientos automáticos negativos relacionados con la baja autoeficacia. Esto se describe en una falta de planificación de las actividades de acuerdo con el tiempo disponible para su entrega, lo que resulta en la postergación de las tareas hasta el último momento.

Las personas que procrastinan suelen presentar una combinación de características que incluyen baja autoestima, falta de autoconfianza, déficit de autocontrol, depresión, desorganización y, en algunos casos, perfeccionismo, impulsividad disfuncional y ansiedad (Hidalgo et al., 2022). La procrastinación conlleva malestar subjetivo y va más allá de una simple gestión deficiente del tiempo o falta de responsabilidad, se trata de un problema de autorregulación que afecta la cognición, el afecto y la conducta, llevando a evadir responsabilidades necesarias, como tareas o decisiones oportunas, a pesar de ser conscientes de las consecuencias negativas. Este miedo a la pérdida y la incapacidad impulsa al estudiante a protegerse del temor al fracaso, al éxito, a la separación o al compromiso, lo que resulta en la constante postergación de sus acciones. (Muñoz y Hurtado, 2017)

Esta conducta se reflejó en la demora para iniciar tareas, evitando así cuestionar sus habilidades y capacidades. Algunos procrastinadores prefieren socializar o participar en actividades recreativas, como ir al cine o ver una película, en lugar de concentrarse en tareas importantes o estudiar para un examen. De esta manera, el procrastinador es alguien que tiene la intención de actuar, pero no logra hacerlo (Muñoz y Hurtado, 2017)

2.2.2.2 Tipos de Procrastinación

De acuerdo con Wong et al. (2022) se identificó dos tipos de procrastinación:

a) **La procrastinación laboral**: Se refiere al hecho de retrasar tareas y responsabilidades en el trabajo que puede generar pérdida de tiempo, retrasos en proyectos y disminución en la productividad. La procrastinación no solo afecta el desempeño individual, sino que también genera un impacto negativo en el equipo laboral y por ende en los resultados de la empresa. Se consideró que las personas que procrastinan eligen las actividades más placenteras en lugar de las tareas que necesitan atención. (Martin et al, 2022)

b) **La procrastinación académica**: Puede llegar a ser entendida como aquel hábito de postergar las tareas relacionadas con el ámbito educativo, considerándose un problema en los entornos de aprendizaje debido a sus efectos negativos sobre el rendimiento académico, autoeficacia, proceso de aprendizaje y la calidad de vida del estudiante. (Garzón y Gil, 2017)

2.2.2.3 Teorías asociadas a la procrastinación

De acuerdo con Atalaya y García (2019), las teorías de la procrastinación son:

a) **Teoría psicodinámica:** Esta perspectiva plantea que la procrastinación tiene sus raíces en la infancia y se manifiesta mediante procesos mentales inconscientes y conflictos internos, de modo que el acto de postergar se entiende como un mecanismo de defensa ante tareas percibidas como amenazantes donde la ansiedad actúa como advertencia para el ego, considerando además que las altas expectativas y la presión parental influyen significativamente en esta conducta, especialmente durante la adolescencia como una postura de rebeldía hacia la autoridad, lo cual resalta que este comportamiento es, en última instancia, una manifestación de inmadurez o de conflictos internos no resueltos (Atalaya y García, 2019, p. 370).

b) **Teoría motivacional:** Desde una perspectiva sociocognitiva, esta teoría vincula la procrastinación con la falta de motivación autodeterminada, donde los estudiantes desmotivados son más propensos a posponer tareas debido a que la motivación intrínseca y extrínseca posee una relación negativa con esta conducta, de modo que el comportamiento se ve influido por emociones y creencias donde el sujeto opta entre la fe de lograr el triunfo o el temor a no alcanzarlo, lo cual explica que, bajo la teoría de las metas de logro, el estudiante procrastine al enfrentar objetivos difíciles y prefiera situaciones donde el éxito esté asegurado para evadir un contexto percibido como negativo. (Atalaya y García, 2019, p. 371)

c) **Teoría conductual:** Esta perspectiva considera a la procrastinación como un comportamiento aprendido que se mantiene mediante la repetición y el refuerzo de sus efectos, de modo que la conducta queda fijada al ejecutar tareas que impliquen satisfacción a corto plazo, lo cual sucede cuando el estudiante pospone actividades académicas que requieren esfuerzo a cambio de "premios" inmediatos como el tiempo libre o actividades placenteras, reforzando así un patrón donde se postergan los logros a largo plazo por recompensas instantáneas que consolidan el hábito (Atalaya y García, 2019, p. 372)

d) **La teoría cognitiva-conductual**: Esta perspectiva sostiene que la procrastinación está determinada por pensamientos irracionales y sesgos cognitivos que derivan en un procesamiento disfuncional de la información, lo cual se manifiesta a través de pensamientos obsesivos sobre el fracaso y dificultades severas para organizar el tiempo. Este fenómeno se ilustra mediante el modelo ABC, donde un evento como una tarea difícil se combina con creencias irracionales del tipo "no sirvo para esto", desencadenando

> consecuencias emocionales como la ansiedad y la postergación de la actividad, ciclo que se ve perpetuado por una baja tolerancia a la frustración y la convicción de que es imposible resolver la situación, afectando de manera directa el comportamiento y la estabilidad emocional del individuo (Atalaya y García, 2019, p. 372-373).

2.2.2.4 Modelo de medición de la procrastinación

Escala de Procrastinación Académica (EPA). La Escala de Procrastinación Académica (EPA) es un instrumento psicométrico que fue diseñado para medir el nivel de procrastinación en estudiantes, específicamente en contextos académicos (Trujillo y Noé, 2020). Este instrumento evaluó la tendencia a posponer tareas académicas hasta un punto que afecta negativamente el rendimiento y bienestar, vinculado a factores como la impulsividad, el disgusto a la tarea o la demora en la satisfacción (Steel, 2007, citado en Trujillo y Noé , 2020, p. 99).

La escala consiste en una serie de ítems valorados mediante una escala Likert de cinco puntos (nunca, pocas veces, a veces, casi siempre, siempre), que reflejan diversas manifestaciones de procrastinación académica (Trujillo y Noé, 2020, p. 100). Originalmente fue desarrollada por Busko (1998) y adaptada por Álvarez (2010), ha sido ampliamente utilizada en investigaciones para explorar relaciones entre procrastinación y variables como el estrés académico o la autorregulación (Domínguez et al., 2014, citado en Trujillo y Noé, 2020, p. 101).

Estos datos permiten a psicólogos educativos el diseño de intervenciones basadas en evidencia, como técnicas de reestructuración cognitiva para desarrollar el miedo al fracaso o programas de manejo del tiempo (Solomon y Rothblum, 1984, citado en Trujillo y Noé, 2020, p. 105), mejorando así el desempeño académico y bienestar estudiantil.

En este estudio, para medir la procrastinación académica se utilizó la validación del

mismo instrumento en una muestra universitaria utilizando como punto de partida la investigacion de Domínguez y Villegas a fin de contar con un instrumento validado con las propiedades psicométricas apropiadas. (Domínguez et al., 2014)

2.2.2.5 Dimensión 1, Autorregulación académica

La autorregulación puede ser definida como la capacidad de una persona para controlar y gestionar sus propios pensamientos, emociones y comportamientos. Este proceso permite la adaptación de los individuos a diferentes situaciones y trabajar hacia sus metas y objetivos de manera efectiva. Es un aspecto fundamental del funcionamiento psicológico y está relacionado con el autocontrol y las funciones ejecutivas del cerebro. La autorregulación implica una serie de habilidades cognitivas y emocionales que permiten a una persona evaluar su entorno, tomar decisiones conscientes y actuar de acuerdo con sus principios y objetivos a largo plazo. (Sánchez, et al., 2023)

Dentro del contexto educativo, la autorregulación académica se definió como una aplicación específica de la autorregulación general en el aprendizaje. En este sentido, los estudiantes utilizan estas capacidades para la gestión y optimización de su proceso de aprendizaje, para lograr ello, esto implica la habilidad de los estudiantes en la planificación y poner en práctica estrategias de estudio, supervisar su propio progreso académico, y ajustar sus métodos de aprendizaje de acuerdo a su autoevaluación de eficacia y los desafíos que enfrentan en el entorno educativo. (Blanca, 2017)

La autorregulación del aprendizaje es un concepto importante en la psicología educativa, porque desempeña un rol en los procesos de enseñanza-aprendizaje. Se entiende como un proceso que activa y mantiene pensamientos, conductas y emociones para alcanzar metas propuestas. La autorregulación implica un control consciente que los individuos ejercen sobre sus pensamientos, acciones, emociones y motivaciones, mediante estrategias que los dirigen hacia los objetivos establecidos. (Covarrubias, et al., 2019)

A tal sentido partiendo de las definiciones de los autores antes mencionados se indica que la autorregulación, tanto personal como académica, se consideró un componente en el desarrollo de competencias personales y académicas, influyendo en la salud, el éxito académico y profesional. Estos procesos de autorregulación no sólo ayudaron a los estudiantes a manejar sus estudios de manera más efectiva, sino que también fortalecen su capacidad para enfrentar desafíos en diversos aspectos de la vida, haciendo de la autorregulación una habilidad vital tanto en el ámbito personal como en el educativo

Los indicadores de la regulación académica de acuerdo con la Escala de Procrastinación Académica (EPA) se describe brevemente en:

- **Organización del tiempo de estudio**: Se define como la capacidad del estudiante para distribuir y estructurar períodos específicos dedicados al aprendizaje, considerando la asignación correcta de recursos para desarrollar sus actividades académicas.
- **Planificación de tareas proceso**: Es un procesamiento sistemático mediante el cual el estudiante establece anticipadamente los pasos, recursos y estrategias necesarios para completar sus actividades académicas, incluyendo la secuenciación lógica de acciones para alcanzar objetivos educativos
- **Establecimiento de prioridades:** Es aquella habilidad de la persona que sirve para identificar y ordenar las actividades académicas según su nivel de importancia y urgencia, permitiéndole tomar decisiones correctas sobre qué tareas abordar primero en función de su relevancia y plazo de entrega.
- **Cumplimiento de fechas límite:** Es la capacidad del estudiante para completar y entregar las actividades académicas dentro de los plazos fijados, demostrando responsabilidad y gestión efectiva del tiempo en relación con los requerimientos institucionales de los centros de estudio.

2.2.2.6 Dimensión 2, Postergación de actividades

La postergación de actividades es el acto de retrasar o aplazar tareas o situaciones que deben ser atendidas, prefiriendo realizar otras actividades que suelen ser menos relevantes o más placenteras. Este comportamiento puede llevar a que las tareas importantes se acumulen y generen estrés o ansiedad por no haber sido completadas en el tiempo adecuado. (Duda y Gallardo, 2022)

La postergación de actividades en jóvenes, especialmente en el ámbito educativo, es un fenómeno multifacético que involucra factores emocionales, conductuales y contextuales. A menudo, se observa que los estudiantes posponen tareas académicas debido a la falta de autogestión, habilidades de organización o motivación. Las emociones realizan un papel importante; la ansiedad, el miedo al fracaso o la falta de interés pueden llevar a la procrastinación. Además, la influencia del entorno educativo es significativa. La presión de los padres, las expectativas de los profesores y la carga de trabajo percibida pueden contribuir a este comportamiento. (López, 2021)

Los indicadores de la regulación académica de acuerdo con la Escala de Procrastinación Académica (EPA) se describe brevemente en:

- **Retraso en la entrega de trabajos:** Puede ser entendida como una conducta que se manifiesta cuando el estudiante difiere o aplaza la culminación y presentación de sus asignaciones académicas que van más allá del plazo establecido, a pesar de tener el tiempo suficiente para realizarlas.
- **Aplazamiento de lecturas asignadas:** Se conceptualiza como aquel comportamiento que se caracteriza por la postergación de manera voluntaria de las actividades de lectura y comprensión de documentos o textos académicos requeridos, relegándolas a momentos cercanos a evaluaciones o entregas.
- **Demora en preparación de exámenes:** Es una actitud de retrasar el inicio o comienzo

del estudio y preparación para evaluaciones, exámenes o pruebas hasta momentos próximos a su realización, reduciendo el tiempo de aprendizaje y comprensión del material.

- **Sustitución de actividades académicas por otras:** Corresponde al proceso mediante el cual el estudiante tiende a reemplazar de manera conscientemente el tiempo destinado para la realización de sus tareas académicas por otras actividades de menor prioridad o de carácter recreativo, afectando su desempeño o rendimiento académico.

2.2.2.7 Dimensión 3, Factores motivacionales

La motivación es un proceso psicológico que impulsa a las personas o individuos a actuar y a alcanzar metas. Se orienta a la fuerza interna o externa que puede llegar a generar un comportamiento específico y determinación en la dirección, intensidad y persistencia de las acciones. Con respecto a los factores motivacionales, constituyen a un conjunto de elementos psicológicos de los individuos que influyen en la disposición, persistencia del comportamiento para evitar postergar actividades. (Naranjo, 2009)

En el aspecto académico del estudiante, son considerados a todos aquellos elementos que influyen en la motivación de los estudiantes para lograr aprender, participar en actividades educativas y que les permitan alcanzar sus metas en el aspecto académico. Sin embargo, en la gran mayoría de autores coincide que estos factores pueden ser tanto internos como externos (intrínsecos/extrínsecos) y tienen una función en el rendimiento académico y en la experiencia educativa en general. (Bayona, et al., 2018)

Sin embargo, existen otros factores como el miedo al fracaso que se relacionan a la motivación para alcanzar sus metas, este miedo puede generar una doble repercusión en el estudiante. Por un lado, puede ser un factor motivacional, impulsándolo a esforzarse más para evitar situaciones de fracaso y cumplir con sus objetivos académicos. Por otro lado, si este miedo se convierte en ansiedad o inseguridad, puede llevar al estudiante a la

procrastinación o a evitar desafíos importantes. Cuando los estudiantes creen que no son capaces de cumplir con las expectativas académicas, tienden a evitar actividades que consideran difíciles, lo cual afecta negativamente su rendimiento y sus logros. (Zepeda et al., 2023)

En algunos textos también se describe que el perfeccionismo es otro factor que se encuentra relacionado a la motivación académica. El perfeccionismo, cuando se orienta de manera saludable, puede llegar a motivar a los estudiantes a establecer altos estándares y a mejorar su esfuerzo por alcanzarlos, lo que puede mejorar su rendimiento académico. Sin embargo, cuando se convierte en un perfeccionismo mal adaptado, puede ser perjudicial, ya que los estudiantes tienden a desarrollar un miedo exagerado a cometer errores, lo que los lleva a postergar actividades por temor a no cumplir con sus propios estándares. (Mansouri, 2022)

A tal sentido, los indicadores de los factores motivacionales que se han consignado en este estudio son:

- **Autoeficacia académica:** Es aquel juicio propio que tiene el estudiante sobre sus propias capacidades para organizar y ejecutar las acciones que son sustanciales para alcanzar un nivel alto de rendimiento académico.
- **Motivación intrínseca/extrínseca:** La motivación intrínseca puede ser conceptualizada como el impulso interno que lleva al estudiante a realizar actividades académicas por el interés, satisfacción y placer inherente a la actividad misma. Por otro lado, la motivación extrínseca es aquella vinculada a la realización de actividades por factores externos como calificaciones, reconocimiento o evitación de consecuencias negativas.
- **Perfeccionismo:** Corresponde a un rasgo de la personalidad que está caracterizado por la tendencia a establecer estándares difíciles de alcanzar y en algunos casos estos pueden llegar a ser excesivos al estar acompañados por una evaluación crítica del propio

comportamiento y una preocupación por cometer errores.

- **Miedo al fracaso:** Este estado emocional se encuentra caracterizado por la aprensión o ansiedad asociada con la posibilidad de no cumplir con las expectativas.

2.2.2.8 Dimensión 4, Factores situacionales

Los factores situacionales son definidos como un conjunto de elementos contextuales y ambientales que inciden directamente en el comportamiento procrastinador. Estos factores representan las condiciones externas que influyen tanto positiva como negativamente en el compromiso con las actividades y favoreciendo el proceso de postergación. Entre estos elementos, se identifica la estructura y claridad de las consignas proporcionadas por los docentes, el nivel de apoyo percibido, la relevancia y utilidad percibida de los contenidos, y la presencia de desafíos académicos que promuevan el pensamiento crítico y la creatividad. Además, los contextos socioculturales en los que los estudiantes se desenvuelven también pueden determinar el grado de estimulación y las oportunidades para el aprendizaje significativo, la colaboración y la autorregulación. Así, la interacción entre los factores situacionales y personales juega un papel crucial en la aparición o mitigación de la procrastinación académica. (Rigo, 2020)

Los factores situacionales para este estudio son:

- **Distractores ambientales:** Constituyen aquellos estímulos presentes en el entorno del individuo. Estos distractores pueden llegar a interferir con la concentración y el desarrollo efectivo de las actividades académicas. En algunos estudios se describen como factores del entorno, y se considera al ruido, iluminación, ambiente, olores que representan interrupciones frecuentes en el proceso de aprendizaje.
- **Influencia de pares:** Se conceptualiza a la influencia de los compañeros o grupos de

iguales en el comportamiento, actitudes y decisiones del individuo. Las relaciones interpersonales en el ámbito educacional pueden actuar como un factor de doble filo. Por un lado, pueden formar una red de apoyo que logra fomentar hábitos de estudio en lo positivo, pero por otro, pueden convertirse en una fuente de distracción y promoción de conductas dilatorias, especialmente cuando existe presión grupal.

- **Carga académica:** La carga académica es un factor situacional crítico que refleja la cantidad y complejidad de las responsabilidades que el estudiante debe gestionar simultáneamente. Este indicador no solo abarca el número de asignaturas y créditos que el estudiante cursa, sino también la distribución temporal de las evaluaciones, la superposición de fechas de entrega y la necesidad de equilibrar las actividades curriculares con otras responsabilidades. La percepción de una carga académica excesiva puede desencadenar comportamientos procrastinadores como mecanismo de afrontamiento ante la sensación de sobrecarga**.**

- **Dificultad de las tareas:** Se entiende como aquel grado de dificultad que presentan las tareas o actividades que los estudiantes deben completar como parte de su formación académica. Esta dificultad puede variar según diversos factores y tiene un impacto significativo en el aprendizaje de los estudiantes.

2.3 Marco conceptual

a) **Autorregulación Académica**: Capacidad de los estudiantes para gestionar sus recursos cognitivos, emocionales y comportamentales para alcanzar objetivos académicos. Involucra planificación, supervisión del progreso y ajuste de estrategias de aprendizaje basadas en la autoevaluación. (Blanca, 2017)

b) **Compulsión**: Impulso irresistible de realizar una acción repetitivamente, que puede manifestarse en la verificación constante del teléfono como parte de la nomofobia.

(Rodríguez et al, 2020)

c) **Dependencia tecnológica:** Se refiere a la necesidad creciente de utilizar tecnologías y sistemas para realizar tareas cotidianas, lo que puede generar una dependencia emocional y psicológica hacia ellas. Esta dependencia puede ser temporal o permanente y afecta a todos los niveles, desde la comunicación y la información hasta la economía y la productividad. (Luna, 2018)

d) **Ansiedad:** La ansiedad es una respuesta emocional que se caracteriza por sentimientos de tensión, preocupación y cambios físicos como aumento de la presión arterial. Es una reacción natural ante situaciones que se perciben como amenazantes o desafiantes. (Chico et al., 2018)

e) **Redes Sociales:** Es una plataforma digital que permite a los usuarios crear un perfil personal para interactuar con otras personas. Estas interacciones pueden incluir compartir información, fotos y videos, así como la comunicación a través de mensajes. El concepto de red social también se extiende a su función como medio de comunicación masiva, donde los usuarios pueden mantenerse informados y participar en discusiones sobre diversos temas. (Del Prete, et al. 2020)

f) **Adicción:** Se define como una dependencia patológica hacia una sustancia o actividad, que resulta en un consumo compulsivo y dificultad para detener dicho comportamiento a pesar de las consecuencias negativas. Es un trastorno que afecta tanto al cerebro como al comportamiento, manifestándose en un deseo dominante de continuar con la práctica adictiva. (Vera, 2018)

g) **Escala de Procrastinación Académica (EPA)**: Instrumento psicométrico diseñado para evaluar la tendencia a la procrastinación en contextos académicos, midiendo aspectos como la gestión del tiempo y la postergación de tareas. (Domínguez et al., 2014)

h) **Estrés**: Respuesta física y mental a desafíos o demandas, que en niveles elevados puede afectar negativamente la salud, el bienestar y la productividad. (Duda y Gallardo, 2022)

i) **Gestión del Tiempo**: Habilidad para organizar eficazmente el tiempo entre diversas actividades, optimizando el rendimiento y reduciendo la procrastinación. (Méndez, 2022)

j) **Modelo NMP-Q**: Herramienta de evaluación desarrollada para medir el grado de nomofobia en individuos, basada en varios factores incluyendo la incapacidad de comunicarse y acceder a la información a través de dispositivos móviles. (Yildirim, y Correia, 2015)

k) **Motivación**: Proceso que inicia, guía y mantiene comportamientos orientados a objetivos. Puede ser intrínseca (derivada de un interés interno en una tarea) o extrínseca (influenciada por recompensas externas). (López, 2021)

l) **Nomofobia**: Condición psicológica caracterizada por un miedo a estar sin acceso a un teléfono móvil. Incluye la ansiedad por perder la señal, agotar la batería o simplemente no tener el dispositivo cerca. (Chico et al., 2018)

m) **Procrastinación**: Conducta de retrasar o posponer tareas, responsabilidades o decisiones, sustituyéndolas por otras actividades menos importantes, pero más gratificantes. (Duda y Gallardo, 2022)

CAPÍTULO III

HIPÓTESIS Y VARIABLES

3.1 Hipótesis de estudio

3.1.1 Hipótesis general

Existe relación positiva significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024.

3.1.2 Hipótesis específicas

a) El nivel de Nomofobia en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024, es alto.
b) El nivel de procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024, es alto.
c) Existe relación positiva significativa entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024.
d) Existe relación positiva significativa entre renunciar a la comodidad y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024.
e) Existe relación positiva significativa entre no poder comunicarse y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024.
f) Existe relación positiva significativa entre la pérdida de conexión y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024.

3.2 Identificación de variables y dimensiones

3.2.1 Variable 1

Nomofobia

Dimensiones

- Dependencia del acceso a la información
- Renunciar a la comodidad
- No poder comunicarse
- Pérdida de conexión

3.2.2 Variable 2

Procrastinación

Dimensiones

- Dificultades en la autoregulación académica
- Postergación de actividades
- Factores motivacionales
- Factores situacionales

3.3 Operacionalización de Variables

Tabla 1

Operacionalización de la variable independiente

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Categoría	Escala
Variable Nomofobia	Se ha definido conceptualmente como aquel miedo de estar alejado del teléfono móvil o incomunicado. (Franco y Hervias, 2022)	Operacionalmente, la nomofobia fue medida mediante el cuestionario NMP-Q, en su versión adaptada y validada por Franco y Hervias. Este instrumento, desarrollado en un artículo científico, contempla cuatro dimensiones.	Dependencia del acceso a la información	- Necesidad de acceso constante a información - Necesidad de búsqueda inmediata - Necesidad de actualización social - Dependencia funcional del dispositivo	Muy Alto (35-40) Alto (28-34) Moderado (22-27) Bajo (15-21) Muy bajo (8-14)	Ordinal
			Renunciar a la comodidad	- Incomodidad por falta de batería - No contar con saldo y límite de datos - Permanecer sin conectividad - No tener disponible el dispositivo - No poder revisar notificaciones	Muy Alto (43-50) Alto (35-42) Moderado (27-34) Bajo (19-26) Muy bajo (10-18)	
			No poder comunicarse	- No poder comunicarse al instante - No estar disponible para otros - No poder recibir mensajes y llamadas - Temor a dañar las relaciones - No saber si alguien te contactó - Sentirse excluido de los grupos	Muy Alto (51-60) Alto (42-50) Moderado (32-41) Bajo (23-31) Muy bajo (12-22)	
			Pérdida de conexión	- Sentir que se pierde la identidad online - No poder participar en redes sociales - No saber qué pasa en las redes - No poder revisar el correo electrónico - Sentir que se altera la rutina diaria	Muy Alto (43-50) Alto (35-42) Moderado (27-34) Bajo (19-26) Muy bajo (10-18)	

Nota: Elaboración propia basada en la adaptación del cuestionario NMP-Q de Franco y Hervias (2022).

Tabla 2

Operacionalización de la variable dependiente

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensión	Indicadores	Categoría	Escala
Variable Procrastinación Académica	Se ha definido conceptualmente como la conducta intencionada de postergar actividades dentro del ámbito educativo, caracterizado por un comportamiento disfuncional expresado como falta de puntualidad, respuesta oportuna, cumplimiento de los plazos, capacidad de discrepancia y concentración en las actividades de estudio. (Domínguez et al., 2014)	Operacionalmente, la procrastinación académica fue medida mediante la escala "Academic Procrastination Scale (EPA)". Este instrumento, desarrollado en un artículo científico, permitió definir las dimensiones de estudio.	Dificultades en la autoregulación académica	- Organización del tiempo de estudio - Planificación de tareas - Establecimiento de prioridades - Cumplimiento de fechas límite	Muy Alto (35-40) Alto (28-34) Moderado (22-27) Bajo (15-21) Muy bajo (8-14)	Ordinal
			Postergación de actividades	- Retraso en la entrega de trabajos - Aplazamiento de lecturas asignadas - Demora en preparación de exámenes - Sustitución de actividades académicas por otras	Muy Alto (35-40) Alto (28-34) Moderado (22-27) Bajo (15-21) Muy bajo (8-14)	
			Factores motivacionales	- Nivel de autoeficacia - Motivación intrínseca/extrínseca - Perfeccionismo - Miedo al fracaso	Muy Alto (35-40) Alto (28-34) Moderado (22-27) Bajo (15-21) Muy bajo (8-14)	
			Factores situacionales	- Distractores ambientales - Influencia de pares - Carga académica - Dificultad de las tareas	Muy Alto (35-40) Alto (28-34) Moderado (22-27) Bajo (15-21) Muy bajo (8-14)	

Nota: Elaboración propia basada en la adaptación del cuestionario EPA de Domínguez et al. (2014).

CAPÍTULO IV

METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Tipo de estudio

El tipo de investigación básica, según Carrasco (2008), tiene como objetivo generar nuevos conocimientos o ampliar la comprensión del conocimiento científico sin buscar una aplicación práctica inmediata. Considerando dicha explicación el estudio considera el tipo de estudio básico, porque se desarrolla mediante la comprensión teórica de la nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes universitarios con el fin de ampliar el conocimiento teórico sin manipular la realidad estudiada; es decir, solo se describen los resultados obtenidos para servir de base para futuras investigaciones.

4.2 Enfoque de estudio

El estudio es de enfoque cuantitativo porque los datos que son recopilados son analizados de forma numérica y estadística a fin de responder a los objetivos y contrastar las hipótesis de estudio. Cabe señalar que el enfoque cuantitativo de la investigación se basa en la recolección y análisis de datos numéricos para describir, explicar y predecir fenómenos, utilizando procedimientos estadísticos y lógicos, con el fin de probar hipótesis formuladas previamente. (Hernández et al., 2014)

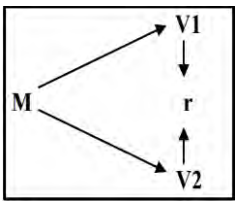
4.3 Nivel de estudio

La investigación es de nivel descriptivo-correlacional porque tiene como finalidad describir los niveles de nomofobia y procrastinación académica, así como determinar la relación entre ambas variables en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. Cabe señalar que el alcance descriptivo de un estudio busca especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que se analice. Asimismo, el estudio es correlacional cuando su principal objetivo es determinar el grado de relación existente entre dos o más

variables utilizando técnicas estadísticas para identificar la fuerza y la dirección de dichas relaciones. (Hernández et al., 2014)

4.4 Diseño de investigación

El diseño de investigación es no experimental porque no se manipulan las variables, sino que se describen tal como se presentaron en los resultados. Asimismo, es de corte transversal porque la aplicación del instrumento se realiza en un único momento. Cabe indicar que, teóricamente, en el diseño no experimental transversal no se manipulan las variables de investigación y sólo se describe el fenómeno tal como se manifiesta en su contexto natural. Es decir, el investigador no ejerce ninguna acción y solo se limita a observar la situación o fenómeno desde el exterior. Por otro lado, se establece "Transversal", porque los datos se recolectan en un determinado tiempo sin intervenir en el ambiente en el que se desarrollan los hechos (Hernández et al., 2014).



Donde:

M : Muestra
V1 : Procrastinación
V2 : Nomofobia
R : Coeficiente de correlación

4.5 Población y Muestra

4.5.1 Población

El tamaño de la población del presente estudio está conformado por 319 estudiantes regulares de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco que estuvieron matriculados en el semestre académico 2024 – II según la base de datos de los estudiantes.

4.5.2 Tipo de Muestreo

Para que la obtención de una muestra fuera significativa y los hallazgos fueran generalizables, el estudio optó por la técnica de muestreo "probabilístico – aleatorio simple". Esto determina que todos los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco tengan la misma posibilidad de ser seleccionados para participar de manera aleatoria.

4.5.3 Muestra

Para obtener el tamaño de muestra se aplica la siguiente fórmula estadística:

Fórmula:

$$n = \frac{\mathrm{N} * \mathrm{p} * \mathrm{q} * Z^2}{(\mathrm{N}-1)d^2 + Z^2 * \mathrm{p} * \mathrm{q}}$$

$$n = \frac{319\ (0.5)(0.5) * 1.96^2}{(319-1)0.5^2 + 1.96^2(0.5)(0.5)}$$

$$n = 175$$

Donde:

n = Tamaño de Muestra (x)
N = Población (319)
Z = Nivel de confianza (1.96)
p = Población de éxito (0.5)
q = Probabilidad de fracaso (0.5)
d = Margen de error (0.05)

4.6 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

4.6.1 Técnicas

Encuesta: Para la recolección de datos en este estudio, se utiliza la técnica de la encuesta al ser adecuada para la obtención de información directa de los estudiantes universitarios de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco de la Escuela Profesional de Educación Primaria sobre la nomofobia y procrastinación académica, permitiendo la recopilación masiva de datos que pudieron ser analizados estadísticamente y cuantitativamente.

4.6.2 Instrumentos

Cuestionario: Para la recolección de datos la investigación utiliza dos (02) cuestionarios estructurados según la escala de Likert que son extraídos de publicaciones

provenientes de artículos científicos. Estos instrumentos fueron diseñados específicamente para medir la nomofobia y la procrastinación. A continuación, se muestra la descripción de cada instrumento:

Para medir la nomofobia: Se utiliza el cuestionario (NMP-Q) que fue elaborado por León et al. (2021) en su artículo científico titulado "Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q): Estructura factorial y puntos de corte de la versión española". El Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q), es una herramienta diseñada para evaluar el nivel de nomofobia.

Posteriormente, el instrumento se revalidó para la aplicación a estudiantes universitarios por Franco Roxana y Hervias Edmundo en el año 2022.

Tabla 3

Ficha técnica del instrumento de Nomofobia

Denominación del instrumento	Escala de Nomofobia (NMP-Q)
Objetivo del instrumento	Evaluar el nivel de nomofobia
Autor(es)	León A, Calvete E., Patino C., Machimbarrena J. y Gonzalez J.
Año de publicación	2021
Revalidación del instrumento	Franco R. y Hervias E.
Población objetiva	Estudiantes Universitarios
Forma de aplicación	Individual
Dimensiones	Dimensión 1 = Dependencia del acceso a la información Dimensión 2 = Renunciar a la comodidad Dimensión 3 = No poder comunicarse Dimensión 4 = Pérdida de conexión
Escala Likert	1 significa "Nunca" y 5 "Siempre".
Duración	5-10 minutos aproximadamente

Nota. La presente ficha técnica permite la comprensión del instrumento utilizado en la investigación.

Tabla 4

Escala de respuestas del cuestionario (Nomofobia)

Escala	Ítems	Likert	Escala Likert	Valoración Final
Ordinal	**Del 1 al 40**	5	Siempre	Muy Alto (169-200)
		4	Frecuentemente	Alto (135-168)
		3	Regularmente	Moderado (105-134)
		2	Casi Nunca	Bajo (73-104)
		1	Nunca	Muy bajo (40-72)

Nota. Esta tabla permite comprender las puntuaciones de respuestas para el procesamiento de datos en el SPSS

Para medir la procrastinación: Se utiliza la Escala de Procrastinación Académica (EPA) por Domínguez et al (2014). La escala mencionada es una herramienta que fue diseñada para evaluar el nivel de procrastinación en estudiantes universitarios.

Tabla 5

Ficha técnica del instrumento de procrastinación

Denominación del instrumento	Escala de Procrastinación Académica (EPA)
Objetivo del instrumento	Evaluar el nivel de procrastinación
Autor(es)	Sergio Alexis Dominguez Lara, Graciela Villegas García y Sharon Brigitte Centeno Leyva
Año de publicación	2014
Población objetiva	Estudiantes Universitarios
Forma de aplicación	Individual
Dimensiones	Dimensión 1 = Autorregulación académica. Dimensión 2 = Postergación de actividades Dimensión 3 = Factores motivacionales Dimensión 2 = Factores situacionales
Escala Likert	1 significa “Nunca” y 5 “Siempre”.
Duración	5-10 minutos aproximadamente

Nota. La presente ficha técnica permite la comprensión del instrumento utilizado en la investigación.

Tabla 6

Escala de respuestas del cuestionario

Escala	Ítems	Likert	Escala Likert	Valoración Final
Ordinal	**Del 1 al 32**	5	Siempre	Muy Alto (135-160)
		4	Frecuentemente	Alto (110-134)
		3	Regularmente	Moderado (84-109)
		2	Casi Nunca	Bajo (59-83)
		1	Nunca	Muy bajo (32-58)

Nota. Esta tabla permite comprender las puntuaciones de respuestas para el procesamiento de datos en el SPSS

4.7 Validez y confiabilidad de instrumentos

a) Validez: Los instrumentos utilizados para medir la nomofobia y la procrastinación en estudiantes universitarios son válidos porque ambos fueron extraídos de artículos científicos. En dichos estudios ambos instrumentos han sido sometidos a rigurosos procesos de validación psicométrica que aseguran su fiabilidad y validez en contextos académicos. Sin embargo, el instrumento paso por validación por expertos en educación, quienes evaluaron la pertinencia de sus ítems, la coherencia con los objetivos del estudio y su aplicabilidad en el contexto universitario. Esta validación experta permitió garantizar que el cuestionario se ajustara adecuadamente a la población objeto de análisis, reforzando así la calidad metodológica del estudio.

Tabla 7

Resultado de la validación por juicio de expertos

N°	Expertos	Nomofobia	Interpretación	Procrastinación académica	Interpretación
1	Puntaca Machaca, Percy Apolinario	80%	Procede	80%	Procede
2	Bedoya Mendoza, Juan De La Cruz	80%	Procede	80%	Procede
3	Mendoza Alarcon, Elias Antonio	80%	Procede	80%	Procede
	Promedio	80%	Procede	80%	Procede

Nota. *La calificación de expertos indicó que los instrumentos fueron válidos.*

b) Confiabilidad: De acuerdo con los resultados de confiabilidad de los instrumentos utilizados, los resultados son:

- Para la Escala de Nomofobia (NMP-Q), el coeficiente alfa de Cronbach es de 0.920, el cual se interpreta como un coeficiente dentro del rango excelente.
- Para la Escala de Procrastinación Académica (EPA), el coeficiente de alfa de Cronbach tiene como resultado un coeficiente de 0.864, el cual es interpretado como un coeficiente dentro del rango bueno.

La fiabilidad de los instrumentos NMP-Q y EPA asegura que los datos recopilados en este estudio sean precisos y relevantes, permitiendo una evaluación adecuada de los niveles de nomofobia y procrastinación académica en estudiantes universitarios. Sin embargo, para la aplicación de los instrumentos se realicen las métricas de confiabilidad mediante los coeficientes alfa de Cronbach y omega de McDonald (ver datos completos en anexos), siendo los resultados obtenidos:

Tabla 8

Resultado de las pruebas de confiabilidad

Variable	Items	Prueba de Confiabilidad	
		Alfa de Cronbach	Omega de McDonald
Nomofobia	40	0.962	0.963
Procrastinación	32	0.864	0.875

Nota. *Los valores de Alfa de Cronbach y Omega de McDonald muestran altos niveles de confiabilidad para ambas variables.*

Los datos de la prueba de confiabilidad fueron parte del procesamiento estadístico realizado en el software SPSS, el cual es aplicado sobre el total de la población encuestada obteniendo valores ubicados dentro del rango de alta confiabilidad que validan la estabilidad de las mediciones y permiten proceder con el análisis de las hipótesis con un margen de error mínimo. Esto implica que los ítems que componen cada uno miden con precisión los constructos evaluados (nomofobia y procrastinación).

4.8 Plan de recolección de datos

- **Solicitud de permisos y aprobaciones éticas a la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco:** Antes de iniciar la recolección de datos, se solicitaron los permisos y aprobaciones correspondientes ante las autoridades de la Facultad de Educación y la Escuela Profesional de Educación Primaria a fin de garantizar el cumplimiento de los lineamientos éticos de la institución.
- **Diseño y preparación de los instrumentos de recolección:** Los instrumentos fueron validados por los docentes que laboran en la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad San Antonio Abad del Cusco, adaptando y realizando las modificaciones suficientes a los cuestionarios para la recolección de datos.
- **Verificación de la confiabilidad de los instrumentos:** Antes de la coordinación para la aplicación de los instrumentos**,** hubo un proceso de verificación para la escala de nomofobia (NMP-Q), que fue elaborada por León et al. (2021) y revalidada por Franco y Hervías (2022); el coeficiente de confiabilidad es "excelente" (0.964). Por otro lado, para la escala de procrastinación académica (EPA) el coeficiente de confiabilidad es "bueno" (0.816). La revisión de la confiabilidad de los instrumentos es suficientemente confiable para proceder con la aplicación de ambos instrumentos.
- **Coordinar con los docentes para la aplicación de los cuestionarios:** Hubo coordinación con los docentes de cada salón para aplicar los cuestionarios a los estudiantes seleccionados y asegurar su correcta administración en un horario conveniente.
- **Recolección, almacenamiento y traslado de la información:** Todos los cuestionarios fueron trasladados a una base de datos de Excel para después ser procesados.

4.9 Plan de Análisis de datos

Para llevar a cabo este análisis, se utiliza el software estadístico SPSS, el cual

proporciona herramientas avanzadas para análisis tanto descriptivos como inferenciales.

- **Revisión y eliminación de datos atípicos:** Se verificó que los cuestionarios estén llenados sin datos incompletos. Los cuestionarios a medio llenar fueron considerados como atípicos y fueron removidos de la base de datos.
- **Análisis descriptivo**: Se analizaron de forma descriptiva las variables principales del estudio.
- **Pruebas de normalidad:** Antes de la aplicación del análisis inferencial, se hizo la evaluación de la normalidad de las distribuciones de las variables.
- **Selección de pruebas estadísticas:** Con base en los resultados de las pruebas de normalidad, se hizo la selección de la prueba estadística no paramétrica para el análisis inferencial.
- **Análisis inferencial:** Para la prueba de hipótesis de correlación para la determinación de la fuerza y dirección de la relación entre nomofobia y procrastinación académica es realizada mediante la prueba mediante la Prueba Rho de Spearman.
- **Motivo de selección de Rho Spearman:** Los resultados de la prueba de normalidad (Kolmogorov-Smirnov), indicaron que los datos no seguían una distribución normal ($p < 0.05$), determinando así el uso de estadística no paramétrica (ver Anexo Nº5). En segundo lugar, dado que las variables Nomofobia y Procrastinación Académica fueron medidas mediante escalas de tipo ordinal (Likert).
- **Interpretación de Resultados:** Los resultados obtenidos del análisis estadístico son interpretados y presentados de manera clara y concisa en el informe final del estudio.

CAPÍTULO V

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

5.1 Descripción de los resultados

5.1.1 Datos generales

Tabla 9

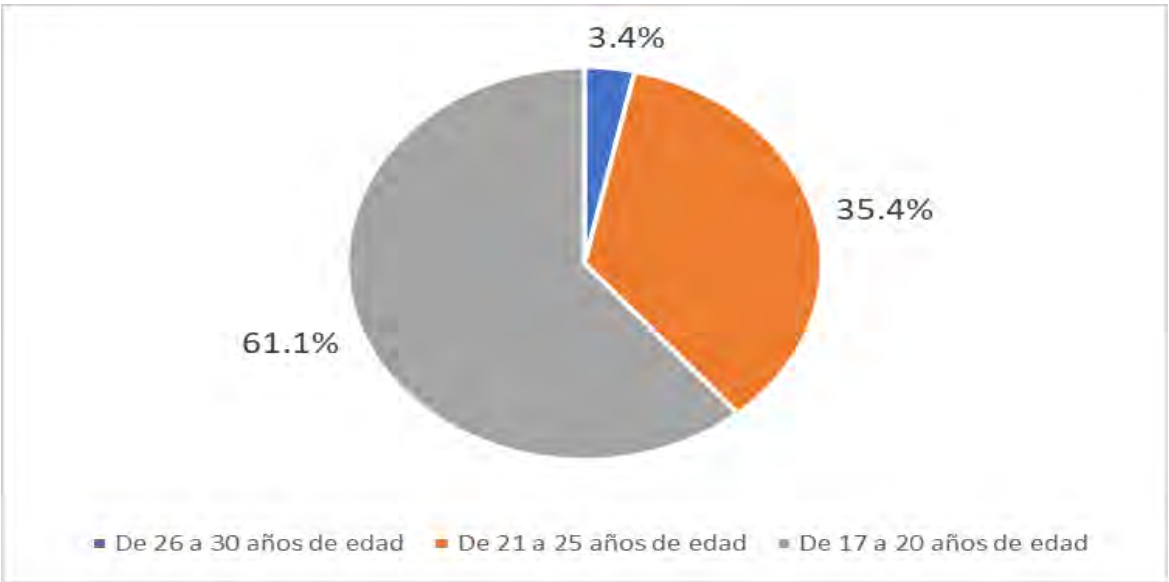
Descripción de la edad de la muestra de estudio

Descripción	N	%
De 26 a 30 años de edad	6	3.4
De 21 a 25 años de edad	62	35.4
De 17 a 20 años de edad	107	61.1
Total	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 3

Edad de la muestra de estudio



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 9 y Figura 3 se describe la edad de la muestra de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco de la sede central en el 2024. En ese sentido, del total de la muestra encuestada, el 61.10% corresponde al segmento de 17 a 20 años de edad, el 35.4% de 21 a 25 años de edad y solo

el 3.4% entre 26 a 30 años de edad. Realizando análisis, en la muestra aleatoria realizada existieron en mayor frecuencia estudiantes entre 17 a 20 años de edad.

Tabla 10

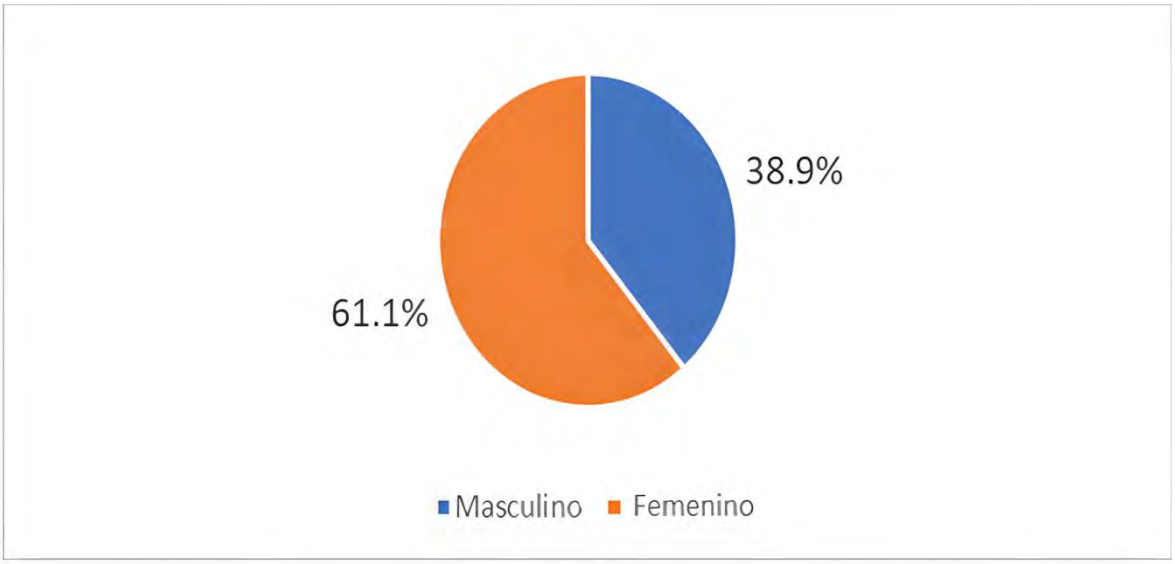
Descripción del sexo de la muestra de estudio

Descripción	**N**	**%**
Masculino	68	38.9
Femenino	107	61.1
Total	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 4

Sexo de la muestra de estudio



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 10 y Figura 4 se describe el sexo de la muestra de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, del total de la muestra encuestada, el 61.1% es femenino, mientras que el 38.9%, masculino. Realizando análisis, en la muestra aleatoria realizada existieron en mayor frecuencia estudiantes del sexo femenino.

Tabla 11

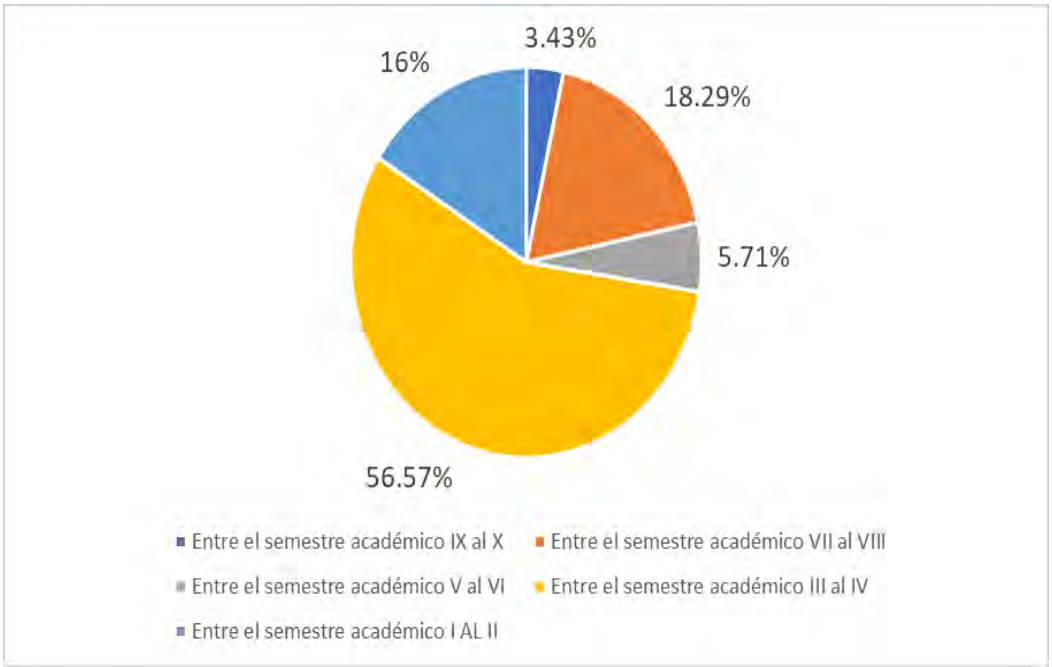
Descripción del semestre académico de la muestra de estudio

Descripción	N	%
Entre el semestre académico IX al X	6	3.43
Entre el semestre académico VII al VIII	32	18.29
Entre el semestre académico V al VI	10	5.71
Entre el semestre académico III al IV	99	56.57
Entre el semestre académico I AL II	28	16.00
Total	**175**	**100**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 5

Semestre académico de la muestra de estudio



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 11 y Figura 5 se describe el semestre académico de la muestra de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, del total de la muestra encuestada, el 56.57% se encontró entre III - IV semestre académico, el 18.29% entre el VII - VIII semestre, el 16.00% entre I - II semestre, el 5.71% entre V - VI semestre y solo el 3.43% entre el IX - X semestre académico. Realizando análisis, en la muestra aleatoria existió en mayor frecuencia estudiantes que pertenecieron al III y IV semestre académico.

5.2. Resultados por variables

5.2.1 Resultados de la variable, Nomofobia

Tabla 12

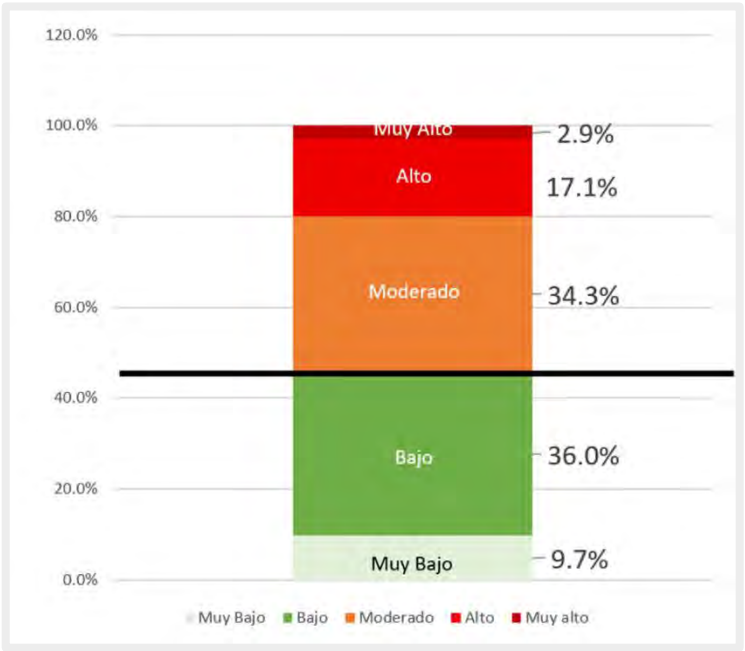
Resultados descriptivos la variable, nomofobia

Niveles	Dimensiones								Variable	
	D.1 No ser capaz de acceder a la información		D.2 Renunciar a la comodidad		D.3 No poder comunicarse		D.4 Pérdida de conexión		V.1 Nomofobia	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	9	5.1	15	8.6	3	1.7	4	2.3	5	2.9
Alto	44	25.1	35	20.0	26	14.9	22	12.6	30	17.1
Moderado	62	35.4	57	32.6	65	37.1	31	17.7	60	34.3
Bajo	48	27.4	47	26.9	51	29.1	59	33.7	63	36.0
Muy Bajo	12	6.9	21	12.0	30	17.1	59	33.7	17	9.7
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 6

Niveles de la nomofobia como variable de estudio



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 12 y Figura 6 se demostraron los niveles de la variable nomofobia que fue aplicada en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, los resultados muestran que el 54.3% del total de la

muestra demostró diferentes niveles de nomofobia; donde el 34.3% fue moderado, el 17.1% alto y el 2.9% muy alto. Con respecto al 45.7%, los niveles fueron en un 36% bajos y muy bajos, 9.7%.

Según las dimensiones de la nomofobia, existió un mayor nivel de miedo (entre muy altos, altos y moderados) respecto a no poder acceder a la información (65.6%), renunciar a la comodidad que proporciona el dispositivo móvil (61.2%), a no poder comunicarse (53.7%) y a la pérdida de la conexión (32.6%).

A partir de estos resultados, se puede inferir que el teléfono móvil se ha vuelto una herramienta indispensable para los estudiantes, principalmente por la facilidad de consulta y la comodidad que les brinda. En este sentido, su mayor preocupación no es el aislamiento social, sino la sensación de estar "desinformados" o perder la practicidad que el dispositivo les da en su día a día. Por lo tanto, queda claro que su dependencia está más ligada a lo funcional y al acceso a datos que a la necesidad de estar conectados con las personas de su entorno.

5.2.1.1 Resultados por dimensiones de la Nomofobia

a) No ser capaz de acceder a la información

Tabla 13

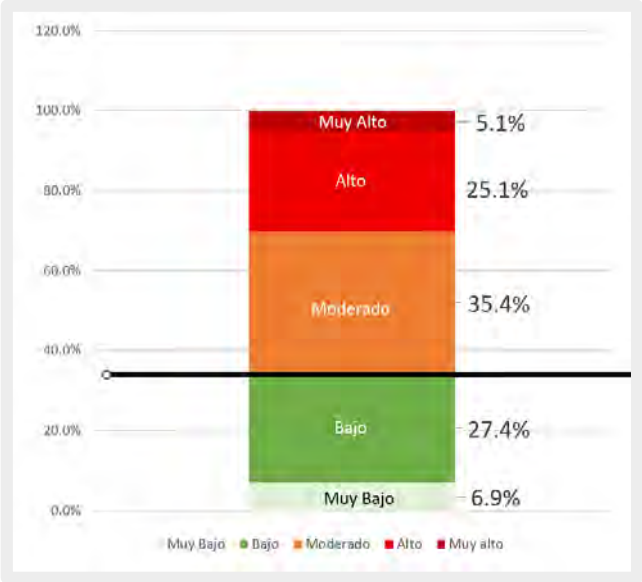
Resultados descriptivos de la primera dimensión de la nomofobia

Niveles	Indicadores								Dimensión	
	I.1 Necesidad de acceso constante a información		I.2 Necesidad de búsqueda inmediata		I.3 Necesidad de actualización social		I.4 Dependencia funcional del dispositivo		D.1 No ser capaz de acceder a la información	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	18	10.3	26	14.9	7	4.0	19	10.9	9	5.1
Alto	55	31.4	60	34.3	51	29.1	39	22.3	44	25.1
Moderado	45	25.7	38	21.7	34	19.4	37	21.1	62	35.4
Bajo	43	24.6	35	20.0	59	33.7	57	32.6	48	27.4
Muy Bajo	14	8.0	16	9.1	24	13.7	23	13.1	12	6.9
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 7

Niveles de la primera dimensión de la nomofobia, miedo a no ser capaz de acceder a la información



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 13 y la Figura 7 se demostraron los niveles de miedo de los estudiantes por no ser capaces de acceder a la información como primera dimensión de la nomofobia que fue aplicada en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 65.6 % del total de la muestra padeció de este miedo; donde, el 35.4% fue moderado; el 25.10% fue alto y el 5.10% muy alto; solo el 34.3% tuvo niveles entre bajos (27.4%) y muy bajos (6.9%).

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existen mayores niveles (entre muy altos, altos y moderados) en un 67.4% con respecto a la necesidad de acceso constante a la información, 70.9% en no poder realizar búsquedas de la información de manera inmediata, 52.5% respecto a la necesidad de actualización social y 54.3% con respecto a la dependencia del dispositivo.

Se llegó a inferir que los estudiantes sienten, con mayor frecuencia, incomodidad por no disponer de la información de forma constante e inmediata en cualquier momento. Sin

embargo, aunque la diferencia no es muy significativa, existe una menor incomodidad respecto a la necesidad de actualización social, de novedades del entorno social y a la dependencia de las funciones (aplicativos) en el dispositivo móvil.

b) Renunciar a la comodidad

Tabla 14

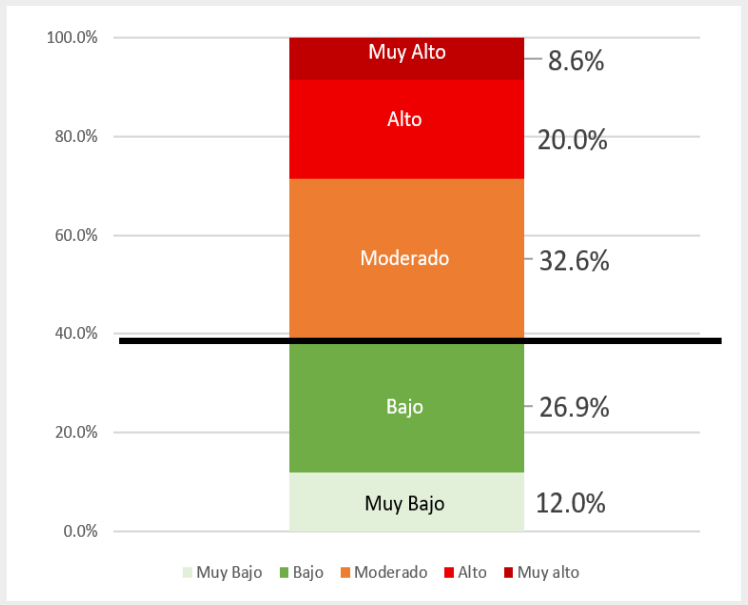
Resultados descriptivos de la segunda dimensión de la nomofobia

Niveles	Indicadores										Dimensión	
	I.1 Incomodidad por falta de batería		I.2 No contar con saldo y límite de datos		I.3 Permanecer sin conectividad		I.4 No tener disponible el dispositivo		I.5 No poder revisar notificaciones		D.2 Renunciar a la comodidad	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	17	9.7	22	12.6	18	10.3	22	12.6	18	10.3	15	8.6
Alto	51	29.1	38	21.7	39	22.3	44	25.1	41	23.4	35	20.0
Moderado	32	18.3	38	21.7	36	20.6	36	20.6	28	16.0	57	32.6
Bajo	51	29.1	50	28.6	63	36.0	53	30.3	51	29.1	47	26.9
Muy Bajo	24	13.7	27	15.4	19	10.9	20	11.4	37	21.1	21	12.0
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 8

Niveles de la segunda dimensión de la nomofobia, miedo a renunciar a la comodidad



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 14 y Figura 8 se demostraron los niveles del miedo a renunciar a la comodidad como segunda dimensión de la nomofobia que fue aplicada en una muestra

significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 61.2 % del total de la muestra padeció de este miedo; donde el 32.6% fue moderado; el 20.00% fue alto y el 8.60% muy alto; solo el 38.9% tuvo niveles entre bajos (26.9%) y muy bajos (12.0%).

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existieron mayores niveles (entre niveles muy altos, altos y moderados) en la incomodidad por falta de batería (57.1%); no contar con saldo y límite de datos (56%); permanecer sin conectividad (53.2%); no tener disponible el dispositivo (58.3%) y no poder revisar las notificaciones del dispositivo (49.7%). Sin embargo, también se llegó a observar que en todas las dimensiones existe al menos un 40% de estudiantes que presentaron niveles entre bajo y muy bajo.

En ese sentido, se infiere que el dispositivo ha dejado de ser un simple accesorio para convertirse en una herramienta de seguridad y control personal; por ello, quedarse sin funciones básicas genera una sensación de vulnerabilidad. Sin embargo, es importante notar que esta dependencia no es total, ya que un grupo considerable (casi el 40%) aún mantiene una postura más relajada o independiente frente a estos inconvenientes tecnológicos.

c) No poder comunicarse

Tabla 15

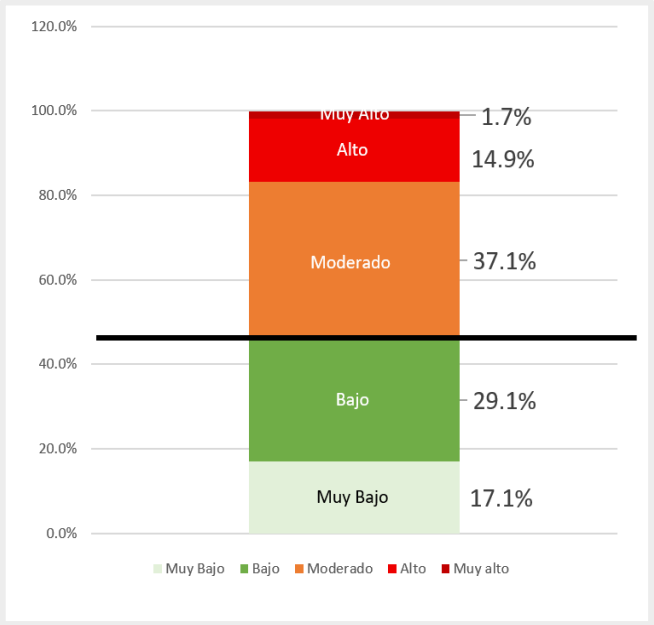
Resultados descriptivos de la tercera dimensión de la nomofobia

Niveles	Indicadores												Dimensión	
	I.1 No poder comunicarse al instante		I.2 No estar disponible para otros		I.3 No poder recibir mensajes y llamadas		I.4 Temor a dañar las relaciones		I.5 No saber si alguien te contactó		I.6 Sentirse excluido de los grupos		D.3 No poder comunicarse	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	10	5.7	8	4.6	7	4.0	7	4.0	7	4.0	7	4.0	3	1.7
Alto	65	37.1	38	21.7	32	18.3	47	26.9	50	28.6	36	20.6	26	14.9
Moderado	41	23.4	23	13.1	35	20.0	27	15.4	32	18.3	25	14.3	65	37.1
Bajo	46	26.3	64	36.6	56	32.0	63	36.0	55	31.4	73	41.7	51	29.1
Muy Bajo	13	7.4	42	24.0	45	25.7	31	17.7	31	17.7	34	19.4	30	17.1
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100**	**175**	**100**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 9

Niveles de la tercera dimensión de la nomofobia, miedo a no poder comunicarse



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 15 y Figura 9 se demostraron los niveles del miedo a no poder comunicarse como tercera dimensión de la nomofobia que fue aplicada en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 53.7 % del total de la muestra padeció de este miedo; donde el 37% fue moderado; el 14.90% fue alto y el 1.7% muy alto; solo el 46.2% tuvo niveles entre bajos (29.1%) y muy bajos (17.1%).

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existen mayores niveles (entre muy altos, altos y moderados) con respecto al miedo de perder la comunicación externa (66.2%) y no saber quién intentó comunicarse. Sin embargo, en los demás indicadores, el resultado fue mayor en los niveles entre bajos y muy bajos, tales como el miedo a perder contacto con otros (60.6%), miedo a no recibir mensajes y/o llamadas (57.7%), dañar las relaciones (53.7%), perder conexión (49.1%) y sentirse excluido si no interactuaron con sus grupos de chat (61.1%). Sin embargo, también se observó que, en todas

las dimensiones, al menos un 40% de los estudiantes padecieron en diferentes niveles (muy altos, altos y moderados).

Realizando análisis, se llegó a inferir que existe mayor miedo o molestia en los estudiantes con respecto a la imposibilidad de comunicarse con amigos, familiares y en la coordinación de trabajos académicos, así como también les inquieta saber quién los contactó y perderse información al no estar conectados. No obstante, existe una mayor proporción de estudiantes que presentaron niveles bajos y muy bajos con respecto a no estar disponible para otros (familiares, amigos, eventos sociales) mediante mensajes y llamadas, que las relaciones se ven afectadas si no pueden comunicarse y sentirse excluidos si no pueden interactuar en los grupos de chat.

d) Pérdida de conexión

Tabla 16

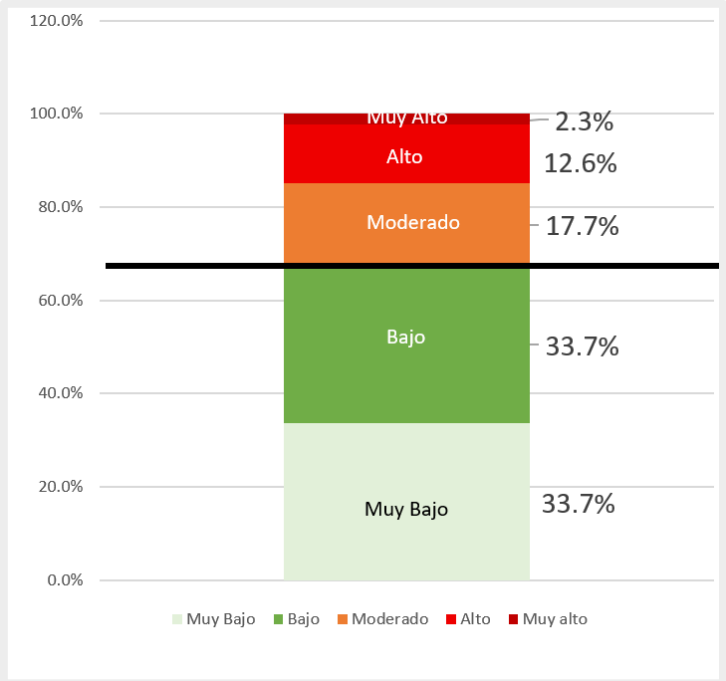
Resultados descriptivos de la cuarta dimensión de la nomofobia

Niveles	Indicadores										Dimensión	
	I.1 Sentir que se pierde la identidad online		I.2 No poder participar en redes sociales		I.3 No saber qué pasa en las redes		I.4 No poder revisar el correo electrónico		I.5 Sentir que se altera la rutina diaria		D.4 Pérdida de conexión	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	6	3.4	9	5.1	6	3.4	6	3.4	13	7.4	4	2.3
Alto	26	14.9	22	12.6	30	17.1	31	17.7	33	18.9	22	12.6
Moderado	24	13.7	29	16.6	17	9.7	26	14.9	22	12.6	31	17.7
Bajo	61	34.9	53	30.3	55	31.4	58	33.1	53	30.3	59	33.7
Muy Bajo	58	33.1	62	35.4	67	38.3	54	30.9	54	30.9	59	33.7
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 10

Niveles de la cuarta dimensión de la nomofobia, miedo a la pérdida de conexión



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 16 y Figura 10 se demostraron los niveles del miedo a la pérdida de conexión como cuarta dimensión de la nomofobia que fue aplicado en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 67.4% del total de la muestra no padeció de este miedo; donde el 33.7% fue bajo y, en una misma medida, el 33.7% fue muy bajo; solo el 32.6% padeció de este miedo en niveles: muy altos (2.3%), altos (12.6%) y moderados (17.7%).

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existe un menor miedo (entre niveles bajos y muy bajos) en el miedo a perder la identidad en línea (68.0%), miedo a perder la actualización en las redes sociales (65.7%), miedo a no saber que pasa en las redes (69.7%), miedo a no poder revisar el correo electrónico (64.0%) y miedo a perder la normalidad con respecto al uso del celular en la vida diaria (61.2%). Sin embargo, también se observó que en todas las dimensiones, al menos un 30% de los estudiantes

padecieron en diferentes niveles (muy altos, altos y moderados).

A partir de este análisis, se infiere que la mayoría de los estudiantes mantiene una independencia saludable frente a su vida digital. En ese sentido, el hecho de no participar activamente en redes sociales o no recibir actualizaciones constantes no genera un malestar real en su día a día. Por lo tanto, se afirma que para este grupo la "pérdida de conexión" y la aprobación social virtual no son factores preocupantes, demostrando que su bienestar emocional no depende de estar conectados permanentemente a sus perfiles o correos.

5.2.2 Resultados de la variable, Procrastinación académica

Tabla 17

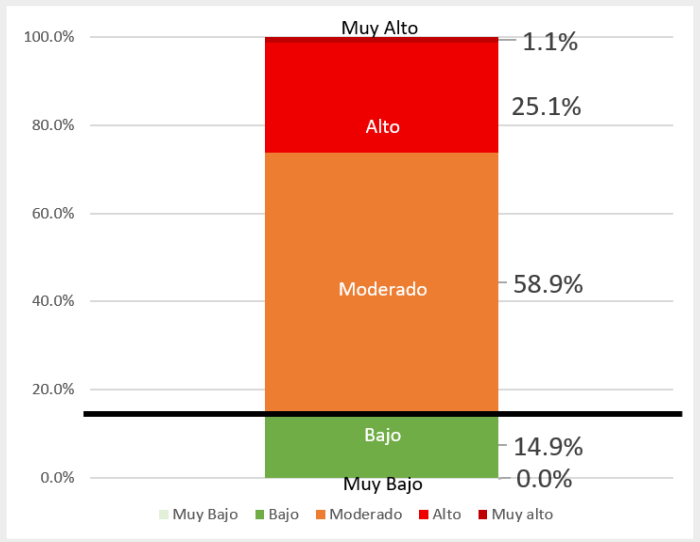
Resultados descriptivos de segunda variable, procrastinación académica

Niveles	Dimensiones								Variable	
	D.1 Dificultades de autorregulación académica		D.2 Postergación de actividades		D.3 Factores motivacionales		D.4 Factores situacionales		V.2 Procrastinación Académica	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	11	6.3	11	6.3	4	2.3	7	4.0	2	1.1
Alto	54	30.9	40	22.9	59	33.7	36	20.6	44	25.1
Moderado	79	45.1	58	33.1	78	44.6	69	39.4	103	58.9
Bajo	28	16.0	56	32.0	33	18.9	50	28.6	26	14.9
Muy Bajo	3	1.7	10	5.7	1	0.6	13	7.4	0	0.0
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 11

Niveles de la procrastinación académica como variable de estudio



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 17 y Figura 11 se demostraron los niveles de la variable procrastinación académica que fue aplicado en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 85.1% de los estudiantes demostraron tener niveles muy altos (1.1%), altos (25.1%) y moderados (58.9%), mientras que el 14.9% evidenció niveles bajos (14.9%) y muy bajos (0.0%).

De este resultado se desprende que, según sus dimensiones, en los estudiantes existen mayores niveles (ubicados entre muy altos, altos y moderados) en cuanto a las dificultades de autorregulación académica (82.3%), postergación de actividades (62.7%), factores motivacionales (80.6%) y factores situacionales (64.0%).

Mediante el análisis, se infirió que la procrastinación académica de los estudiantes se vio motivada en mayor medida por las dificultades de autorregulación académica y los factores motivacionales, seguida en menor medida por la postergación de actividades y factores situacionales. Estos resultados indican que la procrastinación académica en los estudiantes se debe, principalmente, a una falta de planificación en sus estudios y a la inseguridad sobre su desempeño, agregada a la búsqueda de perfección. Sin embargo, en menor medida, también existe la presencia de distracciones externas y la postergación de tareas por desinterés o sobrecarga.

5.2.1.1 Resultados por dimensiones de la procrastinación académica

a) Dificultades en la autorregulación académica

Tabla 18

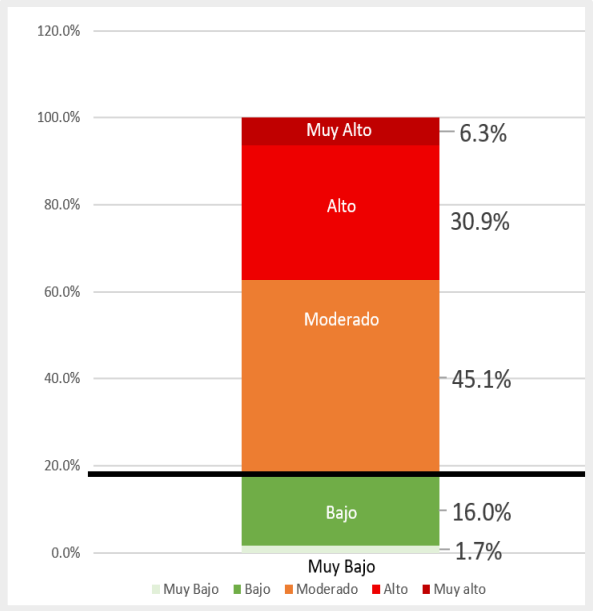
Resultados descriptivos la primera dimensión de la procrastinación académica

Niveles	Indicadores								Dimensión	
	I.1 Organización del tiempo de estudio		I.2 Planificación de tareas		I.3 Establecimiento de prioridades		I.4 Cumplimiento de fechas límite		D.1 Dificultades en la autorregulación académica	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	12	6.9	13	7.4	20	11.4	46	26.3	11	6.3
Alto	38	21.7	58	33.1	71	40.6	64	36.6	54	30.9
Moderado	41	23.4	47	26.9	45	25.7	37	21.1	79	45.1
Bajo	76	43.4	49	28.0	33	18.9	24	13.7	28	16.0
Muy Bajo	8	4.6	8	4.6	6	3.4	4	2.3	3	1.7
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 12

Niveles de la primera dimensión de la procrastinación académica, miedo a no ser capaz de acceder a la información



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 18 y Figura 12 se demostraron los niveles de la dificultad en la autorregulación académica como la primera dimensión de la procrastinación académica que

fue aplicada en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 82.3% de los estudiantes demostraron tener niveles muy altos (6.3%), altos (30.9%) y moderados (45.1%) de dificultad en la autorregulación académica, mientras que solamente el 17.7% evidenció niveles bajos (16.0%) y muy bajos (1.7%).

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existen mayores niveles (ubicados entre muy altos, altos y moderados) en cuanto a las dificultades en organización del tiempo de estudio (52%), planificación de tareas (67.4%), establecimiento de prioridades (77.7%) y cumplimiento con las fechas límite (84%). De estos resultados se llegó a inferir que, con mayor frecuencia, los estudiantes tuvieron dificultades en la organización y gestión de sus actividades académicas, suelen iniciar la semana sin una planificación definida, hacen un uso desequilibrado del tiempo entre asignaturas, tienden a confiar en la memoria, les cuesta priorizar tareas y trabajan solo en función de los tiempos libres disponibles, en lugar de según la urgencia o relevancia de las actividades. Por último, se deduce que hay incumplimiento de fechas de entrega y solicitud de prórrogas para completar sus responsabilidades académicas.

b) Postergación de actividades

Tabla 19

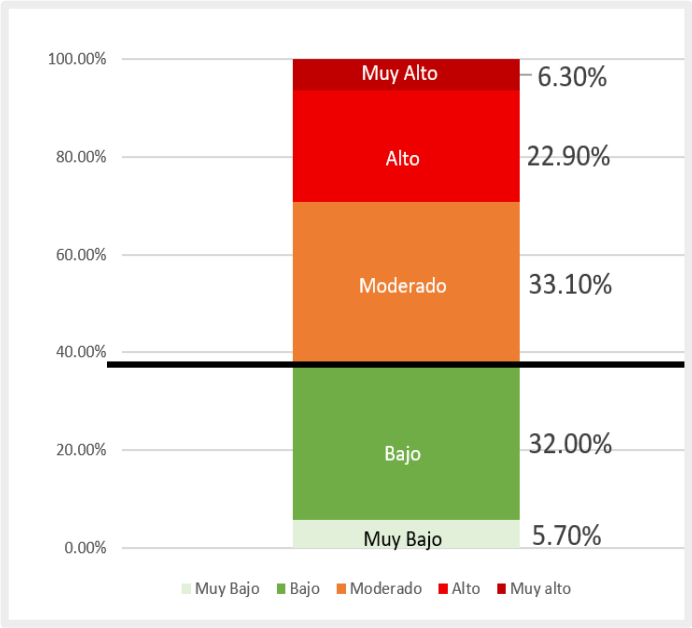
Resultados descriptivos la segunda dimensión de la procrastinación académica

Niveles	Indicadores								Dimensión	
	I.1 Retraso en la entrega de trabajos		I.2 Aplazamiento de lecturas asignadas		I.3 Demora en preparación de exámenes		I.4 Sustitución de actividades académicas por otras		D.2 Postergación de actividades	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	8	4.6	18	10.3	18	10.3	13	7.4	11	6.3
Alto	52	29.7	44	25.1	50	28.6	48	27.4	40	22.9
Moderado	42	24.0	53	30.3	44	25.1	38	21.7	58	33.1
Bajo	57	32.6	43	24.6	51	29.1	61	34.9	56	32.0
Muy Bajo	16	9.1	17	9.7	12	6.9	15	8.6	10	5.7
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 13

Niveles de la segunda dimensión de la procrastinación académica, postergación de actividades



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 19 y Figura 13 se demostraron los niveles de la postergación de actividades como la segunda dimensión de la procrastinación académica que fue aplicada en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 62.3% de los estudiantes demostraron tener niveles muy altos (6.3%), altos (22.9%) y moderados (33.1%), mientras que el 37.7% evidenció niveles bajos (32.0%) y muy bajos (5.7%).

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existen mayores niveles (ubicados entre muy altos, altos y moderados) en cuanto al retraso en la entrega de trabajos académicos (58.3%), aplazamiento de lecturas asignadas (65.7%), demora en la preparación de exámenes (64%) y demoras en la sustitución de actividades académicas por otras actividades no relacionadas (56.5%). Sin embargo, mediante el análisis se observó que al menos un 35% de los participantes tuvieron resultados entre bajos y muy bajos respecto a estos indicadores que alimentan la postergación de actividades.

Mediante el análisis, se infirió que, con mayor frecuencia, los estudiantes tienden a postergar sus tareas hasta que se acerca la fecha de entrega, acumulan pendientes hasta el último momento y, si el material les resulta complejo o poco motivador, optan por aplazarlo. Esta misma situación se repite en su preparación para exámenes, frecuentemente combinada con distractores como actividades recreativas, que perciben como más atractivas que sus obligaciones académicas.

c) Factores motivacionales

Tabla 20

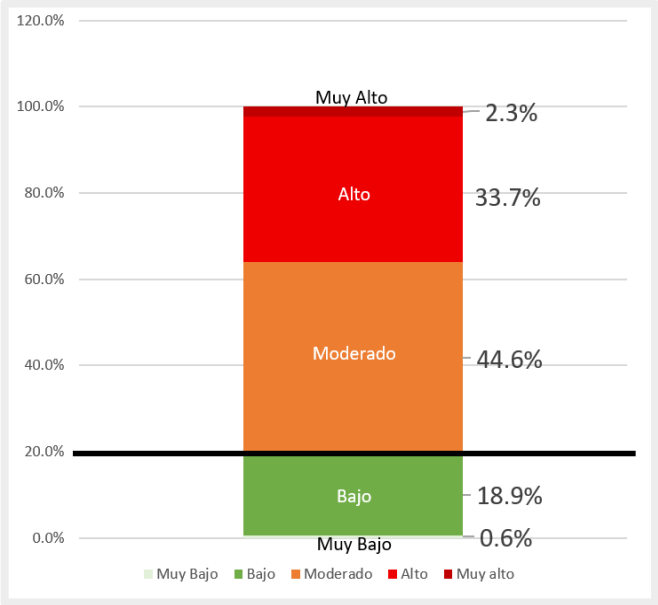
Resultados descriptivos la tercera dimensión de la procrastinación académica

Niveles	Indicadores								Dimensión	
	I.1 Nivel de autoeficacia		I.2 Motivación intrínseca/extrínseca		I.3 Perfeccionismo		I.4 Miedo al fracaso		D.3 Factores motivacionales	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	34	19.4	26	14.9	29	16.6	11	6.3	4	2.3
Alto	66	37.7	51	29.1	67	38.3	41	23.4	59	33.7
Moderado	36	20.6	47	26.9	41	23.4	39	22.3	78	44.6
Bajo	29	16.6	47	26.9	34	19.4	57	32.6	33	18.9
Muy Bajo	10	5.7	4	2.3	4	2.3	27	15.4	1	0.6
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 14

Niveles de la tercera dimensión de la procrastinación académica, factores motivacionales



Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26

Análisis e Interpretación

En la Tabla 20 y Figura 14 se demostraron los niveles de los factores motivacionales como tercera dimensión de la procrastinación académica que fue aplicada en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 80.6% de los estudiantes demostraron tener niveles muy altos (2.3%), altos (33.7%) y moderados (44.6%), mientras que el 18.9% evidenció niveles bajos y 0.6% muy bajos.

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existen mayores niveles (ubicados entre muy altos, altos y moderados) en cuanto al nivel de autoeficacia (77.7%), motivación intrínseca/extrínseca (70.9%), perfeccionismo (78.3%) y miedo al fracaso (52%). Los resultados revelan que la dimensión de factores motivacionales se ve alimentada principalmente por el perfeccionismo y el temor al fracaso, lo cual indica que la postergación en los estudiantes no es un problema de gestión de tiempo, sino una respuesta defensiva ante la presión académica, donde la búsqueda de la perfección y la inseguridad sobre el desempeño perjudican la ejecución de sus deberes.

d) Factores situacionales

Tabla 21

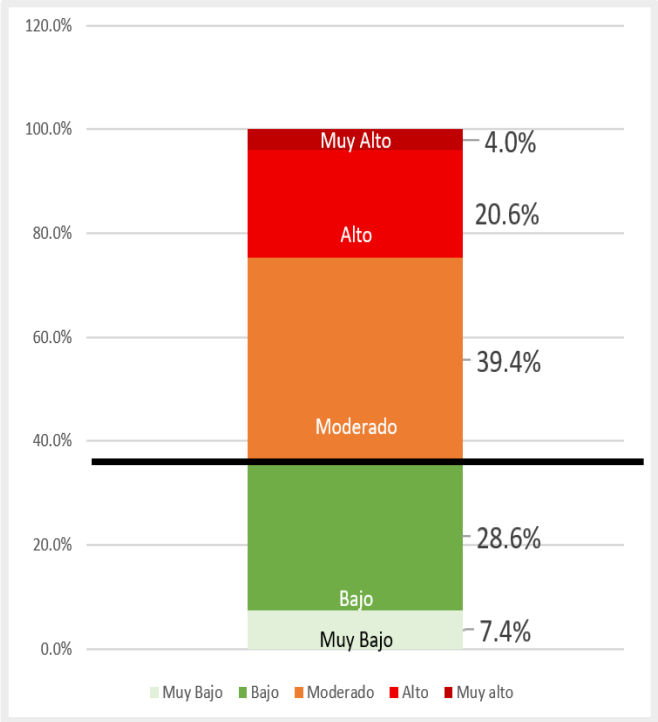
Resultados descriptivos de la cuarta dimensión de la procrastinación académica

Niveles	Indicadores								Dimensión	
	I.1 Distractores ambientales		I.2 Influencia de pares		I.3 Carga académica		I.4 Dificultad de las tareas		D.4 Factores situacionales	
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy alto	19	10.9	7	4.0	29	16.6	23	13.1	7	4.0
Alto	57	32.6	34	19.4	44	25.1	50	28.6	36	20.6
Moderado	44	25.1	19	10.9	48	27.4	33	18.9	69	39.4
Bajo	44	25.1	72	41.1	45	25.7	53	30.3	50	28.6
Muy Bajo	11	6.3	43	24.6	9	5.1	16	9.1	13	7.4
Total	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**	**175**	**100.0**

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 15

Niveles de la cuarta dimensión de la procrastinación académica, factores situacionales



Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Análisis e Interpretación

En la Tabla 21 y Figura 15 se demostraron los niveles de los factores situacionales como cuarta dimensión de la procrastinación académica que fue aplicada en una muestra significativa de estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria. En ese sentido, el 64% de los estudiantes demostraron tener niveles muy altos (4.0%), altos (20.6%) y moderados (39.4%), mientras que el 36% evidenció niveles bajos (28.6%) y muy bajos (7.4%).

De este resultado se desprende que, según sus indicadores, en los estudiantes existen mayores niveles (ubicados entre muy altos, altos y moderados) en cuanto a los distractores ambientales (68.6%), carga académica (69.1%), dificultades de las tareas (60.6%) y en un menor porcentaje influencia de pares (34.3%). Estos resultados nos permiten describir que la postergación de tareas se debe, sobre todo, a los distractores ambientales, cantidad de trabajos de la carrera y a la dificultad, siendo los motivos reales que empujan a los

estudiantes a dejar las cosas para el final. Por lo tanto, queda claro que estos factores externos tienen mayor presencia que la presión de los amigos o compañeros.

5.3 Resultados inferenciales

Tabla 22

Prueba de normalidad

Variable	Prueba	Muestra	Coeficiente	Interpretación
V1 Nomofobia	Kolmogorov de Smirnov	175 Estudiantes Universitarios	Sig.=0.000	Datos no normales
V2 Procrastinación académica	Kolmogorov de Smirnov	175 Estudiantes Universitarios	Sig.=0.000	Datos no normales

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Interpretación:

La tabla 22 se muestra los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov aplicada a la Nomofobia y la Procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. La finalidad de esta prueba fue determinar el tipo de estadística a aplicar (estadística paramétrica o no paramétrica) para la prueba y/o el contraste de hipótesis de estudio. En consecuencia, el resultado de la prueba de normalidad en ambas variables fue de significancia ($0.000 < 0.05$), lo que indicó que los datos no se ajustaron a una distribución normal.

Según la interpretación teórica basada en el estudio de interpretación estadística de Gómez et al. (2003), debido a la distribución no normal en las variables, fue necesario aplicar pruebas estadísticas no paramétricas para contrastar la hipótesis. Dado que la investigación tuvo un alcance correlacional, la prueba de hipótesis utilizada fue la prueba estadística Rho de Spearman, para la determinación de una relación estadística entre las dos variables de estudio.

Tabla 23

Valores para la prueba de hipótesis de correlación Rho de Spearman

Coeficientes	Significado
-1	Correlación negativa perfecta
-0.9 a -0.99	Correlación negativa muy alta
-0.7 a -0.89	Correlación negativa alta
-0.4 a -0.69	Correlación negativa moderada
-0.2 a -0.39	Correlación negativa baja
-0.01 a -0.19	Correlación negativa muy baja
0	Correlación nula
0.01 a 0.19	Correlación positiva muy baja
0.2 a 0.39	Correlación positiva baja
0.4 a 0.69	Correlación positiva moderada
0.7 a 0.89	Correlación positiva alta
0.9 a 0.99	Correlación positiva muy alta
1	Correlación positiva perfecta

Nota. Información obtenida de la investigación de Martínez y Campos (2015)

Interpretación:

La tabla 23 se presenta los rangos interpretativos del coeficiente de correlación de Spearman (Rho). Este coeficiente puede tomar valores en el intervalo [−1,1], donde un valor cercano a 1.00 indica una correlación positiva fuerte, lo que significa que ambas variables tienden a aumentar o disminuir conjuntamente. Por el contrario, un valor cercano a -1 denota una correlación negativa fuerte, es decir, las variables tienden a variar en direcciones opuestas. Por último, un valor próximo a 0 sugiere una correlación débil o nula, lo que implica que no existe una relación lineal apreciable entre las variables. Esta interpretación se incluyó con el fin de facilitar la comprensión y el análisis al lector de los coeficientes de correlación utilizados para el desarrollo de este estudio.

5.3.1 Relación estadística

5.3.1.1 Relación entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica

a) Cruce de datos

Tabla 24

Datos cruzados entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica

V.1 - D.1 No poder ser capaz de acceder a la información	V.2 Procrastinación académica								Total	
	Bajo		Moderado		Alto		Muy alto			
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy Alto	0	0.00	6	3.43	3	1.71	0	0.00	9	5.14
Alto	4	2.29	17	9.71	21	12.00	2	1.14	44	25.14
Moderado	3	1.71	46	26.29	13	7.43	0	0.00	62	35.43
Bajo	13	7.43	30	17.14	5	2.86	0	0.00	48	27.43
Muy bajo	6	3.43	4	2.29	2	1.14	0	0.00	12	6.86
Total	26	14.86	103	58.86	44	25.14	2	1.14	175	100.00

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Interpretación: En la tabla 24 se presentaron los datos cruzados entre el nivel de miedo de no poder acceder a la información y la procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. De acuerdo con los datos presentados, la mayor parte de la muestra de estudiantes en un 35.43% demostró niveles moderados en el miedo de no poder acceder a la información, donde se observó que, en la procrastinación, el 26.29% fue moderado, 7.43% alto y 1.71% bajo.

El 27.43% de los estudiantes tuvo un nivel bajo en el miedo de no poder acceder a la información; el 17.14% tuvo niveles moderados en la procrastinación, el 7.43% bajos y el 2.86% altos.

Finalmente, con respecto a los niveles altos el 25.14% de estudiantes con respecto a la primera dimensión de la variable 1, el 12.15% tuvo niveles altos en la procrastinación, el 9.71% moderados, el 2.29% bajos y el 1.14% muy altos.

b) Estadístico

Tabla 25

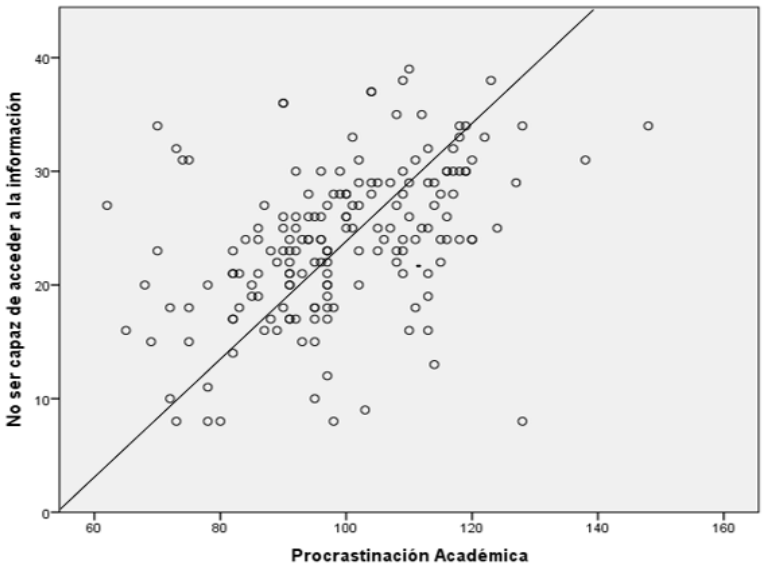
Prueba de hipótesis correlacional entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica

			D.1 V.1 No poder ser capaz de acceder a la información	V.2 Procrastinación académica
Correlación de Rho Spearman	D.1 V.1 No poder ser capaz de acceder a la información	Coeficiente de correlación	1	0.393**
		Sig. (Bilateral) - (P valor)		0.000
		N	175	175
	V.2 Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	0. 393**	1
		Sig. (Bilateral) - (P valor)	0.000	
		N	175	175

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 16

Diagrama de dispersión entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica



Nota. A medida que aumentó el miedo a no poder acceder a la información también la procrastinación académica

Análisis e interpretación: En la presente tabla se presentaron los resultados de la prueba de correlación de Rho Spearman entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la

Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

El análisis indicó que el resultado fue significativo ($p<0.05$), con un coeficiente de correlación positivo de 0.393** (relación baja). Esto evidenció que a medida que han incrementado los niveles del miedo de los estudiantes con respecto a la primera dimensión de la nomofobia "no poder ser capaces de acceder a la información", existió un incremento de nivel estadístico "bajo" en los niveles de la procrastinación académica.

Dado que el p-valor fue significativamente menor al margen de error propuesto ($p<0.05$), se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa, con un nivel de confianza del 99%. Por lo tanto, existe suficiente respaldo estadístico para afirmar que sí existe una relación positiva de nivel bajo entre la primera dimensión de la nomofobia "dependencia del acceso a la información" y la variable "procrastinación" en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.3.1.2 Relación entre el miedo a renunciar a la comodidad y la procrastinación académica

a) Cruce de datos

Tabla 26

Datos cruzados entre el miedo a renunciar a la comodidad y la procrastinación académica

V.1 - D.2 Renunciar a la comodidad	V.2 Procrastinación académica								Total	
	Bajo		Moderado		Alto		Muy alto			
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy Alto	0	0.00	6	3.43	7	4.00	2	1.14	15	8.57
Alto	1	0.57	15	8.57	19	10.86	0	0.00	35	20.00
Moderado	3	1.71	44	25.14	10	5.71	0	0.00	57	32.57
Bajo	14	8.00	27	15.43	6	3.43	0	0.00	47	26.86
Muy bajo	8	4.57	11	6.29	2	1.14	0	0.00	21	12.00
Total	26	14.86	103	58.86	44	25.14	2	1.14	175	100.00

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Interpretación: En la presente tabla se presentaron los datos cruzados entre el nivel de miedo de no poder renunciar a la comodidad y la procrastinación académica en

estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. De acuerdo con los datos presentados, la mayor parte de la muestra de estudiantes, en un 32.57%, demostró niveles moderados en el miedo de no poder renunciar a la comodidad, donde se observó que, en la procrastinación, el 25.14% fue moderado, el 5.71% alto y el 1.71% bajo.

El 26.86% de los estudiantes tuvo niveles bajos en el miedo de no poder renunciar a la comodidad; el 15.43% tuvo niveles moderados en la procrastinación, el 8.00% bajos y el 3.43% altos.

Finalmente, con respecto a los niveles altos, el 20.00% de estudiantes con respecto a la segunda dimensión de la variable 1, el 10.86% tuvo niveles altos en la procrastinación, el 8.57% moderados, el 0.57% bajos y el 0.00% muy altos.

b) Estadístico

Tabla 27

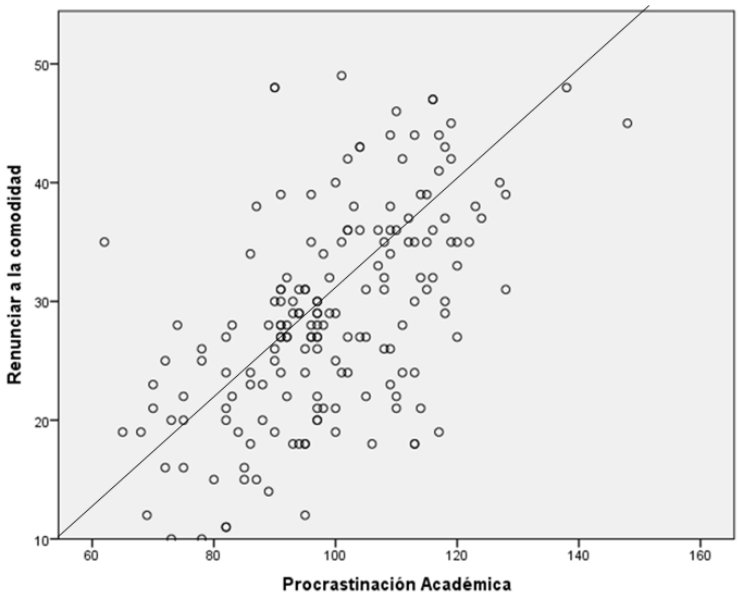
Prueba de hipótesis correlacional entre el miedo a renunciar a la comodidad y la procrastinación académica

			D.2 V.1 Renunciar a la comodidad	**V.2 Procrastinación académica**
Correlación de Rho Spearman	**D.2 V.1 Renunciar a la comodidad**	Coeficiente de correlación	1	0.481**
		Sig. (Bilateral) - (P valor)		0.000
		N	175	175
	V.2 Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	0.481**	1
		Sig. (Bilateral) - (P valor)	0.000	
		N	175	175

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 17

Diagrama de dispersión entre el miedo a renunciar a la comodidad y la procrastinación académica



Nota. A medida que aumentó el miedo a renunciar a la comodidad del dispositivo, también la procrastinación académica

Análisis e interpretación:

En la presente tabla se presentaron los resultados de la prueba de correlación de Rho Spearman entre el miedo a renunciar a la comodidad del dispositivo y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

El análisis indicó que el resultado fue significativo ($p<0.05$), con un coeficiente de correlación positivo de 0. 481** (relación moderada). Esto evidenció que a medida que han incrementado los niveles del miedo de los estudiantes con respecto a renunciar a la comodidad del dispositivo, existió un incremento moderado en los niveles de la procrastinación académica.

Dado que el p-valor fue significativamente al margen de error propuesto (0.05), se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa, con un nivel de confianza del 99%. Por lo tanto, existe suficiente respaldo estadístico para afirmar que sí existe una

relación positiva de nivel moderado entre la segunda dimensión de la nomofobia "miedo a renunciar a la comodidad del dispositivo" y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.3.1.3 Relación entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación académica

a) Cruce de datos

Tabla 28

Datos cruzados entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación académica

V.1 - D.3 No poder comunicarse	V.2 Procrastinación académica								Total	
	Bajo		Moderado		Alto		Muy alto			
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy Alto	0	0.00	0	0.00	2	1.14	1	0.57	3	1.71
Alto	0	0.00	11	6.29	14	8.00	1	0.57	26	14.86
Moderado	2	1.14	43	24.57	20	11.43	0	0.00	65	37.14
Bajo	14	8.00	31	17.71	6	3.43	0	0.00	51	29.14
Muy bajo	10	5.71	18	10.29	2	1.14	0	0.00	30	17.14
Total	26	14.86	103	58.86	44	25.14	2	1.14	175	100.00

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Interpretación: En la presente tabla se presentó los datos cruzados entre el nivel de miedo de no poder comunicarse y la procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. De acuerdo con los datos presentados, la mayor parte de la muestra de estudiantes, en un 37.14%, demostró niveles moderados en el miedo de no poder comunicarse, donde se observó que, en la procrastinación, el 24.57% fue moderado, el 11.43% alto y el 1.14% bajo.

El 29.14% de los estudiantes tuvo niveles bajos en el miedo de no poder comunicarse; el 17.71% tuvo niveles moderados en la procrastinación, el 8.00% bajos y el 3.43% altos.

Finalmente, con respecto a los niveles muy bajos, el 17.14% de estudiantes con respecto a la tercera dimensión de la variable 1, el 10.29% tuvo niveles moderados en la procrastinación, el 5.71% bajos y el 0.00% muy altos.

b) Estadístico

Tabla 29

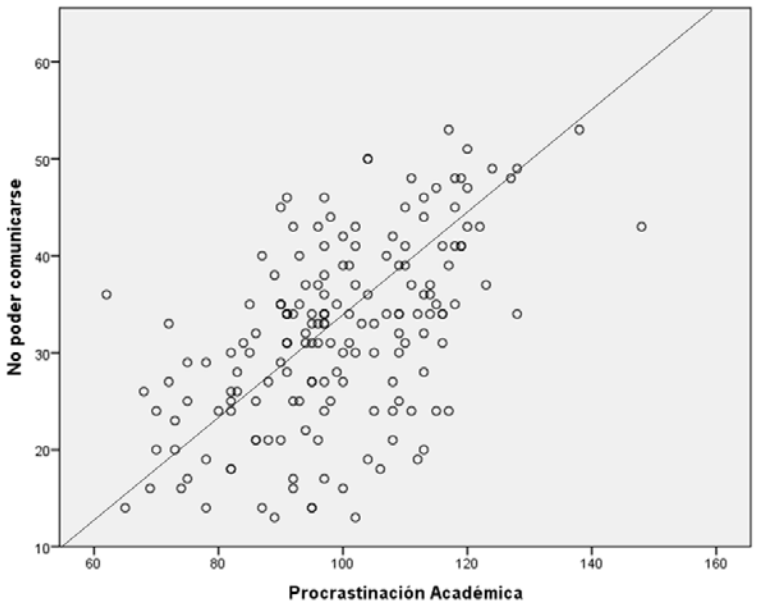
Prueba de hipótesis correlacional entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación académica

			D.3 V.1 No poder comunicarse	V.2 Procrastinación académica
Correlación de Rho Spearman	**D.3 V.1 No poder comunicarse**	Coeficiente de correlación	1	0.497**
		Sig. (Bilateral) - (P valor)		0.000
		N	175	175
	V.2 Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	0.497**	1
		Sig. (Bilateral) - (P valor)	0.000	
		N	175	175

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 18

Diagrama de dispersión entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación académica



Nota. A medida que aumentó el miedo a no poder comunicarse con el dispositivo, también aumentó la procrastinación académica.

Análisis e interpretación:

En la presente tabla se presentaron los resultados de la prueba de correlación de Rho Spearman entre el miedo a no poder comunicarse y la procrastinación en estudiantes de la

Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

El análisis indicó que el resultado fue significativo ($p<0.05$), con un coeficiente de correlación positivo de 0.497** (relación moderada). Esto evidenció que a medida que han incrementado los niveles del miedo de los estudiantes con respecto a renunciar a la comodidad del dispositivo, existió un incremento moderado en los niveles de la procrastinación académica.

Dado que el p-valor fue significativamente menor al margen de error propuesto (0.05), se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa, con un nivel de confianza del 99%. Por lo tanto, existe suficiente respaldo estadístico para afirmar que sí existe una relación positiva de nivel moderado entre la tercera dimensión de la nomofobia "el miedo a no poder comunicarse" y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.3.1.4 Relación entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica

a) Cruce de datos

Tabla 30

Datos cruzados entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica

V.1 - D.4 Pérdida de conexión	V.2 Procrastinación académica								Total	
	Bajo		Moderado		Alto		Muy alto			
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy Alto	0	0.00	2	1.14	1	0.57	1	0.57	4	2.29
Alto	0	0.00	7	4.00	14	8.00	1	0.57	22	12.57
Moderado	3	1.71	20	11.43	8	4.57	0	0.00	31	17.71
Bajo	9	5.14	35	20.00	15	8.57	0	0.00	59	33.71
Muy bajo	14	8.00	39	22.29	6	3.43	0	0.00	59	33.71
Total	26	14.86	103	58.86	44	25.14	2	1.14	175	100.00

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Interpretación: En la presente tabla se presentan los datos cruzados entre el nivel de

miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. De acuerdo con los datos presentados, la mayor parte de la muestra de estudiantes, en un 33.71%, demostró niveles bajos en el miedo a la pérdida de conexión, donde se observó que, en la procrastinación, el 20.00% fue moderado, el 8.57% alto y el 5.14% bajo.

En una misma proporción del 33.71%, demostró niveles muy bajos en el miedo a la pérdida de conexión, donde se observó que, en la procrastinación, el 22.29% fue moderado, el 8.00% bajo y el 3.43% alto.

En una proporción del 17.71% demostró niveles moderados en el miedo a la pérdida de conexión, donde se observó que, en la procrastinación, el 11.43% fue moderado, el 4.57% alto y el 0.57% muy alto.

b) Estadístico

Tabla 31

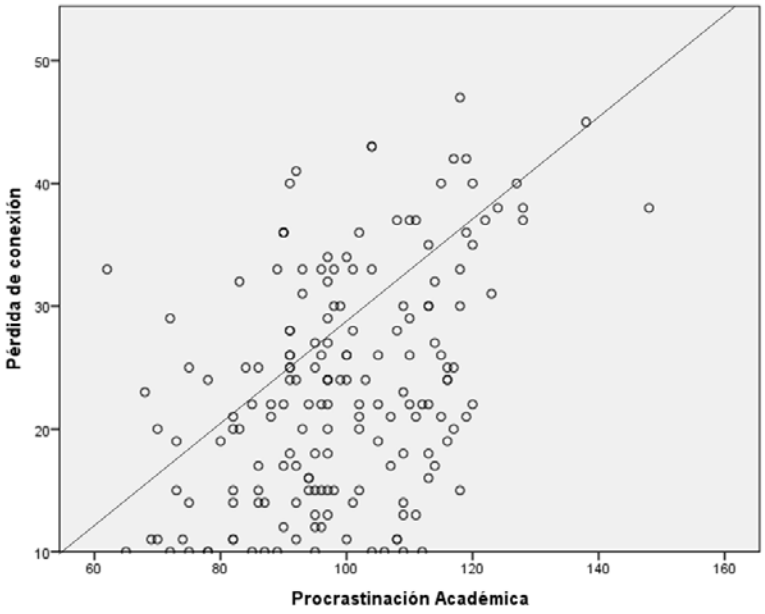
Prueba de hipótesis correlacional entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica

			D.4 V.1 Pérdida de conexión	**V.2 Procrastinación académica**
Correlación de Rho Spearman	**D.4 V.1 Pérdida de conexión**	Coeficiente de correlación	1	0.376**
		Sig. (Bilateral) - (P valor)		0.000
		N	175	175
	V.2 Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	0.376**	1
		Sig. (Bilateral) - (P valor)	0.000	
		N	175	175

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 19

Diagrama de dispersión entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación académica



Nota. A medida que aumenta el miedo a la pérdida de conexión, también aumenta la procrastinación académica.

Análisis e interpretación:

En la presente tabla se presentó los resultados de la prueba de correlación de Rho Spearman entre el miedo a la pérdida de conexión y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

El análisis indicó que el resultado fue significativo ($p<0.05$), con un coeficiente de correlación positivo en 0. 376** (relación baja). Esto evidenció que a medida que han incrementado los niveles del miedo de los estudiantes con respecto a la pérdida de conexión, existió un incremento bajo en los niveles de la procrastinación académica.

Dado que el p-valor fue significativamente menor al margen de error propuesto (0.05), se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa, con un nivel de confianza del 99%. Por lo tanto, existe suficiente respaldo estadístico para afirmar que sí existe una relación positiva de nivel bajo entre la cuarta dimensión de la nomofobia “miedo

a la pérdida de conexión" y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.4 Resultados según el objetivo general

5.4.1 Determinación de la relación entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

a) Cruce de datos

Tabla 32

Datos cruzados entre la nomofobia y la procrastinación académica

V.1 Nomofobia	V.2 Procrastinación académica								Total	
	Bajo		Moderado		Alto		Muy alto			
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%
Muy Alto	0	0.00	2	1.14	2	1.14	1	0.57	5	2.86
Alto	0	0.00	12	6.86	17	9.71	1	0.57	30	17.14
Regular	3	1.71	40	22.86	17	9.71	0	0.00	60	34.29
Bajo	13	7.43	42	24.00	8	4.57	0	0.00	63	36.00
Muy bajo	10	5.71	7	4.00	0	0.00	0	0.00	17	9.71
Total	26	14.86	103	58.86	44	25.14	2	1.14	175	100.00

Nota. Elaboración propia, realizado en el Software Estadístico SPSS v26.

Interpretación: En la presente tabla se presentan los datos cruzados entre el nivel de nomofobia y la procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. De acuerdo con los datos presentados, la mayor parte de la muestra de estudiantes, el 34.29% de los estudiantes demostró niveles regulares de nomofobia, donde se observó que, en la procrastinación, el 22.86% fue moderado, el 9.71% alto y el 1.71% bajo.

El 36.00% de los estudiantes tuvo niveles bajos de nomofobia; de ellos, el 24.00% tuvo niveles moderados en la procrastinación, el 4.57% altos y el 7.43% bajos.

El 17.14% de los estudiantes tuvo niveles altos de nomofobia, de los cuales, el 9.71% tuvo niveles altos en la procrastinación, el 6.86% moderados y el 0.57% muy altos.

b) Estadístico

Tabla 33

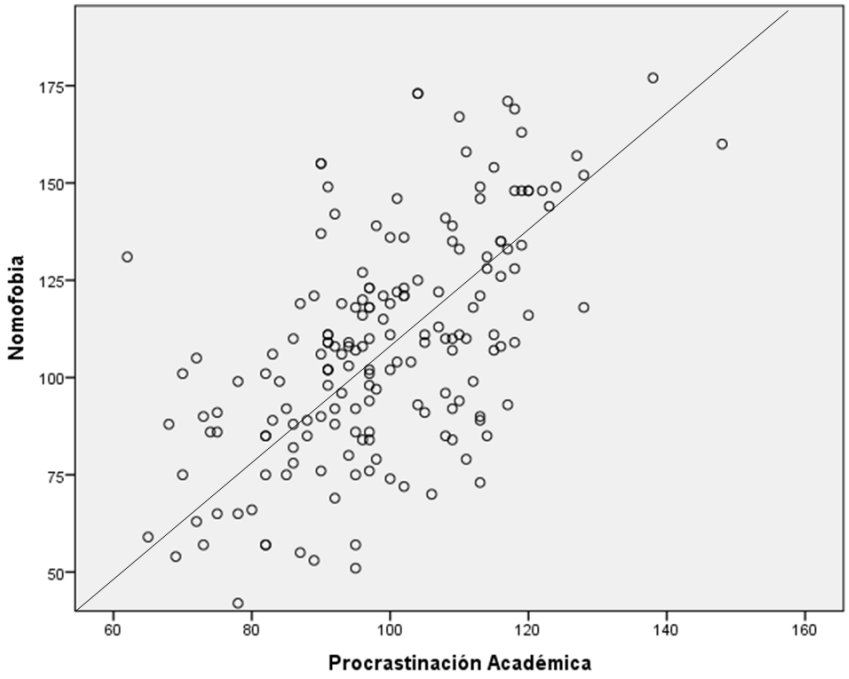
Prueba de hipótesis correlacional entre la nomofobia y la procrastinación académica

			V.1 Nomofobia	V.2 Procrastinación académica
Correlación de Rho Spearman	**V.1 Nomofobia**	Coeficiente de correlación	1	0.523**
		Sig. (Bilateral) - (P valor)		0.000
		N	175	175
	V.2 Procrastinación académica	Coeficiente de correlación	0. 523**	1
		Sig. (Bilateral) - (P valor)	0.000	
		N	175	175

Nota. Elaboración propia, realizada en el Software Estadístico SPSS v26.

Figura 20

Diagrama de dispersión entre la nomofobia y la procrastinación académica



Nota. A medida que aumentaron los niveles de nomofobia, también aumentó la procrastinación académica.

Análisis e interpretación:

En la presente tabla se presentaron los resultados de la prueba de correlación de Rho Spearman entre la nomofobia y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

El análisis indicó que el resultado fue significativo ($p<0.05$), con un coeficiente de correlación positivo de 0. 523** (relación moderada). Esto evidenció que a medida que han incrementado los niveles de nomofobia en los estudiantes, existió un incremento moderado en los niveles de la procrastinación académica.

Dado que el p-valor fue significativamente menor al margen de error propuesto (0.05), se rechazó la hipótesis nula y se aceptó la hipótesis alternativa, con un nivel de confianza del 99%. Por lo tanto, existe suficiente respaldo estadístico para afirmar que sí existe una relación positiva de nivel moderado entre la nomofobia y la procrastinación en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

5.5 Discusión

En este capítulo se discuten los resultados obtenidos, interpretando los hallazgos descriptivos e inferenciales en relación con los antecedentes y el marco referencial de la investigación. Primero, se analizan las dimensiones de la nomofobia y la procrastinación académica y, posteriormente, la correlación entre ambas variables en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

Respecto a la nomofobia, se encontró que el 54.3% de los estudiantes presentó niveles significativos, distribuidos en un nivel moderado (34.3%), alto (17.1%) y muy alto (2.9%). Por otro lado, el 45.7% se ubicó en niveles bajos, con un 36% en nivel bajo y un 9.7% en muy bajo. Por dimensiones, los niveles más elevados se concentraron en el “miedo a no poder acceder a la información” (65.6%) y el “miedo a renunciar a la comodidad que proporciona el dispositivo” (61.2%). En cambio, la “pérdida de conectividad” y la “imposibilidad de comunicación directa” presentaron una mayor concentración en niveles intermedios y bajos.

Con base a estos resultados, se aprecia que los resultados demostraron que una proporción importante de los estudiantes presenta manifestaciones de nomofobia, evidenciando una dependencia emocional y funcional hacia el teléfono móvil, situación que parece estar vinculada a la necesidad constante de acceder a información y a la comodidad que brinda el dispositivo en las actividades cotidianas y académicas. Sin embargo, tambien se puede afirmar que el temor asociado a la pérdida de conectividad o a la imposibilidad de comunicarse directamente resulta menos predominante, lo que permite inferir que el uso del teléfono en este grupo está más orientado a satisfacer necesidades de acceso inmediato a recursos y facilidades tecnológicas que a mantener exclusivamente la interacción social.

Este resultado ha sido respaldado por investigaciones realizadas en diversos contextos internacionales, como en la revisión de literatura internacional realizada por Rivera (2024), quien cita en su estudio a Kaur et al. (2021), desarrollada en India, donde hallaron que el 56% presentó un nivel de nomofobia moderado. De igual manera, en la misma, se hizo referencia a Salcedo y Lara (2022) en Ecuador, quienes confirmaron que el 69% de los estudiantes de ambos sexos presentaba este nivel moderado. En otros estudios, como en Benítez et al. (2024), realizados en México, se identificó que la nomofobia se consolida de manera extendida en los primeros semestres académicos, lo que implica que el ingreso a la educación superior expone a los jóvenes a dinámicas de dependencia tecnológica similares, independientemente de la especialidad profesional.

Se comenta que si bien los porcentajes varían entre contextos (India, Ecuador, México y el presente estudio en Cusco), se observa una tendencia hacia la presencia de niveles moderados a altos de nomofobia, lo cual permite afirmar que el fenómeno no es exclusivo de determinadas regiones, sino que responde a una problemática que tiene un efecto de manera similar a los jóvenes universitarios.

Con respecto a la revisión de estudios a nivel de Perú, los resultados también

coinciden con investigaciones desarrolladas en distintas regiones del país. Por ejemplo, según la revisión de antecedentes nacionales de Loaiza y Salas (2024), se identifican diversos hallazgos geográficos; por ejemplo, en la región Cusco, el estudio de Cruz y Velazco (2019) identificó que el 44.7% de los estudiantes de primer ciclo presentaba un nivel moderado, mientras que un 11% alcanzó niveles altos de nomofobia. Otro estudio citado fue el de Vera (2018), quien encontró que el 77% de los estudiantes universitarios se ubicó en el nivel moderado de nomofobia. Finalmente, otro estudio citado dentro de la discusión de Loaiza y Salas (2024) fue el de Flores (2019), quien evidenció una prevalencia del 61.8% en el nivel moderado y un 7.4% en el nivel severo en estudiantes universitarios. Estos estudios pueden confirmar que la población universitaria evaluada en diferentes zonas del país suele concentrarse principalmente en niveles intermedios de nomofobia.

De estos resultados identificados en Perú se comenta que la tendencia observada en el presente estudio, donde predominan los niveles moderados de nomofobia, lo que evidencia que este fenómeno se presenta de manera similar en distintas regiones del Perú y en diversas especialidades universitarias.

A nivel local, estudios como Sumire (2024), determinaron que el 78.3% de los estudiantes universitarios de la UNSAAC en Cusco presentaron niveles de nomofobia a nivel moderado en un 47.3%, aunque las exigencias académicas de ambas carreras difieren, la alta incidencia de niveles intermedios en ambas muestras de estudio confirma que la nomofobia es una problemática que podría llegar a afectar de forma generalizada a los estudiantes de la UNSAAC.

Este hallazgo permite comentar que la manifestación moderada de la dependencia tecnológica es la más frecuente, lo que, aun sin alcanzar niveles severos, representa una fuente constante de ansiedad y malestar en la vida diaria de los estudiantes. Asimismo, la variabilidad de los resultados reportados sugiere la influencia de factores como las

características demográficas de las muestras, los contextos socioculturales y geográficos, así como los instrumentos de medición empleados.

Con respecto al análisis de los resultados por dimensiones de la nomofobia en el estudio, se llegó a determinar mayor prevalencia de niveles elevados en las dimensiones de "miedo a no poder acceder a la información" (65.6%) y la dimensión "miedo a renunciar a la comodidad que proporciona el dispositivo" (61.2%), de manera intermedio se ubicó la dimensión "no poder comunicarse" (53.7%), mientras que la dimensión con menor impacto correspondió al "miedo a la pérdida de conexión" (32.6%).

A partir de esta distribución jerárquica, se infiere que la nomofobia en esta población estudiantil está notablemente más arraigada en aspectos funcionales y pragmáticos que en necesidades puramente comunicacionales. Es decir, la ansiedad, molestia o temor de los estudiantes no proviene primordialmente de la incapacidad de interactuar socialmente con otros, sino de la imposibilidad de resolver dudas de forma inmediata, navegar en la red o emplear las herramientas tecnológicas que simplifican sus actividades diarias (complicaciones agudizadas por factores externos como la falta de batería, datos móviles o señal Wi-Fi).

Esta fuerte dependencia hacia la funcionalidad del aparato y el malestar psicológico que provoca su privación encuentran un respaldo empírico en el estudio internacional de Medina y Veytia (2022) en universidades mexicanas, donde se concluyó que el uso desmedido y la imposibilidad de interactuar con el móvil desencadenan síntomas evidentes de ansiedad, dependencia e incluso malestares físicos como dolores de cabeza, mermando directamente el bienestar socioemocional del alumnado.

De este modo, el contraste con la literatura internacional confirma que el núcleo de la nomofobia universitaria actual se desplaza hacia un perfil donde la preocupación por el aislamiento interpersonal o el contacto con familiares y amigos pasa a un segundo plano

frente a la necesidad de soporte técnico e informativo continuo.

Respecto a la procrastinación académica, se encontró que el 85.1% de los estudiantes presentó niveles entre moderado y muy alto. De este grupo, el 58.9% se ubicó en un nivel moderado, el 25.1% en alto y el 1.1% en muy alto. En contraste, el 14.9% presentó un nivel bajo y no se registraron casos en el nivel muy bajo (0.0%). Por dimensiones, las mayores dificultades se observaron en la autorregulación académica (82.3%) y los factores motivacionales (80.6%), mientras que la postergación de actividades (62.7%) y los factores situacionales (64.0%) también mostraron una presencia importante en los niveles moderado a muy alto.

De estos resultados se interpreta que la procrastinación en esta muestra no responde simplemente a la pereza, sino a conflictos internos vinculados a la planificación, la disciplina, la autoconfianza y el temor al fracaso.

A nivel internacional, la predominancia de la presencia de procrastinación en niveles moderados llegó a coincidir con diferentes investigaciones como las desarrolladas en Estremadoiro y Schulmeyer (2021) en Bolivia, quienes determinaron que la mayor parte de la población universitaria se distribuye en niveles medios de procrastinación. Asimismo, es importante notar que las dificultades motivacionales encontradas en nuestro estudio guardan relación con lo advertido por Estremadoiro y Schulmeyer (2021), quienes explican que los factores que empujan a procrastinar se asocian con variables psicológicas complejas como la ansiedad ante la evaluación y el perfeccionismo.

Se comenta que la procrastinación académica es un fenómeno frecuente en la población universitaria y que su aparición puede estar influenciada por variables motivacionales y emocionales complejas.

En la revisión de antecedentes, como la de Navarro y Berrospi (2023), se encuentran otras citas como las de Calle (2022), que fueron establecidas con el fin de dar respaldo a que

la procrastinación moderada o alta es un problema común entre los universitarios, más que una excepción. En ese sentido, el estudio de Calle (2022) evidenció que el 72.89% de 450 estudiantes presentó un nivel medio y el 27.11% un nivel alto; asimismo, en dicho trabajo de revisión se reporta la investigación de Cárdenas et al. (2021), quienes confirmaron que la procrastinación académica tiene mayor frecuencia en niveles moderados en estudiantes universitarios; asimismo, añadieron que esta conducta suele agudizarse a finales del curso.

De estos estudios se afirma que la procrastinación académica constituye una problemática frecuente en el contexto universitario, caracterizada principalmente por niveles moderados de manifestación y con tendencia a incrementarse en periodos de mayor exigencia académica, como el final de los cursos.

En la revisión de antecedentes nacionales expuesta por Osorio (2024), se recopilaron otras investigaciones que fueron citadas dentro de su discusión como las de Pariona y Procel (2023) evidenciaron que un 83.96% de 106 estudiantes se ubicaba en el nivel medio de procrastinación académica. Del mismo modo, la propia investigación de Osorio (2024) halló que 81.4% de estudiantes universitarios tuvo niveles medios de procrastinación académica. Al contrastar estos altos índices de postergación (85.1% entre moderado y muy alto) con la literatura previa en el ámbito local de Cusco, se identifica que los hallazgos del estudio presentado guardan relación con el estudio realizado por Chacaliaza y Quintana (2023), donde evidenciaron que el 76.2% de la muestra se concentró en niveles regulares de procrastinación en estudiantes universitarios; hecho que refuerza la afirmación de que la postergación académica constituye una problemática extendida y persistente en la juventud de la ciudad del Cusco.

En ese sentido, se comenta que la procrastinación académica es una problemática recurrente y sostenida entre los estudiantes universitarios de Cusco, ya que diferentes investigaciones encontraron una concentración predominante en niveles medios o regulares,

evidenciando que la tendencia a postergar tareas forma parte de una realidad común en esta población

Por otro lado, el hecho de que la autorregulación y la motivación hayan sido las dimensiones más afectadas es un hallazgo importante que evidencia que el problema va más allá de la simple administración de horarios. Por ejemplo, Estrada (2019), citado en Navarro y Berrospi (2023), halló que un 57% de 141 estudiantes universitarios presentó altos niveles de afectación en la autorregulación académica y un 53% registró niveles elevados en la postergación de actividades. Asimismo, en estudios como los de Osorio (2024), se evidenciaron niveles regulares predominantes en la postergación de actividades; lo cual implica que las intervenciones no deberían centrarse únicamente en la gestión del tiempo, sino en fortalecer las habilidades metacognitivas y la resiliencia psicológica de los estudiantes.

Sin embargo, a partir de los estudios mencionados se desprende que la variabilidad de los resultados observados pudo ocurrir debido a diferencias metodológicas, características únicas de cada muestra (por ejemplo, estudiantes de carreras con alta exigencia de disciplina inmediata) o la utilización de instrumentos de medición distintos que definen la procrastinación de manera diversa. De ello se infiere que la procrastinación no es un fenómeno rígido y su manifestación puede variar significativamente según el nivel educativo (primaria, secundaria, universitaria), el contexto geográfico y las condiciones socioeconómicas de las familias.

Con respecto a la discusión de resultados inferenciales encontrados en este estudio se determinó que, existió una correlación positiva y moderada (Rho de Spearman = 0.523; $p < 0.05$) entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la UNSAAC.

Esto significa que a medida que se intensifica el miedo o la ansiedad por no tener

acceso al teléfono móvil (nomofobia), también se han encontrado mayores datos en la tendencia a postergar las responsabilidades académicas (procrastinación).

Estudios internacionales como los de Tárrega et al. (2023), no encontraron una relación significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica ($p = 0.073$; $P<0.05$) fundamentándose en que el impacto del celular en el universitario es más social que académico sosteniendo que la nomofobia está vinculada a la ansiedad social, funcionando el móvil como un "escudo" para interactuar, pero que esto no necesariamente se traduce en postergar tareas si el estudiante tiene una alta motivación vocacional.

A nivel nacional, estudios como el de Rivera (2024) en Lima Norte identificaron una relación positiva y significativa entre la nomofobia y la procrastinación ($p=0.027$; $Rho=0.106$). Del mismo modo, se vincula con el estudio de Navarro y Berrospi (2023) en Huánuco, donde se concluyó una relación significativa ($p = 0,003$, $OR = 2,82$), lo cual quiere decir que con mayor nivel de nomofobia, se encontraron más datos en conductas de procrastinación académica. Asimismo, los hallazgos obtenidos guardan una cercanía importante con lo señalado por Amesquita (2023) en Puno, quien reportó una correlación positiva moderada de 0.554 ($p=0.000$), valor próximo al alcanzado en esta investigación ($Rho=0.523$).

Esta similitud entre estudios realizados en regiones del sur andino, como Cusco y Puno, permite inferir dinámicas socioculturales semejantes respecto al uso excesivo del celular y sus efectos en el cumplimiento de las responsabilidades académicas.

De acuerdo con la literatura revisada, Ríos et al. (2022), citados en el estudio de Rivera (2024), también identificaron una relación positiva y significativa entre ambas variables, lo que confirma la dirección de los resultados obtenidos. No obstante, se observan diferencias en la magnitud de la correlación porque mientras que en el presente estudio se halló un coeficiente moderado ($Rho = 0.523$), el resultado de Ríos et al. resultó más débil

(Rho = 0.268, p = 0.001).

Se comenta que estas discrepancias podrían atribuirse tanto a las características etarias de las muestras (adolescentes de educación secundaria en Ilo frente a estudiantes universitarios en Cusco), como a las sutiles diferencias en las demandas de autonomía académica existentes entre el entorno escolar y el universitario.

Otros estudios que no citaron la nomofobia pero sí desarrollaron estudios semejantes a la adicción a las redes sociales, como el de Caycay (2022), o el alto uso de internet, como el de Cayllahua y Huanaco (2021), también reportaron correlaciones positivas y significativas con la procrastinación académica. Por un lado, Caycay (2022), al evaluar a 50 estudiantes de secundaria, halló una relación directa y altamente significativa (rho = 0.499) entre la adicción a las plataformas sociales y la postergación de tareas. Por otro lado, Cayllahua y Huanaco (2021), citados en Caycay (2022), evidenciaron en universitarios que un 60% presentaba, a la par, un alto uso de internet y una alta procrastinación, lo que mostró una correlación positiva aún más fuerte (r = 0.798).

Se considera para este estudio presentado que estos hallazgos metodológicos refuerzan la idea de que las variables vinculadas al entorno digital en su conjunto fomentan y agudizan en diferentes niveles las conductas procrastinadoras de los estudiantes.

Más allá de la correlación general, el análisis dimensional de este estudio indicó que, al correlacionar la procrastinación con cada dimensión de la nomofobia, todas presentan una relación significativa. Al respecto, destacan por su mayor fuerza el miedo a no poder comunicarse (Rho = 0.497; relación moderada) y el miedo a renunciar a la comodidad (Rho = 0.481; relación moderada). Por su parte, la dimensión de miedo a no poder acceder a la información obtuvo un coeficiente de correlación de (0.393), evidenciando explícitamente una dirección positiva y una intensidad baja.

Este desglose es de suma importancia porque permite inferir que la procrastinación

no se deriva únicamente de una distracción considerada genérica, sino que parece estar más impulsada por ansiedades y temores específicos: el temor al aislamiento social (no estar disponible para amigos y familiares), la idea de perder las facilidades y soluciones inmediatas que el dispositivo proporciona y, en un grado menor pero estadísticamente comprobado, el miedo a la pérdida del acceso a datos informativos. Es decir, el estudiante no solo procrastina porque el móvil es entretenido, sino porque la idea de desconectarse genera una ansiedad que lo empuja de vuelta al dispositivo como una forma fallida de regulación emocional.

Sin embargo, a pesar del fuerte respaldo, en este estudio se reconoce que no existe un acuerdo total con los antecedentes de investigación porque, por ejemplo, en estudios como los de Rengifo y Arapa (2021) citados en Caycay (2022), no se llegó a identificar una correlación estadísticamente significativa entre las variables mencionadas. Una situación similar fue reportada de manera independiente por Aliaga (2022) citado en Caycay (2022), en cuyo estudio tampoco se halló una relación matemática entre dichas variables. Por otro lado, existen hallazgos como el de Gómez y Medina (2021) citado en Caycay (2022), quienes presentaron un resultado con un coeficiente de correlación positivo ($r = 0.45$), pero cuya fuerza en la práctica resultó ser débil o casi nula.

Estos hallazgos demuestran la importancia de realizar una investigación enfocada en el contexto y las características particulares de la muestra para identificar por qué la relación varía o no existe. Finalmente, cabe aclarar que estas inconsistencias en la literatura no invalidan nuestros resultados, pero sí ponen de manifiesto la complejidad del tema y la necesidad de una mayor rigurosidad metodológica y claridad en el reporte de resultados en futuras investigaciones.

5.6 Aporte de estudio

Debido a que el diseño de la presente investigación es no experimental, de corte

transversal y alcance descriptivo-correlacional, el estudio original no contempla la aplicación de un programa de intervención. No obstante, atendiendo a la necesidad de trasladar los hallazgos hacia un aporte de utilidad práctica para la institución, se diseñó una propuesta de sensibilización de carácter propositivo.

El propósito principal de este aporte es sensibilizar a los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la UNSAAC sobre el uso saludable del teléfono móvil y fortalecer sus habilidades de autorregulación académica, con la finalidad de mitigar los niveles de nomofobia y procrastinación académica.

Esta propuesta se fundamenta directamente en los resultados obtenidos, los cuales evidenciaron que el 54.3% de los estudiantes presentó niveles de nomofobia entre moderado y muy alto, y el 85.1% evidenció niveles preocupantes de procrastinación académica. Asimismo, se tomó como base la correlación positiva encontrada entre ambas variables (Rho = 0.523) y el análisis de las dimensiones con mayor incidencia (como la autorregulación académica) y mayor fuerza de asociación (como el miedo a no poder comunicarse y el miedo a renunciar a la comodidad).

La implementación de este aporte queda sujeta al ajuste y aprobación por parte de los Servicios de Bienestar Estudiantil y las instancias competentes de la facultad. El desarrollo detallado de esta propuesta, que incluye la justificación completa, las actividades específicas por eje, el cronograma tentativo, los recursos necesarios y los mecanismos de evaluación, se encuentra descrito en el Anexo Nº 9

CONCLUSIONES

Primera: La nomofobia y la procrastinación académica se relacionaron de manera directa y significativa en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, durante el año analizado. La prueba estadística determinó una correlación positiva y de nivel moderado, lo que indica que, a mayores niveles de nomofobia en los universitarios, se observan niveles más altos de procrastinación en una proporción proporcional.

Segunda: El nivel de nomofobia en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, durante el año 2024, se presentó en el 54.3% del total de la muestra.

Tercera: El nivel de procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, durante el año 2024, se presentó en el 85.1% de los participantes.

Cuarta: Existe una relación significativa entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024. El análisis de la correlación determinó una relación positiva y moderada, esto quiere decir que, a mayores niveles de necesidad de acceso a la información, existieron mayores niveles de procrastinación en una magnitud moderada.

Quinta: Existe una relación significativa entre renunciar a la comodidad y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024. El análisis de la correlación determinó una relación positiva y moderada, esto quiere decir que, a mayores niveles de temor a renunciar a la comodidad del dispositivo,

existieron mayores niveles de procrastinación en una magnitud moderada.

Sexta: Existe relación significativa entre no poder comunicarse y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024. El análisis de la correlación determinó una relación positiva y moderada, esto quiere decir que, a mayores niveles de miedo a no poder comunicarse, existieron mayores niveles de procrastinación en una magnitud moderada.

Séptima: Existe relación significativa entre la pérdida de conexión y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024. El análisis de la correlación determinó una relación positiva y baja; esto quiere decir que, a mayores niveles de ansiedad por la pérdida de conexión, existieron mayores niveles de procrastinación en una magnitud bajo.

RECOMENDACIONES

Primero: A los Servicios de Bienestar Estudiantil de la Facultad de Educación de la UNSAAC, integrar en el plan de tutoría universitaria un módulo o taller específico sobre "Bienestar digital y gestión del tiempo académico". Este programa no debe centrarse en restringir el uso del dispositivo móvil, sino en mejorar las habilidades de autorregulación en los estudiantes, enseñando técnicas para la gestión del tiempo y el uso estratégico de aplicaciones de productividad para reducir la interferencia de la nomofobia en sus hábitos de estudio.

Segundo: A los Servicios de Bienestar Estudiantil de la Facultad de Educación de la UNSAAC, diseñar y difundir una campaña de sensibilización y autodiagnóstico puesto que más de la mitad de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria presentaron niveles de nomofobia de moderados a muy altos. Esta acción puede consistir en infografías, breves cuestionarios en línea o charlas informativas que ayuden a los estudiantes a reconocer los síntomas de la dependencia del móvil y a entender su impacto, ofreciendo recursos de apoyo para quienes identifiquen un problema.

Tercero: A los Servicios de Bienestar Estudiantil de la Facultad de Educación de la UNSAAC, se sugiere implementar estrategias pedagógicas que ayuden a gestionar la carga de trabajo debido al porcentaje elevado de procrastinación; estas estrategias podrían centrarse en la fragmentación de grandes proyectos en entregas parciales con plazos definidos a lo largo del semestre a fin de reducir la sensación de agobio que lleva a la postergación y fomentar un ritmo de trabajo constante, en lugar de esperar al último momento.

Cuarto: A los Servicios de Bienestar Estudiantil de la Facultad de Educación de la UNSAAC implementar programas psicoeducativos que enseñen a los estudiantes a tolerar la incomodidad de la desconexión voluntaria debido a que las dimensiones de la nomofobia se relacionaron con la procrastinación. Esta recomendación ayudará a reducir la necesidad de recurrir al móvil como vía de escape frente a tareas académicas exigentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aliaga, K. (2022). Procrastinación académica y dependencia al móvil en estudiantes de 4° y 5° de secundaria de una institución educativa de La Mar, Ayacucho – 2020 [Tesis de pre grado]. Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote. https://repositorio.uladech.edu.pe/handle/20.500.13032/28368

Álvarez, Ó. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. Persona, (13), 159–177. https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270

Amesquita, J. (2023). *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Juan Bosco, Puno, 2022* [Tesis de pregrado, Universidad Privada San Carlos]. Repositorio Institucional UPSC. https://repositorio.upsc.edu.pe/handle/20.500.14891/462

Atalaya, C., y García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. Revista de Investigación en Psicología, 22(2), 363-378. http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435

Barrios, D., Bejar, V., y Cauchos, V. (2017). Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría, 55(3), 205–206. https://doi.org/10.4067/s0717-92272017000300205

Bayona, J., Parra, C., Arteaga y Salamanca, T. (2018). Vigencia conceptual de los factores de la motivación: Una perspectiva desde la teoría bifactorial propuesta by Herzberg. Cuadernos Latinoamericanos de Administración, 14(27). https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7840593

Benítez, E., Roque, R., Hernandez, J. y Salazar, R. (2024). Nomofobia en estudiantes universitarios de ingeniería en tecnologías de la información: una evaluación según su etapa académica. Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores, 3(56).https://doi.org/10.46377/dilemas.v11i3.4166

Berdida, D., y Grande, R. (2023). Nursing students' nomophobia, social media use, attention, motivation, and academic performance: A structural equation modeling approach. *Nurse Education in Practice, 70*, Artículo 103645. https://doi.org/10.1016/j.nepr.2023.103645

Blanca, A. (2017). *Autorregulación y procesos de aprendizaje*. Aula Magna 2.0. Recuperado

el 16 de agosto de 2024 de https://doi.org/10.58079/nep4

Bonilla, M., Diego, J., y Lena, F. (2018). Estudiantes universitarios: Prosumidores de recursos digitales y mediáticos en la era de internet. *Aula Abierta, 47*(3), 319-326. https://doi.org/10.17811/rifie.47.3.2018.319-326

Busko, D. (1998). Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model [Tesis de maestría no publicada]. University of Guelph.

Calle, W. (2022). Procrastinación académica y dependencia al celular en estudiantes de la escuela profesional de psicología de una universidad privada, Huancayo – 2021 [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional. Arteaga

Camporro, A., y Villa, M. (2025). Uso problemático del smartphone, procrastinación y autoeficacia académica en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Educación, 20*(2), 99-108. https://doi.org/10.70478/rpye.2025.20.10

Carr Gregg (2012). Aumentan los casos de "nomophobia" o miedo a estar sin celular. CNN. https://cnnespanol.cnn.com/2012/03/08/aumentan-los-casos-de-nomophobia-o-miedo-a-estar-sin-celular

Cárdenas, P., Hernández, G., y Cajigal, E. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios de una institución pública: caso de la Facultad de Ciencias Educativas. Revista RedCA, 3(9), 18-40. https://doi.org/10.36677/redca.v3i9.15806

Carranza, R., y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. Apuntes Universitarios, 3(2). https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_66d277b1841b9709418d7c950fa88e2d

Carrasco, S. (2008). *Metodología de la investigación científica: Pautas metodológicas para diseñar y elaborar el proyecto de investigación*. Editorial San Marcos

Caycay, J. (2022). Niveles de procrastinación y dimensiones de adicción a las redes sociales en estudiantes de una Institución Educativa. Chiclayo [Tesis de Pregrado]. Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo. https://hdl.handle.net/20.500.12893/10482

Cayllahua, F., y Huanaco, M. (2021). Factores individuales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Ingeniería Civil de la UNA

Puno – 2019 [Tesis de Pregrado]. Universidad Nacional del Altiplano de Puno. https://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/17239/Cayllahua_Flor_Huanaco_Milagros.pdf?sequence=1yisAllowed=y

Ccuyro, S., y Peña, R. (2024). *Educación virtual y estrés académico en estudiantes de la Escuela Profesional de Educación de la UNSAAC - 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio Institucional de la UNSAAC.

Chacaliaza, E. y Quintana, J. (2023). *Estrés académico y procrastinación en universitarios de una universidad privada, Cusco - 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Universidad Continental. https://hdl.handle.net/20.500.12394/13070

Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. Temática Psicológica, 7(1), 53-62. http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf

Chico, I., Maldonado, L., y Moreno, L. (2018). Nomofobia. Enfermedades del siglo XXI. Medicina de Familia SEMERGEN, 44(7), 117-118. https://doi.org/10.1016/j.semerg.2018.05.002

Clariana, M., Cladellas, R., Badia, M., y Gotzens, C. (2011). La influencia del género en variables de la personalidad que condicionan el aprendizaje: inteligencia emocional y procrastinación académica. Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación Del Profesorado, 14(3), 87–96. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=217022109007

Copaja, C., Aragón, C., Taype, A. y Nomotest. (2022). Nomophobia and its associated factors in Peruvian medical students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9), 5006. https://doi.org/10.3390/ijerph19095006

Covarrubias, C., Acosta, H. y Mendoza, M. (2019). Relación de autorregulación del aprendizaje y autoeficacia general con las metas académicas de estudiantes universitarios. *Formación universitaria*, 12(6), 103-114.

Cruz, E., y Velazco, H. (2019). Nomofobia en estudiantes del primer ciclo de la Universidad Andina del Cusco, 2019-I [Tesis de pregrado]. Universidad Andina del Cusco.

https://repositorio.uandina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12557/3307/RESUMEN.pdf?sequence=1yisAllowed=y

Cvetkovic, A., Maguiña, J., Soto, A., Lama, J., y Correa, L. (2021). Cross-sectional studies. Revista de la Facultad de Medicina Humana, 21(1), 164–170. https://doi.org/10.25176/rfmh.v21i1.3069

Del Prete, A., y Redon, S. (2020). Las redes sociales virtuales: Espacios de socialización y definición de identidad. Psicoperspectivas, 19(1). https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-vol19-issue1-fulltext-1834

Domínguez, S. (2017). Prevalencia de procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y su relación con variables demográficas. Revista de Psicología, 7(1), 81–95.

Domínguez, S., Villegas, G. y Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293–304. https://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttextypid=S1729-48272014000200010

Domínguez, S., Sánchez, A., Aranda, M., Fuentes, V., y García, M. (2023). Influencia de la dependencia al smartphone sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios: Diferencias según sexo. *Health and Addictions/Salud y Drogas, 23*(2), 117–135. https://doi.org/10.21134/haaj.v23i2.769

Duda, B., y Gallardo, E. (2022). Caracterización de la procrastinación académica en estudiantado universitario peruano. Revista Electrónica Educare, 26(2), 1–17. https://doi.org/10.15359/ree.26-2.20

Ellis, A., y Knaus, W. (2002). Overcoming Procrastination. New York: New.

Estrada, S. (2019). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de 5to grado de secundaria en una institución educativa del distrito de Mazamari, 2019 [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional. https://hdl.handle.net/20.500.12848/1241

Estremadoiro, B., y Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. Aportes, (30), 51–65.

http://www.scielo.org.bo/pdf/racc/n30/n30_a04.pdf

Felices, A., Mendoza, L., Orellana, M., y Loayza, J. (2025). Adicción al smartphone, nomofobia, rendimiento académico e intención de abandonar los estudios: un modelo estructural en estudiantes universitarios peruanos. *Aloma, 43*(2), 22–31. https://doi.org/10.51698/aloma.2025.43.2.22-31

Fernández, C., Hernández, R., y Baptista, P. (2005). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill

Flores, M. (2019). Nomofobia en relación al bajo rendimiento académico en estudiantes de Medicina [Tesis de licenciatura, Universidad Privada Antenor Orrego]. Repositorio Institucional UPAO. https://repositorio.upao.edu.pe/backend/api/core/bitstreams/b92b6f4e-c93e-473e-84e5-955aed856057/content

Flores, V. (2013). La nomofobia y su incidencia en las relaciones socio-afectivas en los jóvenes de 17 a 21 años de la Fundación Iberoamericana de Desarrollo Social (FIDS) de la ciudad de Ambato [Tesis de Pregrado]. http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/6173

Franco, R., y Hervias, E. (2022). Estructura factorial, validez y confiabilidad de la escala de nomofobia en estudiantes de una Universidad Estatal de Lima Metropolitana. Propósitos y Representaciones, 10(2), e1572.

Gamero, A., y Chamorro, M. (2021). Phubbing: el otro rostro de la COVID-19. Medicina de Familia SEMERGEN, 47(6), 426.

García, J., y González, E. (2022). El estrés académico causante de la procrastinación en la educación virtual. Una revisión sistemática. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, *13*(25). https://doi.org/10.23913/ride.v13i25.1265

Garzón, A., Gil, J., y de la Fuente, J. (2020). Rasgos demográficos, académicos y personales asociados a tres tipos de procrastinación en el alumnado universitario. Bordón. Revista de Pedagogía, 72(1), 49–65. https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.01.69513

Garzón, A., y Gil, J. (2017). Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior. Universitas Psychologica, 16(3), 1-13. https://doi.org/10.11144/javeriana.upsy16-

3.gtpe

George, D., y Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference, 11.0 update* (4th ed.). Allyn y Bacon.

Gómez, C., y Medina, J. (2021). Dependencia al teléfono móvil, procrastinación académica y autoeficacia en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/60375

Gómez, M., Danglot, C., y Vega, L. (2003). Sinopsis de pruebas estadísticas no paramétricas. ¿Cuándo usarlas?. Revista Mexicana de Pediatría, 70(2), 91-99. https://www.ugr.es/~fmocan/MATERIALES%20DOCTORADO/Sinopsis%20de%20pruebas%20estadisticas%20no%20parametricas.pdf

Guiral, V., Miranda, S., Ospina, J., y Villada, Y. (2025). *Nomofobia: Desconectar para conectar con la realidad universitaria*. Universidad Católica Luis Amigó. https://hdl.handle.net/20.500.14531/6290

Guzmán, V., y Gelvez, L. (2023). La nomofobia en los adolescentes y el impacto en su salud mental - una revisión sistemática. Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento (RACC), 15(3), 12-23. dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9244551

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación (6ta Ed.). McGraw-Hill/Interamericana Editores. https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf

Hernández, R., y Mendoza, C. P. (2023). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2.ª ed.). McGraw-Hill Education.

Hidalgo, S., Martínez, I., y Sospedra, M. (2022). Autoestima y procrastinación en el ámbito académico: un meta-análisis. Revista Fuentes, 24(1), 77–89. https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2022.19907

Iberdrola. (2024). Nomofobia: el miedo irracional a no tener el móvil. https://www.iberdrola.com/compromiso-social/nomofobia

Janatolmakan, M., Karampour, A., Rezaeian, S., y Khatony, A. (2024). Nomophobia:

Prevalence, associated factors, and impact on academic performance among nursing students. *Heliyon, 10*(22), Artículo e40225. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e40225

Kaur, A., Ani, A., Sharma, A., y Kumari, V. (2021). Nomophobia and social interaction anxiety among university students. International Journal of Africa Nursing Sciences, 15.

King, A., Valença, A., y Nardi, A. (2010). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? Cognitive and Behavioral Neurology, 23(1), 52–54. https://doi.org/10.1097/wnn.0b013e3181b7eabc

León, A., Calvete, E., Patino, C., Machimbarrena, J. M., y González, J. (2021). Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q): Estructura factorial y puntos de corte de la versión española. *Adicciones, 33*(2), 137–148. https://doi.org/10.20882/adicciones.1316

Loaiza, N. y Salas, O. (2024). *Nomofobia y rendimiento académico en estudiantes ingresantes a las escuelas profesionales de educación primaria y secundaria de la universidad nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022*. [Tesis de Pregrado]. http://hdl.handle.net/20.500.12918/8893

López, M., González, P., López, J., Camacho, J., Ramón, A., Ramón, J., y de Méndez, J. (2021). Procrastinación académica en estudiantes de enfermería de una Universidad de México. Revista Electrónica En Educación y Pedagogía, 5(9), 57–67. https://doi.org/10.15658/REV.ELECTRON.EDUC.PEDAGOG21.11050905

López, S. (2021). Influencia de la procrastinación académica sobre el cansancio emocional en estudiantes universitarios: diferencias según sexo [Tesis de Pregrado]. Universidad San Ignacio de Loyola. https://dx.doi.org/10.20511/USIL.thesis/11249

López-López, A., Pérez, L., Gutiérrez, J., Pompa, B., y Fernández, M. (2020). Reducción de la procrastinación académica mediante la Terapia de Aceptación y Compromiso: un estudio piloto. Clínica Contemporánea, 11(1). https://doi.org/10.5093/cc2020a3

Luna, Y. (2018). Nomofobia en Estudiantes Universitarios de la Universidad Católica de Cuenca Sede Azogues [Tesis de Posgrado]. Universidad del Azuay. http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/8613/1/14280.pdf

Maldonado, F., y Peñaherrera, D. (2014). *Relación entre el uso excesivo del teléfono celular (Smartphone) con el nivel de ansiedad, rendimiento académico y grado de satisfacción personal en estudiantes de la Facultad de Medicina de la PUCE* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. Repositorio PUCE.

Mansouri, K., Ashouri, A., Gharraee, B., y Farahani, H. (2022). The Mediating Role of Fear of Failure, Self-Compassion and Intolerance of Uncertainty in the Relationship Between Academic Procrastination and Perfectionism. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology, 28(1), 34-47. https://doi.org/10.32598/ijpcp.28.1.3706.1

Marquina, R., Horna, V., y Huaire, E. (2020). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. Revista Conciencia EPG, 3(2). https://doi.org/10.32654/concienciaepg.3-2.6

Martín, L., Aramayo, K., Rodríguez, J., y Saiz, M. (2022). Procrastination in pre-service teachers: the role of learning strategies and academic achievement. Educación XX1, 25(2), 65–88. https://doi.org/10.5944/EDUCXX1.31553

Martínez, A., y Campos, W. (2015). Correlación entre actividades de interacción social registradas con nuevas tecnologías y el grado de aislamiento social en los adultos mayores. *Revista Mexicana de Ingeniería Biomédica, 36*(3), 181–191. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttextypid=S0188-95322015000300004

Medina, G., y Veytia, M. (2022). El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(1), 2123-2138. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1639

Méndez, N. (2022). Intervención cognitivo-conductual para un alto grado de malestar ante actividades laborales: un estudio de caso. ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades, 10(1). https://orcid.org/0000-0002-6213-5352

Monroy, E. (2025). *Revisión de literatura: Correlación entre nomofobia y desempeño académico en estudiantes de secundaria y universitarios* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio de la Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO. https://hdl.handle.net/10656/22653

Morales, A. (2022). Nomofobia y el nivel productividad de las organizaciones. *Libros IC*,

1(1), 107–122. https://doi.org/10.15765/librosic.v1i1.12

Muñoz, J. y Hurtado, C. (2017). Effects of goal clarification on impulsivity and academic procrastination of college students. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(3), 173–181. https://doi.org/10.1016/J.RLP.2017.03.001

Naranjo, M. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Universidad de Costa Rica*, 33(2), 153-170. https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf

Navarro y Berrospi (2023). *Nomofobia, procrastinación académica y baja inteligencia emocional como factores de riesgo para ansiedad estado* [Tesis de Pregrado]. Universidad Nacional Hermilio Valdizan. https://hdl.handle.net/20.500.13080/8541

Olivares, P. (2014). Nomofobia: esclavos del móvil. EFE: SALUD. https://www.efesalud.com/nomofobia-esclavos-del-movil/

Orosco, J., Pomasunco, R., y Torres, E. (2020). Uso del smartphone en estudiantes universitarios de la región central del Perú. *Revista de Investigación Educativa de la REDIECH, 11*, 1-19. https://doi.org/10.33010/ierierediech.v11i0.769

Osorio, V. (2024). *Procrastinación académica en los estudiantes de internado de la carrera profesional de Psicología en una universidad privada de Huancayo, 2023* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/15288

Otero, S., Fuertes, M., Casanova, L., Arichábala, D. y Freire, K. (2023). La Procrastinación: Una Exploración Teórica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 76-93. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6065

Pariona, G. y Procel, B. (2023). *Procrastinación académica y ansiedad estado en estudiantes de quinto grado de secundaria de una institución educativa particularde Huancayo, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio Institucional. https://hdl.handle.net/20.500.12394/13102

Pascual, E., y Castelló, A. (2020). Nuevas adicciones: nomofobia o el "¡no sin mi móvil!". *Gaceta Internacional de Ciencias Forenses*, (36), 41–45. https://www.uv.es/gicf/4A3_Castello_GICF_36.pdf

Portocarrero (2022). *Salud mental y nomofobia en estudiantes de medicina de la Universidad*

Nacional de Ucayali, 2022 [Tesis de Pregrado]. Universidad Nacional de Ucayali. http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/6013

Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*, *3*(1), 45–59

Quiroz, L. (2020). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad de Chiclayo* [Tesis de grado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio Institucional USS. https://hdl.handle.net/20.500.12802/9930

Quispe, R., y Tapara, D. (2024). *Procrastinación y autorregulación del aprendizaje en estudiantes de secundaria área de comunicación I.E. Mx. Viva el Perú, Cusco 2024* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio Institucional de la UNSAAC.

Rengifo, D. y Arapa, F. (2021). *Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes del cuarto y quinto del nivel secundario de una institución educativa pública de la ciudad de Juliaca, 2021* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. Repositorio Institucional UPeU. https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/5439

Rigo, D. y Lubomirsky, A. (2020). Factores situacionales asociados a la desvinculación académica. Vínculos entre procrastinación y compromiso en estudiantes universitarios. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 5(8), 108-118.

Rios, L, Allcca, J., y Alfaro, R. (2022). Procrastinación académica y dependencia a teléfonos móviles en adolescentes de un colegio básico regular de la ciudad de Ilo. *Revista Científica de Ciencias de la Salud, 15*(1), 30–38. https://doi.org/10.17162/rccs.v15i1.1753

Rivera, A. (2024). *Nomofobia y la procrastinación académica en universitarios con indicadores de ira y hostilidad de un distrito de Lima Norte, 2024* [Tesis de pregrado]. Repositorio Institucional de la Universidad César Vallejo. https://hdl.handle.net/20.500.12692/158814

Rodríguez, A., Moreno, A. y Belmonte, J. (2020). Nomophobia: An Individual's Growing Fear of Being without a Smartphone—A Systematic Literature Review. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 17(2), 580. https://doi.org/10.3390/ijerph17020580

Rodríguez, S., y Vargas, M. (2024). *Motivación académica y procrastinación en los estudiantes de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio Institucional de la UNSAAC.

Romero, J., Martínez, N., y Campos, M. (2021). Influencia de la adicción a internet en el bienestar personal de los estudiantes universitarios. *Salud y Drogas, 21*(1), 171-185. https://doi.org/10.21134/haaj.v21i1.559

Salcedo, R. M., y Lara, M. (2022). Nomofobia y su relación con las habilidades sociales en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6*(6), 10554–10565. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4148

Sánchez, J., Sánchez, D., Falconi, M. y Carrasco, Y. (2023). Autorregulación del aprendizaje en la asignatura contabilidad general en la formación del administrador de empresas. *Revista Universidad y Sociedad*, 15(2), 285-296. http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v15n2/2218-3620-rus-15-02-285.pdf

Silva, A., y Martínez, D. (2017). Influencia del smartphone en los procesos de aprendizaje y enseñanza. *Suma de Negocios, 8*(17), 11-18. https://doi.org/10.1016/j.sumneg.2017.01.001

Solomon, L. J., y Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*(4), 503–509. https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503

Statista Research Department. (2021). *Número de usuarios de teléfonos móviles inteligentes en algunos países de América Latina y el Caribe en 2020*. Statista. https://www.statista.com

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

Sumire, C. (2024). *Calidad de sueño y nomofobia en estudiantes de la Facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2024* [Tesis de pregrado]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco.

Tárrega, I., Valero, M., González, V., Llagostera, I., Cervera, Á., Andreu, L., Pérez, V., Ortíz, V., Blasco, G., y Mena, D. (2023). Nomophobia and its relationship with social anxiety and procrastination in nursing students: An observational study. *Nursing Reports, 13*(4), 1695–1705. https://doi.org/10.3390/nursrep13040140

Torres, A., y Huaycho, N. (2024). *Procrastinación académica y adicción a redes sociales en estudiantes de la Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, 2022* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio Institucional de la UNSAAC.

Torres, E. (2021). *Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de una universidad privada de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional UAP. https://hdl.handle.net/20.500.13067/1315

Trujillo, K., y Noé, M. (2020). La Escala de Procrastinación Académica (EPA): Validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes peruanos. *Revista de Psicología y Educación, 15*(1), 98-107. https://doi.org/10.23923/ryye2020.01.189

Vagka, E., Gnardellis, C., Lagiou, A., y Notara, V. (2023). Nomophobia and self-esteem: A cross sectional study in Greek university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(4), Artículo 2929. https://doi.org/10.3390/ijerph20042929

Velasteguí, E. (2019). El avance en la tecnología móvil y su impacto en la sociedad. *Explorador Digital*, *2*(4), 5–19. https://doi.org/10.33262/exploradordigital.v2i4.337

Vera, V. (2018). *Nomofobia y autoconcepto en estudiantes de Ingeniería de una Universidad Privada de la Ciudad de Huancayo–2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio Institucional UPLA. https://hdl.handle.net/20.500.12848/1940

Vilchez, N. y Vía Y Rada, J. (2024). Impacto de la nomofobia en la calidad del aprendizaje en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(1), 10604-10622. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.10369

Wong, M., Panaqué, C. y Fernández, R. (2022). Procrastinación académica y tipos de motivación en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de Investigación Educativa*, 14(16).

https://doi.org/10.34236/RPIE.V14I16.286

Yildirim, C. y Correia, A. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130–137. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059

Zepeda, P., da Silva, R., Costa, F. y Colauto, R. (2023). Miedo al éxito y miedo al fracaso: intensidad de los motivos de procrastinación. *Revista Científica, Calidad en la Educación*, 58(1). https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttextypid=S0718-45652023000100005

ANEXOS

ANEXO Nº1 - MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, SEDE CENTRAL – 2024

<table>
<tr><th>Problema General</th><th>Objetivo General</th><th>Hipótesis General</th><th>Variable</th><th>Dimensiones</th><th>Indicadores</th><th>Metodología</th></tr>
<tr><td rowspan="2">¿Cuál es la relación entre la Nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central - 2024?</td><td rowspan="2">Determinar la relación entre la Nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central - 2024.</td><td rowspan="2">Existe relación positiva significativa entre la nomofobia y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024</td><td rowspan="6">VARIABLE
NOMOFOBIA</td><td>Dimensión 1
Dependencia del acceso a la información</td><td>- Necesidad de acceso constante a información
- Necesidad de búsqueda inmediata
- Necesidad de actualización social
- Dependencia funcional del dispositivo</td><td rowspan="6">Tipo
Básico

Enfoque
Cuantitativo

Alcance
Correlacional

Diseño
No experimental
Transversal

Población
Estudiantes universitarios de la Escuela Profesional de Educación Primaria

Técnica muestral
Probabilística

Muestra
(175) Estudiantes regulares de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la UNSAAC</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Dimensión 2
Renunciar a la comodidad</td><td rowspan="2">- Incomodidad por falta de batería
- No contar con saldo y límite de datos
- Permanecer sin conectividad
- No tener disponible el dispositivo
- No poder revisar notificaciones</td></tr>
<tr><td>Problemas Específicos</td><td>Objetivos Específicos</td><td>Hipótesis Específicos</td></tr>
<tr><td rowspan="3">a) ¿Qué nivel de nomofobia presentan los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?

b) ¿En qué medida se manifiesta la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?</td><td rowspan="3">a) Identificar el nivel de nomofobia en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.

b) Identificar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.</td><td rowspan="3">a) El nivel de Nomofobia en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024, es alto.

b) El nivel de procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024, es alto.</td><td rowspan="3">Dimensión 3
No poder comunicarse</td><td rowspan="3">- No poder comunicarse al instante
- No estar disponible para otros
- No poder recibir mensajes y llamadas
- Temor a dañar las relaciones
- No saber si alguien te contactó
- Sentirse excluido de los grupos</td></tr>
<tr></tr>
<tr></tr>
<tr><td>Dimensión 4
Pérdida de conexión</td><td>- Sentir que se pierde la identidad online
- No poder participar en redes sociales</td></tr>
</table>

c) ¿De qué manera la dependencia del acceso a la información se asocia con la procrastinación académica de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024? d) ¿Cómo se vincula el factor de renunciar a la comodidad con la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024? e) ¿En qué medida la incapacidad para comunicarse se relaciona con la procrastinación académica de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024? f) ¿Qué medida de relación existe entre la pérdida de conexión y la procrastinación académica en los estudiantes de la	c) Establecer la relación entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024. d) Establecer la relación entre renunciar a la comodidad y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024. e) Examinar la relación entre no poder comunicarse y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024. f) Examinar la relación entre la pérdida de conexión y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de	c) Existe relación positiva significativa entre la dependencia del acceso a la información y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024. d) Existe relación positiva significativa entre la renunciar a la comodidad y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024. e) Existe relación positiva significativa entre no poder comunicarse y la procrastinación académica en los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024. f) Existe relación positiva significativa entre la pérdida de conexión y la procrastinación académica en los estudiantes de la			- No saber qué pasa en las redes - No poder revisar el correo electrónico - Sentir que se altera la rutina diaria	
			VARIABLE PROCASTINACIÓN ACADÉMICA	**Dimensión 1** Dificultades en la autoregulación académica	- Organización del tiempo de estudio - Planificación de tareas - Establecimiento de prioridades - Cumplimiento de fechas límite	
				Dimensión 2 Postergación de actividades	- Retraso en la entrega de trabajos - Aplazamiento de lecturas asignadas - Demora en preparación de exámenes - Sustitución de actividades académicas por otras	
				Dimensión 3: Factores motivacionales	- Nivel de autoeficacia - Motivación intrínseca/extrínseca - Perfeccionismo - Miedo al fracaso	
				Dimensión 4: Factores situacionales	- Distractores ambientales - Influencia de pares - Carga académica - Dificultad de las tareas	

Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024?	Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central, 2024.	Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024.				

Nota. Esta matriz que sintetiza los problemas, objetivos, hipótesis, variables y la metodología aplicada en el estudio.

ANEXO Nº2 - MATRIZ DEL INSTRUMENTO

NOMOFOBIA

Titulo	**NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, SEDE CENTRAL – 2024.**			
Variable	**Dimensiones**	**Indicadores**	**Peso**	**Ítems**
Variable Nomofobia	**Dimensión 1** Dependencia del acceso a la información	Necesidad de acceso constante a información	20%	1. Me incomoda no tener acceso constante a la información a través de mi smartphone 2. Me preocupa no poder consultar información académica en cualquier momento.
		Necesidad de búsqueda inmediata		3. Me molesta no poder buscar información en mi smartphone cuando lo necesito. 4. Me incomoda no poder acceder a información en línea desde mi smartphone.
		Necesidad de actualización social		5. Me incomoda no poder obtener noticias (p. ej., eventos, el tiempo) en mi smartphone. 6. Me molesta no poder estar al día con las novedades de mi entorno social a través del smartphone.
		Dependencia funcional del dispositivo		7. Me irrita no poder usar mi smartphone y sus funciones cuando lo quiero. 8. Siento que me falta algo si no puedo usar las aplicaciones educativas en mi smartphone.
	Dimensión 2 Renunciar a la comodidad	Incomodidad por falta de batería	25%	9. Me pondría muy incómodo si mi smartphone se queda sin batería. 10. Llevo siempre conmigo un cargador o batería portátil por si me quedo sin batería.
		No contar con saldo y límite de datos		11. Me inquieta quedarme sin saldo o sobrepasar mi límite de datos 12. Me preocupa no poder conectarme a internet por falta de datos móviles
		Permanecer sin conectividad		13. Si me quedo sin señal de datos o wifi, reviso constantemente para ver si la recupero 14. Me molesta no poder conectarme a internet mientras me desplazo.
		No tener disponible el dispositivo		15. Me preocupa quedarme en algún lugar sin mi smartphone. 16. Me siento inseguro sin mi smartphone en caso de una emergencia.
		No poder revisar notificaciones		17. Si paso un rato sin revisar mi smartphone, siento deseos de mirarlo. 18. Siento la necesidad de revisar mi smartphone aunque no haya notificaciones nuevas
	Dimensión 3 No poder comunicarse	No poder comunicarse al instante	30%	19. Siento ansiedad si no puedo comunicarme con mi familia y amigos. 20. Me preocupa no poder coordinar trabajos en grupo si no tengo comunicación instantánea.
		No estar disponible para otros		21. Me inquieta que mi familia y amigos no puedan contactarme por celular. 22. Me molesta perderme invitaciones o eventos sociales si no estoy disponible en mi smartphone.
		No poder recibir		23. Me preocupa no poder recibir mensajes de texto y llamadas.

Titulo	NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, SEDE CENTRAL – 2024.			
Variable	**Dimensiones**	**Indicadores**	**Peso**	**Ítems**
		mensajes y llamadas		24. Me siento aislado si no puedo recibir notificaciones de mis aplicaciones de mensajería.
		Temor a dañar las relaciones		25. Siento ansiedad por no poder mantener el contacto con mi familia y amigos. 26. Me preocupa que mis relaciones personales se vean afectadas si no puedo comunicarme.
		No saber si alguien te contactó		27. Me inquieta no saber si alguien intentó contactarme. 28. Me preocupa perder información importante por no estar conectado.
		Sentirse excluido de los grupos		29. Siento ansiedad si pierdo el contacto continuo con mi familia y amigos. 30. Me siento excluido si no puedo interactuar en los grupos de chat.
	Dimensión 4 Pérdida de conexión	Sentir que se pierde la identidad online	25%	31. Me preocupa estar desconectado de mi identidad en línea 32. Siento que pierdo parte de mi identidad sin acceso a mis perfiles en redes sociales.
		No poder participar en redes sociales		33. Me incomoda no poder estar al día con las redes sociales y comunidades en línea. 34. Me molesta no poder compartir momentos importantes en mis redes sociales.
		No saber qué pasa en las redes		35. Me siento extraño al no poder comprobar las actualizaciones de mis contactos en redes. 36. Me inquieta no saber las reacciones en mis publicaciones.
		No poder revisar el correo electrónico		37. Siento ansiedad por no poder revisar mi correo electrónico. 38. Me preocupa no recibir información importante por no poder acceder a mi correo.
		Sentir que se altera la rutina diaria		39. Me siento incómodo sin mi smartphone, sin saber qué hacer. 40. Sin mi smartphone, siento que mi rutina diaria se ve alterada.

Nota. Elaboración propia basada en la adaptación del cuestionario de Franco y Hervias (2022)

PROCASTINACIÓN

Titulo	NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, SEDE CENTRAL – 2024.			
Variable	**Dimensiones**	**Indicadores**	**Peso**	**Ítems**
VARIABLE Procrastinación Académica	**Dimensión 1:** Dificultades en la autorregulación académica	Organización del tiempo de estudio	25%	1. Al inicio de la semana, suelo dejar que mis actividades de estudio se organicen solas sin un plan definido. 2. Dedico más tiempo a algunas asignaturas y descuido otras sin un balance claro.
		Planificación de tareas		3. Me doy cuenta de que me faltan materiales cuando ya estoy intentando estudiar 4. Confío en mi memoria en lugar de usar una agenda para planificar mis actividades universitarias.
		Establecimiento de prioridades		5. Me resulta difícil decidir qué tareas académicas son más importantes y cuáles desarrollar primero. 6. Suelo trabajar en mis tareas importantes solo cuando tengo un hueco libre en mi día.
		Cumplimiento de fechas límite		7. Suelo entregar mis trabajos después de la fecha límite establecida por mis profesores 8. Solicito extensiones a mis profesores para completar mis trabajos a tiempo
	Dimensión 2: Postergación de actividades	Retraso en la entrega de trabajos	25%	9. Suelo trabajar en mis tareas importantes solo cuando se acerca la fecha de entrega. 10. Aunque sé que un trabajo es importante, suelo esperar varios días antes de empezarlo
		Aplazamiento de lecturas asignadas		11. Dejo las lecturas asignadas para el final, cuando ya no hay más tiempo para retrasarlas. 12. Cuando una lectura me parece complicada o poco interesante, la dejo para después
		Demora en preparación de exámenes		13. Generalmente comienzo a prepararme para los exámenes solo unos días antes de la fecha 14. Suelo estudiar para mis evaluaciones cuando la fecha está muy cerca
		Sustitución de actividades académicas por otras		15. Paso tiempo en actividades recreativas cuando debería estar estudiando 16. Encuentro más atractivo dedicarme a otras actividades que a mis responsabilidades académicas
	Dimensión 3: Factores motivacionales	Nivel de autoeficacia	25%	17. Dudo de mi capacidad para completar con éxito mis tareas académicas 18. Siento inseguridad sobre si podré cumplir con lo que mis cursos exigen
		Motivación intrínseca/extrínseca		19. Cuando una tarea requiere mucho tiempo, mi interés por completarla disminuye 20. Me desanimo cuando tengo que estudiar durante largos períodos sin descanso
		Perfeccionismo		21. Busco que mis trabajos sean perfectos, lo que me hace tardar más en finalizarlos 22. Paso mucho tiempo revisando mis trabajos para asegurarme de que estén perfectos antes de entregarlos
		Miedo al fracaso		23. A veces no empiezo una tarea porque dudo de si podré hacerla bien 24. La preocupación por sacar una mala nota me hace retrasar el inicio de algunas tareas
	Dimensión 4: Factores situacionales	Distractores ambientales	25%	25. Las notificaciones de mi celular me hacen pausar mi estudio para revisarlas 26. Cuando hay ruido a mi alrededor, me cuesta seguir adelante con mis actividades de estudio
		Influencia de pares		27. A veces abandono mis estudios porque mis amigos me invitan a hacer algo más divertido 28. Cuando mis compañeros me invitan a salir, dejo mis estudios para otro momento
		Carga académica		29. Tener muchas tareas acumuladas me hace sentir abrumado y retrasarlas 30. La cantidad de trabajos de mis cursos me hace retrasar algunos de ellos
		Dificultad de las tareas		31. Cuando un tema me parece muy complicado, tiendo a dejarlo para después 32. Las tareas que me parecen más difíciles suelen quedar al final de mi lista

Nota. Elaboración propia basada en la adaptación del cuestionario de Domínguez et al., (2014)

ANEXO Nº3 - INSTRUMENTO

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO

FACULTAD DE EDUCACIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA

CUESTIONARIO DE NOMOFOBIA (NMP-Q)

Estimado/a participante:

El siguiente cuestionario tiene como objetivo evaluar los hábitos y comportamientos relacionados con la procrastinación en el ámbito académico. A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lea cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiante marcando con una (X) de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

Nunca	Casi nunca	Regularmente	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Recuerde que no existen respuestas correctas o incorrectas, las respuestas son completamente anónimas.

Edad:

Sexo: Femenino / Masculino (Marca con x)

Semestre académico:

Nº	REACTIVOS / ITEMS	1	2	3	4	5
Dimensión 1 - Dependencia del acceso a la información						
1.	Me incomoda no tener acceso constante a la información a través de mi smartphone					
2.	Me preocupa no poder consultar información académica en cualquier momento.					
3.	Me molesta no poder buscar información en mi smartphone cuando lo necesito.					
4.	Me incomoda no poder acceder a información en línea desde mi smartphone.					
5.	Me incomoda no poder obtener noticias (p. ej., eventos, el tiempo) en mi smartphone.					
6.	Me molesta no poder estar al día con las novedades de mi entorno social a través del smartphone.					
7.	Me irrita no poder usar mi smartphone y sus funciones cuando lo quiero.					
8.	Siento que me falta algo si no puedo usar las aplicaciones educativas en mi smartphone.					

Dimensión 2 - Renunciar a la comodidad						
9.	Me pondría muy incómodo si mi smartphone se queda sin batería.					
10	Llevo siempre conmigo un cargador o batería portátil por si me quedo sin batería.					
11	Me inquieta quedarme sin saldo o sobrepasar mi límite de datos					
12	Me preocupa no poder conectarme a internet por falta de datos móviles					
13	Si me quedo sin señal de datos o wifi, reviso constantemente para ver si la recupero					
14	Me molesta no poder conectarme a internet mientras me desplazo.					
15	Me preocupa quedarme en algún lugar sin mi smartphone.					
16	Me siento inseguro sin mi smartphone en caso de una emergencia.					
17	Si paso un rato sin revisar mi smartphone, siento deseos de mirarlo.					
18	Siento la necesidad de revisar mi smartphone aunque no haya notificaciones nuevas					
Dimensión 3 - No poder comunicarse						
19	Siento ansiedad si no puedo comunicarme con mi familia y amigos.					
20	Me preocupa no poder coordinar trabajos en grupo si no tengo comunicación instantánea.					
21	Me inquieta que mi familia y amigos no puedan contactarme por celular.					
22	Me molesta perderme invitaciones o eventos sociales si no estoy disponible en mi smartphone.					
23	Me preocupa no poder recibir mensajes de texto y llamadas.					
24	Me siento aislado si no puedo recibir notificaciones de mis aplicaciones de mensajería.					
25	Siento ansiedad por no poder mantener el contacto con mi familia y amigos.					
26	Me preocupa que mis relaciones personales se vean afectadas si no puedo comunicarme.					
27	Me inquieta no saber si alguien intentó contactarme.					
28	Me preocupa perder información importante por no estar conectado.					
29	Siento ansiedad si pierdo el contacto continuo con mi familia y amigos.					
30	Me siento excluido si no puedo interactuar en los grupos de chat.					
Dimensión 4 - Pérdida de conexión						
31	Me preocupa estar desconectado de mi identidad en línea					
32	Siento que pierdo parte de mi identidad sin acceso a mis perfiles en redes sociales.					
33	Me incomoda no poder estar al día con las redes sociales y comunidades en línea.					
34	Me molesta no poder compartir momentos importantes en mis redes sociales.					
35	Me siento extraño al no poder comprobar las actualizaciones de mis contactos en redes.					
36	Me inquieta no saber las reacciones en mis publicaciones.					
37	Siento ansiedad por no poder revisar mi correo electrónico.					
38	Me preocupa no recibir información importante por no poder acceder a mi correo.					
39	Me siento incómodo sin mi smartphone, sin saber qué hacer.					
40	Sin mi smartphone, siento que mi rutina diaria se ve alterada.					

UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD
DEL CUSCO
FACULTAD DE EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA)

Estimado/a participante:

El siguiente cuestionario tiene como objetivo evaluar las experiencias y comportamientos relacionados con la nomofobia. A continuación, encontrarás una serie de preguntas que deveras de responder. Lea cada frase y marque con (X) de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

Nunca	Casi nunca	Regularmente	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Recuerde que no existe respuestas correctas o incorrectas, las respuestas son completamente anónimas.

Nº	REACTIVOS / ITEMS	1	2	3	4	5
Dimensión 1 - Dificultades en la autoregulación académica						
1.	Al inicio de la semana, suelo dejar que mis actividades de estudio se organicen solas sin un plan definido.					
2.	Dedico más tiempo a algunas asignaturas y descuido otras sin un balance claro.					
3.	3Me doy cuenta de que me faltan materiales cuando ya estoy intentando estudiar					
4.	Confío en mi memoria en lugar de usar una agenda para planificar mis actividades universitarias.					
5.	Me resulta difícil decidir qué tareas académicas son más importantes y cuáles desarrollar primero.					
6.	Suelo trabajar en mis tareas importantes solo cuando tengo un hueco libre en mi día.					
7.	Suelo entregar mis trabajos después de la fecha límite establecida por mis profesores					
8.	Solicito extensiones a mis profesores para completar mis trabajos a tiempo					
Dimensión 2 - Postergación de actividades						
9.	Suelo trabajar en mis tareas importantes solo cuando se acerca la fecha de entrega.					
10.	Aunque sé que un trabajo es importante, suelo esperar varios días antes de empezarlo					

11.	Dejo las lecturas asignadas para el final, cuando ya no hay más tiempo para retrasarlas.					
12.	Cuando una lectura me parece complicada o poco interesante, la dejo para después					
13.	Generalmente comienzo a prepararme para los exámenes solo unos días antes de la fecha					
14.	Suelo estudiar para mis evaluaciones cuando la fecha está muy cerca					
15.	Paso tiempo en actividades recreativas cuando debería estar estudiando					
16.	Encuentro más atractivo dedicarme a otras actividades que a mis responsabilidades académicas					
Dimensión 3 - Factores motivacionales						
17.	Dudo de mi capacidad para completar con éxito mis tareas académicas					
18.	Siento inseguridad sobre si podré cumplir con lo que mis cursos exigen					
19.	Cuando una tarea requiere mucho tiempo, mi interés por completarla disminuye					
20.	Me desanimo cuando tengo que estudiar durante largos períodos sin descanso					
21.	Busco que mis trabajos sean perfectos, lo que me hace tardar más en finalizarlos					
22.	Paso mucho tiempo revisando mis trabajos para asegurarme de que estén perfectos antes de entregarlos					
23.	A veces no empiezo una tarea porque dudo de si podré hacerla bien					
24.	La preocupación por sacar una mala nota me hace retrasar el inicio de algunas tareas					
Dimensión 4 - Factores situacionales						
25.	Las notificaciones de mi celular me hacen pausar mi estudio para revisarlas					
26.	Cuando hay ruido a mi alrededor, me cuesta seguir adelante con mis actividades de estudio					
27.	A veces abandono mis estudios porque mis amigos me invitan a hacer algo más divertido					
28.	Cuando mis compañeros me invitan a salir, dejo mis estudios para otro momento					
29.	Tener muchas tareas acumuladas me hace sentir abrumado y retrasarlas					
30.	La cantidad de trabajos de mis cursos me hace retrasar algunos de ellos					
31.	Cuando un tema me parece muy complicado, tiendo a dejarlo para después					
32.	Las tareas que me parecen más difíciles suelen quedar al final de mi lista					

ANEXO Nº4 – PRUEBAS DE CONFIABILIDAD

ALFA DE CRONBACH - INSTRUMENTO NOMOFOBIA

Descripción del procedimiento para la obtención del coeficiente de confiabilidad:

Para la obtención del coeficiente de fiabilidad Alfa de Cronbach del instrumento de Nomofobia (NMP-Q), se ejecutó un procedimiento estructurado en tres etapas operativas dentro del entorno estadístico:

1) **Preparación y depuración de la matriz de datos:** Las respuestas recolectadas de los 175 sujetos evaluados fueron digitalizadas inicialmente en una hoja de cálculo de Microsoft Excel, estructurando una matriz donde las filas representaron a los participantes y las columnas correspondieron a los 40 ítems que componen el instrumento. En esta fase se verificó la ausencia de datos perdidos y se constató que la tasa de casos válidos fuera del 100.0% (175 sujetos), asegurando que no existieran exclusiones por omisión de respuesta.

2) **Configuración en el software estadístico**: La matriz de datos fue importada al software IBM SPSS Statistics (versión 26). Dentro del programa, se accedió a los controles relacionados con el análisis de fiabilidad (Alfa de Cronbach).

3) **Fundamento matemático del procesamiento**: El software ejecutó el algoritmo del coeficiente basándose en la varianza de las puntuaciones observadas. Matemáticamente, el programa calculó la consistencia interna comparando la suma de las varianzas de cada uno de los 40 ítems de manera individual contra la varianza total de las puntuaciones sumadas de todo el instrumento, ponderado por el número total de reactivos (N=40)

Resumen de procesamiento de casos

		Nº de sujetos	%
Casos	Válido	175	100,0
	Excluido[a]	0	0.
	Total	175	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de Items	Nº de sujetos
,962	40	175

Estadísticas de total de elemento

Items	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	105,08	800,872	,488	,962
P2	104,84	806,494	,440	,962
P3	104,79	805,356	,444	,962
P4	104,84	801,115	,481	,962
P5	105,17	799,330	,510	,962
P6	105,33	802,073	,500	,962
P7	105,09	794,882	,565	,961
P8	105,24	794,704	,602	,961
P9	105,05	789,986	,624	,961
P10	105,17	812,537	,272	,963
P11	105,14	785,083	,672	,961
P12	105,13	791,591	,632	,961
P13	105,09	788,893	,689	,961
P14	105,22	787,689	,694	,961
P15	105,17	789,924	,664	,961
P16	104,99	789,746	,628	,961
P17	105,29	783,700	,703	,961
P18	105,28	786,039	,722	,961
P19	105,15	801,527	,519	,962
P20	104,80	804,308	,525	,962
P21	105,27	797,354	,585	,961
P22	105,72	791,114	,632	,961

P23	105,47	790,828	,666	,961
P24	105,60	787,571	,745	,961
P25	105,44	797,127	,594	,961
P26	105,36	789,202	,694	,961
P27	105,55	789,706	,704	,961
P28	105,10	793,099	,604	,961
P29	105,36	797,017	,574	,961
P30	105,60	788,404	,664	,961
P31	105,64	788,913	,693	,961
P32	105,83	788,074	,708	,961
P33	105,74	787,872	,698	,961
P34	105,76	790,855	,634	,961
P35	105,77	785,669	,711	,961
P36	105,84	794,020	,586	,961
P37	105,84	797,581	,531	,962
P38	105,53	791,788	,616	,961
P39	105,51	783,118	,726	,961
P40	105,56	782,190	,719	,961

Nota. Elaboracion en SPSS Versión 26

Interpretación: Como producto del procesamiento computacional, el software arrojó un valor numérico de 0,962. De acuerdo con los baremos metodológicos universales establecidos por George y Mallery (2003), los coeficientes de Alfa de Cronbach que se sitúan por encima de 0.90 se clasifican en la categoría de **"Excelente"**. Por lo tanto, un índice de 0.962 demuestra que el instrumento posee una consistencia interna elevada que garantiza que los 40 ítems miden el constructo de la Nomofobia de manera precisa, estable y libre de errores de medición aleatorios, quedando plenamente apto para el análisis inferencial de la tesis.

PRUEBA DE CONFIABILIDAD

OMEGA DE MACDONALD - INSTRUMENTO NOMOFOBIA

Descripción del procedimiento para la obtención del coeficiente de confiabilidad Omega de McDonald:

Para la obtención del coeficiente de fiabilidad Omega de McDonald del instrumento de Nomofobia, se utilizó el software estadístico de código abierto Jamovi (versión 2.4), ejecutando un procedimiento metodológico riguroso estructurado en las siguientes fases técnicas:

1. **Importación y configuración de variables**: La matriz de datos con las respuestas de los 175 sujetos fue importada al entorno de Jamovi. Se verificó que las respuestas de los 40 ítems estuvieran configuradas correctamente en su escala de medición, garantizando una matriz limpia de errores, valores perdidos o celdas vacías, logrando un procesamiento sobre el 100% de la muestra.
2. **Ruta operativa en el software**: Dentro de la interfaz de Jamovi, se ejecutó la ruta algorítmica especializada para el análisis de consistencia interna.
3. **Selección de parámetros estadísticos**: En el panel de configuración, se trasladaron en bloque los 40 reactivos a la ventana de variables activas y se aplicaron las funcionalidades de la interfaz de Jamovi.
4. **Sustento del algoritmo estadístico**: A diferencia del Alfa tradicional, el software Jamovi calcula el Omega de McDonald basándose en las cargas factoriales de un modelo de análisis factorial.

Estadísticas de Fiabilidad de Escala

	ω de McDonald
Escala	**0.963**

Estadísticas de Fiabilidad de Elemento

	Si se descarta el elemento
	ω de McDonald
P1	**0.963**

Estadísticas de Fiabilidad de Elemento

	Si se descarta el elemento
	ω de McDonald
P2	**0.963**
P3	**0.963**
P4	**0.963**
P5	**0.962**
P6	**0.962**
P7	**0.962**
P8	**0.962**
P9	**0.962**
P10	**0.963**
P11	**0.962**
P12	**0.962**
P13	**0.962**
P14	**0.961**
P15	**0.962**
P16	**0.962**
P17	**0.961**
P18	**0.961**
P19	**0.962**
P20	**0.962**
P21	**0.962**
P22	**0.962**
P23	**0.962**
P24	**0.961**
P25	**0.962**
P26	**0.961**
P27	**0.961**
P28	**0.962**
P29	**0.962**
P30	**0.962**
P31	**0.961**
P32	**0.961**
P33	**0.961**
P34	**0.962**
P35	**0.961**

Estadísticas de Fiabilidad de Elemento

	Si se descarta el elemento
	ω de McDonald
P36	**0.962**
P37	**0.962**
P38	**0.962**
P39	**0.961**
P40	**0.961**

Nota. Elaboracion en SPSS Versión 26

PRUEBA DE CONFIABILIDAD

ALFA DE CRONBACH - INSTRUMENTO PROCRASTINACIÓN

Descripción del procedimiento para la obtención del coeficiente de confiabilidad:

Para la obtención del coeficiente de fiabilidad Alfa de Cronbach del instrumento sobre la Escala de Procrastinación, se ejecutó un procedimiento estructurado en tres etapas operativas dentro del entorno estadístico:

1) **Preparación y depuración de la matriz de datos:** Las respuestas recolectadas de los 175 sujetos evaluados fueron digitalizadas inicialmente en una hoja de cálculo de Microsoft Excel, estructurando una matriz donde las filas representaron a los participantes y las columnas correspondieron a los 32 ítems que componen el instrumento. En esta fase se verificó la ausencia de datos perdidos y se constató que la tasa de casos válidos fuera del 100.0% (175 sujetos), asegurando que no existieran exclusiones por omisión de respuesta.

2) **Configuración en el software estadístico**: La matriz de datos fue importada al software IBM SPSS Statistics (versión 26). Dentro del programa, se accedió a los controles relacionados con el análisis de fiabilidad (Alfa de Cronbach).

3) **Fundamento matemático del procesamiento**: El software ejecutó el algoritmo del coeficiente basándose en la varianza de las puntuaciones observadas. Matemáticamente, el programa calculó la consistencia interna comparando la suma de las varianzas de cada uno de los 40 ítems de manera individual contra la varianza total de las puntuaciones sumadas de todo el instrumento, ponderado por el número total de reactivos (N=32)

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	175	100,0
	Excluido[a]	0	0,0
	Total	175	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de items	Nº de sujetos
,864	32	175

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
P1	96,19	216,962	,089	,866
P2	96,02	215,730	,148	,865
P3	95,66	213,445	,225	,863
P4	96,15	219,694	-,005	,869
P5	95,70	213,141	,253	,862
P6	95,63	214,153	,180	,864
P7	95,42	213,832	,182	,864
P8	95,28	216,019	,121	,866
P9	96,19	207,096	,388	,859
P10	96,01	205,580	,490	,857
P11	96,06	202,755	,588	,855
P12	95,89	202,580	,508	,856
P13	95,87	205,202	,496	,857
P14	95,99	203,305	,523	,856
P15	95,99	205,006	,466	,857
P16	96,11	202,511	,547	,855
P17	95,57	211,810	,234	,863
P18	95,51	213,297	,195	,864
P19	95,74	205,126	,475	,857
P20	95,80	203,103	,555	,855
P21	95,54	209,399	,373	,860
P22	95,57	212,155	,249	,863
P23	96,28	206,697	,386	,859

P24	96,20	205,931	,388	,859
P25	95,90	206,047	,429	,858
P26	95,81	206,936	,373	,860
P27	96,59	205,853	,408	,859
P28	96,50	206,355	,420	,859
P29	95,73	201,140	,577	,854
P30	95,88	202,290	,554	,855
P31	95,89	199,281	,622	,853
P32	95,96	200,866	,555	,855

Nota. Elaboracion en SPSS Versión 26

PRUEBA DE CONFIABILIDAD

OMEGA DE MACDONALD - INSTRUMENTO PROCRASTINACIÓN

Descripción del procedimiento para la obtención del coeficiente de confiabilidad Omega de McDonald:

Para la obtención del coeficiente de fiabilidad Omega de McDonald del instrumento de procrastinación, se utilizó el software estadístico de código abierto Jamovi (versión 2.4), ejecutando un procedimiento metodológico riguroso estructurado en las siguientes fases técnicas:

1. **Importación y configuración de variables**: La matriz de datos con las respuestas de los 175 sujetos fue importada al entorno de Jamovi. Se verificó que las respuestas de los 32 ítems estuvieran configuradas correctamente en su escala de medición, garantizando una matriz limpia de errores, valores perdidos o celdas vacías, logrando un procesamiento sobre el 100% de la muestra.
2. **Ruta operativa en el software**: Dentro de la interfaz de Jamovi, se ejecutó la ruta algorítmica especializada para el análisis de consistencia interna.
3. **Selección de parámetros estadísticos**: En el panel de configuración, se trasladaron en bloque los 32 reactivos a la ventana de variables activas y se aplicaron las funcionalidades de la interfaz de Jamovi.
4. **Sustento del algoritmo estadístico**: A diferencia del Alfa tradicional, el software Jamovi calcula el Omega de McDonald basándose en las cargas factoriales de un modelo de análisis factorial.

Estadísticas de Fiabilidad de Escala

	ω de McDonald
escala	**0.875**

Estadísticas de Fiabilidad de Elemento

	Si se descarta el elemento
	ω de McDonald
P1	**0.877**

Estadísticas de Fiabilidad de Elemento

	Si se descarta el elemento
	ω de McDonald
P2	**0.876**
P3	**0.874**
P4	**0.878**
P5	**0.874**
P6	**0.875**
P7	**0.875**
P8	**0.876**
P9	**0.870**
P10	**0.868**
P11	**0.865**
P12	**0.867**
P13	**0.868**
P14	**0.867**
P15	**0.868**
P16	**0.866**
P17	**0.875**
P18	**0.875**
P19	**0.869**
P20	**0.867**
P21	**0.872**
P22	**0.875**
P23	**0.872**
P24	**0.871**
P25	**0.871**
P26	**0.872**
P27	**0.871**
P28	**0.870**
P29	**0.867**
P30	**0.867**
P31	**0.865**
P32	**0.866**

Nota. Elaboracion en SPSS Versión 26

PRUEBA DE NORMALIDAD

Descripción del procedimiento técnico y operativo:

Para determinar el comportamiento de la distribución de los datos y seleccionar correctamente el coeficiente de correlación idóneo para el contraste de hipótesis, se ejecutó la prueba de normalidad mediante un proceso informático y metodológico estructurado en las siguientes fases:

1. Desde la perspectiva metodológica, el tamaño de la muestra es el criterio determinante para la elección del estadístico de contraste. Dado que la presente investigación cuenta con una muestra analítica de 175 sujetos (gl = 175), la cual es notablemente superior a los 50 participantes (n > 50).
2. El procesamiento computacional se realizó en el entorno de IBM SPSS Statistics considerando las funciones del Software
3. Planteamiento de las hipótesis estadísticas de normalidad: El algoritmo del software procesa los datos bajo el siguiente juego de hipótesis:
    - Hipótesis Nula: Los datos observados de las variables provienen de una población con distribución normal.
    - Hipótesis Alternativa: Los datos observados de las variables no provienen de una población con distribución normal.

	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Variable 1, Nomofobia	,215	175	,000	,900	175	,000
Variable 2, Procrastinación académica	,313	175	,000	,804	175	,000

Nota. Elaboracion en SPSS Versión 26

Interpretación: Al examinar la columna de significancia asintótica (*Sig.*) de la prueba de Kolmogorov-Smirnov para ambas variables, se observa un valor de ,000 (p = 0.000). Al contrastar el p-valor obtenido frente al margen de error, se verifica que p < 0.05.

Por consiguiente, se rechaza categóricamente la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis

alternativa (H_1). Este hallazgo estadístico demuestra con total rigurosidad que los datos de la variable Nomofobia y de la variable Procrastinación Académica no siguen una distribución normal (presentan una distribución libre o no paramétrica)

Dada la naturaleza no normal de las distribuciones de las puntuaciones, se determinó de forma científica la invalidez del uso de estadísticas paramétricas (como el R de Pearson). En su lugar, se justificó técnicamente la selección y aplicación del coeficiente de correlación Rho de Spearman para efectuar el análisis inferencial y el contraste de la hipótesis general y específicas de la investigación.

ANEXO Nº5 – VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación:

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2024

Nombre del instrumento: Cuestionario estructurado (Nomofobia)

Investigador: Bach. Nohemi Atayupanqui Caceres; Bach. Pricyla Daza Corimanya

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	1.REDACCIÓN	Los indicadores e ítemes están redactados considerando los elementos necesarios.				✓	
	2.CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				✓	
	3.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				✓	
Contenido	4.ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				✓	
	5.SUFICIENCIA	Los ítemes son adecuados en cantidad y profundidad.				✓	
	6.INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				✓	
Estructura	7.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				✓	
	8.CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				✓	
	9.COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítemes, indicadores, dimensiones y variables				✓	
	10.METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				✓	

II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO: **PROMEDIO:** 80 %

Procede su aplicación ☒

Debe corregirse ☐

Firma

Dr. Percy A. Quintana Pacheco

DNI: 41490513

Teléfono: 974233600

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

III. DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación:

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÒN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2024

Nombre del instrumento: Cuestionario estructurado (Procrastinación Académica)

Investigador: Bach. Nohemi Atayupanqui Caceres; Bach. Pricyla Daza Corimanya

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	11. REDACCIÓN	Los indicadores e ítemes están redactados considerando los elementos necesarios.				✓	
	12. CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				✓	
	13. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				✓	
Contenido	14. ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				✓	
	15. SUFICIENCIA	Los ítemes son adecuados en cantidad y profundidad.				✓	
	16. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				✓	
Estructura	17. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				✓	
	18. CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				✓	
	19. COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítemes, indicadores, dimensiones y variables				✓	
	20.METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				✓	

IV. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

Procede su aplicación [X]

Debe corregirse [ ]

PROMEDIO: 80 %

Firma

Dr.: Rony A. Quintana Machaca

DNI: 41980517

Teléfono: 974253600

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación:

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2024

Nombre del instrumento: Cuestionario estructurado (Nomofobia)

Investigador: Bach. Nohemi Atayupanqui Caceres; Bach. Pricyla Daza Corimanya

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	1.REDACCIÓN	Los indicadores e ítemes están redactados considerando los elementos necesarios.				✓	
	2.CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				✓	
	3.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				✓	
Contenido	4.ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				✓	
	5.SUFICIENCIA	Los ítemes son adecuados en cantidad y profundidad.				✓	
	6.INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				✓	
Estructura	7.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				✓	
	8.CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				✓	
	9.COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítemes, indicadores, dimensiones y variables				✓	
	10.METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				✓	

II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO: **PROMEDIO:** 80 %

Procede su aplicación ☒

Debe corregirse ☐

Firma

Dr.: Juan de la Cruz Bocanegra M.

DNI: 23875611

Teléfono: 984695835

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

III. DATOS GENERALES:

Titulo del trabajo de investigación:

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2024

Nombre del instrumento: Cuestionario estructurado (Procrastinación Académica)

Investigador: Bach. Nohemi Atayupanqui Caceres; Bach. Pricyla Daza Corimanya

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	11. REDACCIÓN	Los indicadores e ítemes están redactados considerando los elementos necesarios.				✓	
	12. CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				✓	
	13. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				✓	
Contenido	14. ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				✓	
	15. SUFICIENCIA	Los ítemes son adecuados en cantidad y profundidad.				✓	
	16. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				✓	
Estructura	17. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				✓	
	18. CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				✓	
	19. COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítemes, indicadores, dimensiones y variables				✓	
	20.METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				✓	

IV. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO: **PROMEDIO:** 80 %

Procede su aplicación [X]

Debe corregirse [ ]

Firma

Dr: Juan de Mata Bedoya Heredia

DNI: 23875611

Teléfono: 984695833

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

Título del trabajo de investigación:

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2024

Nombre del instrumento: Cuestionario estructurado (Nomofobia)

Investigador: Bach. Nohemi Atayupanqui Caceres; Bach. Pricyla Daza Corimanya

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	1.REDACCIÓN	Los indicadores e ítemes están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	2.CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				X	
	3.OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				X	
Contenido	4.ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				X	
	5.SUFICIENCIA	Los ítemes son adecuados en cantidad y profundidad.				X	
	6.INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				X	
Estructura	7.ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				X	
	8.CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				X	
	9.COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítemes, indicadores, dimensiones y variables.				X	
	10.METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				X	

II. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO:

PROMEDIO: 80 %

Procede su aplicación [X]

Debe corregirse [ ]

Firma

Dr.: Elías Antonio Mendoza Alarcón

DNI: 23933869

Teléfono: 965356207

FICHA DE VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

III. DATOS GENERALES:

Titulo del trabajo de investigación:

NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADEMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, 2024

Nombre del instrumento: Cuestionario estructurado (Procrastinación Académica)

Investigador: Bach. Nohemi Atayupanqui Caceres; Bach. Pricyla Daza Corimanya

CRITERIO	INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 0-20%	Regular 21-40%	Bueno 41-60%	Muy Bueno 61-80%	Excelente 81-100%
Forma	11. REDACCIÓN	Los indicadores e ítemes están redactados considerando los elementos necesarios.				X	
	12. CLARIDAD	Está formulado con un lenguaje apropiado.				X	
	13. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				X	
Contenido	14. ACTUALIDAD	Es adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				X	
	15. SUFICIENCIA	Los ítemes son adecuados en cantidad y profundidad.				X	
	16. INTENCIONALIDAD	El instrumento mide en forma pertinente el comportamiento de las variables de investigación.				X	
Estructura	17. ORGANIZACIÓN	Existe una organización lógica entre todos los elementos básicos de la investigación.				X	
	18. CONSISTENCIA	Se basa en aspectos teóricos científicos de la investigación educativa.				X	
	19. COHERENCIA	Existe coherencia entre los ítemes, indicadores, dimensiones y variables				X	
	20.METODOLOGÍA	La estrategia de investigación responde al propósito del diagnóstico.				X	

IV. LUEGO DE REVISADO EL INSTRUMENTO: **PROMEDIO:** 90 %

Procede su aplicación ☑

Debe corregirse ☐

Firma

Dr.: Elías Antonio Mendoza Alarcón

DNI: 23933869

Teléfono: 965356201

ANEXO N°6 - BASE DE DATOS

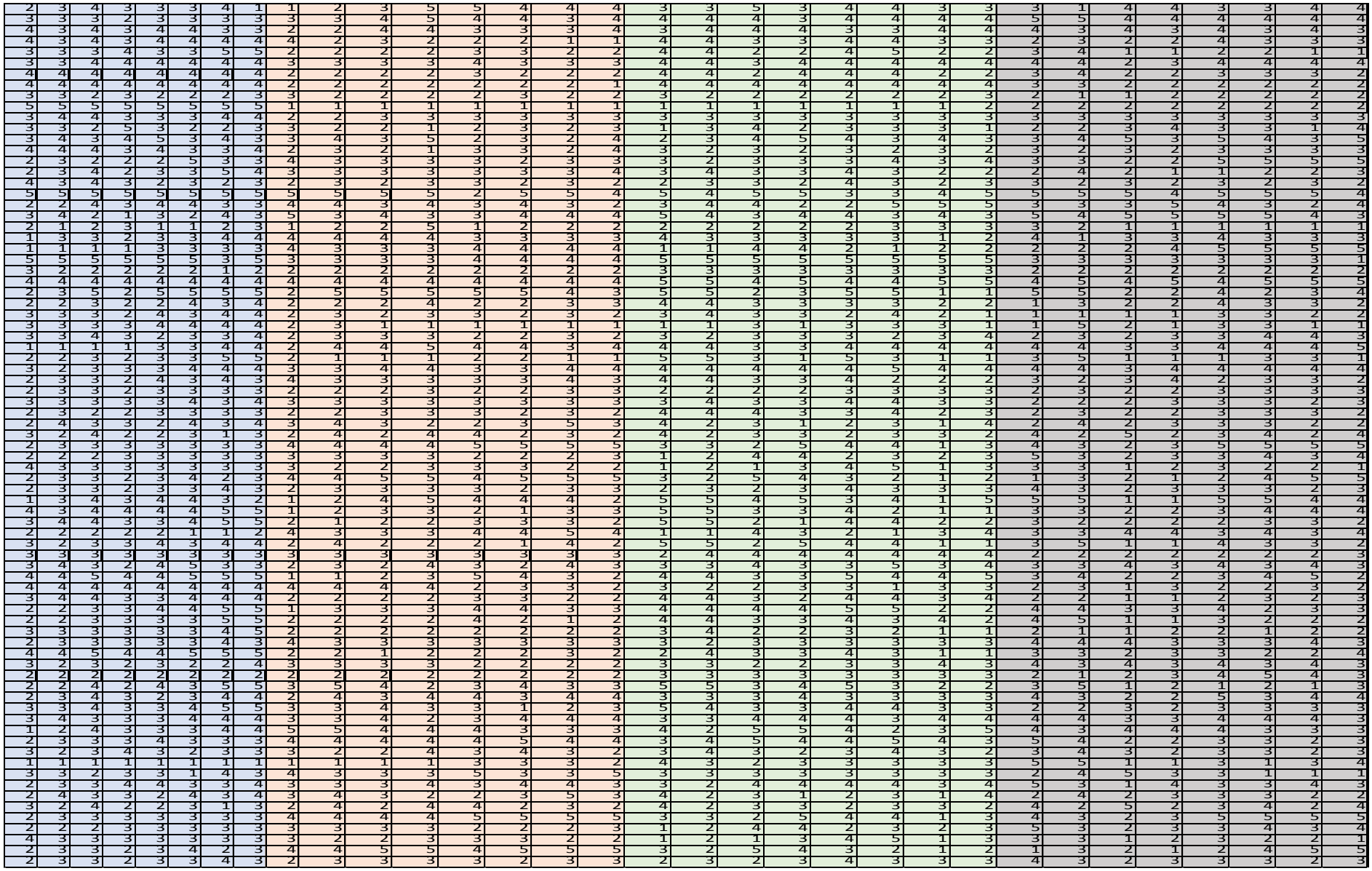
	DATOS GENERALES			VARIABLE 1 - NOMOFOBIA																	
				Dimensión 1								Dimensión 2									
N	EDAD	SEXO	SEMESTRE																		
1	18	M	III	3	3	4	3	3	4	4	2	3	1	2	3	3	3	2	2	1	2
2	19	F	IV	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2
3	19	F	IV	2	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	5	5	5	4	4	2	3
4	19	F	IV	3	3	3	3	4	4	5	5	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3
5	19	M	IV	3	3	4	2	1	4	2	5	3	4	4	3	4	3	4	5	2	3
6	19	M	IV	3	3	3	4	3	3	4	2	4	5	3	3	3	3	4	2	3	3
7	24	M	IV	5	4	3	5	5	3	4	5	5	4	5	4	4	5	5	5	4	4
8	21	F	IV	3	3	5	4	2	2	3	2	3	4	3	3	2	2	2	3	2	2
9	19	F	IV	2	3	4	5	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	4	4	4	4
10	19	M	IV	1	3	3	2	2	2	2	3	5	2	2	4	3	3	2	3	3	4
11	19	M	IV	4	2	3	3	4	3	3	3	2	1	2	3	2	2	3	1	1	2
12	19	F	IV	5	5	5	3	2	3	4	3	3	1	5	5	1	4	5	5	5	5
13	18	F	III	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2
14	21	M	II	4	4	4	4	2	3	3	3	3	5	4	4	4	2	3	3	4	4
15	25	M	VIII	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
16	20	F	V	4	5	4	5	4	2	2	2	4	1	3	2	3	4	4	4	2	2
17	20	F	IV	5	5	5	5	5	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	1
18	22	F	XIII	3	2	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3
19	19	F	IV	4	5	4	5	3	5	4	2	1	1	1	3	3	1	2	3	2	3
20	23	F	VII	1	3	2	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1
21	25	F	VII	3	5	4	3	3	4	3	3	1	5	2	3	2	3	2	3	5	3
22	25	F	VII	1	3	1	1	4	2	4	4	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1
23	30	F	VII	1	5	4	1	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	1
24	24	F	IX	5	5	4	5	5	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
25	21	F	II	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4
26	28	F	IX	3	4	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	3	3	2	2	2	2
27	22	F	VIII	2	2	2	3	2	1	3	3	1	4	3	3	2	3	3	3	1	1
28	20	F	VIII	2	3	4	4	2	3	2	3	3	2	4	2	3	3	2	4	3	3
29	20	F	VIII	3	3	2	3	4	2	3	2	3	4	3	4	2	2	3	4	3	2
30	22	F	VIII	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
31	20	F	VIII	5	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4
32	20	F	VIII	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4
33	22	F	VIII	4	4	4	3	4	2	2	3	4	3	1	2	4	3	3	3	2	4
34	19	F	II	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
35	20	M	II	5	4	4	3	5	3	4	3	2	3	2	3	4	2	2	2	2	3
36	21	F	VIII	3	4	4	5	4	3	2	3	4	4	5	4	5	5	4	4	3	3
37	22	M	VIII	1	5	4	5	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4
38	23	M	VIII	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	5	5	4	4	4	4	4	3
39	20	F	VIII	1	2	1	2	3	1	1	4	1	1	1	3	3	1	3	1	3	1
40	23	F	VIII	3	4	4	3	3	3	4	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3
41	25	F	VIII	4	3	3	3	2	2	2	2	4	5	3	2	3	3	2	5	4	3
42	22	F	VII	1	1	1	1	1	1	3	3	3	5	3	2	3	1	3	2	3	3
43	25	F	VII	4	3	4	4	2	3	4	5	3	4	4	4	3	2	1	1	2	3
44	22	F	VII	2	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	2	3	1	1	1	3	2
45	21	F	VII	3	5	5	5	5	5	4	3	3	2	4	4	2	2	3	2	2	2
46	28	M	VIII	2	2	3	2	3	4	5	1	1	2	3	1	3	5	5	5	5	5
47	23	M	IV	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	5	4	4
48	18	F	II	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	1	2
49	17	M	I	4	3	2	4	4	3	4	2	4	3	4	3	1	3	3	4	3	3
50	18	F	II	3	1	3	2	1	2	1	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2
51	25	F	VIII	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
52	19	F	IV	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
53	19	M	I	3	3	3	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	3	2	2
54	24	M	V	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	1	4	3	3	1	3	1	2
55	21	F	VI	5	5	5	4	1	1	4	4	5	5	5	4	3	4	4	4	4	4
56	21	M	VII	5	3	4	3	2	1	2	2	3	1	3	2	4	4	3	2	3	3
57	19	F	IV	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	1	2
58	21	M	IV	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2
59	19	F	IV	4	3	5	5	2	2	4	2	3	2	3	2	2	2	3	4	2	2
60	19	F	III	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3
61	19	F	III	2	2	5	5	5	3	5	1	5	5	1	1	5	1	5	5	5	5
62	19	F	III	3	3	3	4	3	2	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2
63	20	F	III	3	4	4	4	1	3	5	4	3	2	3	4	5	4	4	4	4	3
64	28	F	III	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	4	2	3
65	20	M	III	2	3	5	2	4	2	4	2	3	2	5	2	4	2	4	2	2	2
66	21	F	IV	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2
67	19	F	III	4	4	4	5	2	3	4	4	4	5	5	5	5	5	3	4	4	2
68	19	M	III	3	3	3	2	2	1	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	1
69	18	M	IV	3	4	4	3	2	2	3	3	4	5	3	3	4	4	3	4	3	3
70	19	M	V	3	3	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	2
71	19	F	IV	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
72	20	F	IV	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5	5
73	19	F	III	3	3	4	4	4	4	1	2	3	4	5	4	4	3	3	3	4	4
74	23	M	III	3	3	4	3	1	2	1	2	1	5	1	1	1	2	2	1	3	1
75	18	F	III	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	3	2	3	4	5	4
76	19	F	III	3	4	3	4	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1
77	21	F	III	3	5	4	4	4	3	3	5	4	2	1	1	2	2	3	4	4	4
78	19	M	III	1	3	3	3	3	2	1	2	2	5	1	1	1	2	1	1	2	2
79	18	F	III	3	3	4	3	1	3	3	1	2	2	2	4	3	1	4	2	1	2
80	22	F	V	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3
81	18	M	III	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	1	1	1	1	1	1
82	23	M	VIII	1	3	3	3	3	4	3	3	5	3	4	4	3	4	4	4	2	3
83	24	M	X	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4
84	19	M	IV	3	3	2	1	1	1	1	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2
85	22	M	IV	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	4	3	2	4	3	3	3	3
86	25	M	X	1	3	1	1	2	3	3	2	4	3	1	1	2	2	2	2	2	2
87	18	M	II	4	3	3	4	3	2	4	3	2	1	2	3	5	3	4	5	4	3
88	20	F	IV	5	5	5	5	5	4	5	4	5	3	4	5	3	4	4	3	4	3
89	21	F	IV	5	3	5	2	4	5	2	3	5	3	4	2	4	5	5	4	3	4
90	18	M	II	3		2	4	2	3	4	5	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3
91	20	F	IV	1	3	3	1	1	1	3	2	1	2	2	3	3	2	3	3	2	1
92	22	M	IV	4	5	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4
93	19	F	IV	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	5	5	5	5	5	3	4
94	21	M	IV	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3
95	20	F	IV	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2
96	19	F	IV	3	4	3	2	4	3	3	3	4	5	4	2	1	2	3	3	1	2
97	18	M	II	4	3	3	4	1	2	3	3	3	1	1	4	2	3	3	3	1	1
98	19	F	III	5	3	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	5	3	5	5	4	4
99	21	F	IV	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4
100	19	F	III	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2

	VARIABLE 1 - NOMOFOBIA																					
	Dimensión 3												Dimensión 4									
N																						
1	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	5	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3
2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
3	2	5	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	5	4
4	5	5	4	4	3	2	2	2	2	2	2	5	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4
5	3	5	2	1	3	4	2	2	1	4	3	1	1	2	4	3	5	1	2	4	3	1
6	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	3	2	3	3	2	1
7	3	3	4	4	4	3	5	5	4	4	5	4	4	4	3	3	4	3	4	5	3	3
8	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	3	3	3	2	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3
10	3	3	3	1	2	2	4	2	4	4	4	1	5	3	2	2	2	2	1	2	3	3
11	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	1	2	2	2	1	2	2	1
12	3	5	3	3	4	4	5	3	4		3	2	1	1	1	1	1	1	1	3	4	1
13	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
14	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	1	1	1	1	4	3	3
15	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
16	4	4	3	1	2	1	1	3	2	3	2	2	2	3	2	4	3	2	3	1	5	5
17	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	3	1	1
18	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
19	3	3	2	1	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	3
20	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
21	2	3	4	4	3	3	4	4	3	1	3	3	3	1	2	1	1	1	1	2	1	2
22	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	1	5	5	1	1	1	1	5	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
25	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3
26	4	4	3	2	2	1	3	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	2
27	4	2	2	1	1	1	2	2	1	4	3	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1
28	2	4	3	5	3	2	3	2	3	3	1	3	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2
29	3	3	2	2	2	3	4	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4
30	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3
31	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3
32	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4
33	3	4	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	3	4	4	2	2
34	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
35	3	4	4	5	5	3	3	4	2	3	3	4	2	2	3	4	3	2	3	3	4	4
36	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	1	1	1	3	3	3	4
37	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	5	4	4	5	4	5
38	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	2	3	3	3	2	2	3	2	2
39	1	3	1	1	1	4	5	4	5	5	5	5	1	2	4	4	4	4	3	4	4	3
40	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3
41	3	4	1	2	5	3	4	3	2	3	2	2	1	2	3	3	1	2	1	1	2	2
42	3	5	4	1	3	3	5	5	3	5	1	1	3	1	2	3	3	3	1	3	5	3
43	4	5	2	3	3	3	4	3	2	4	2	1	3	1	3	1	3	5	5	5	3	4
44	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	1	1	1	1	1
45	3	3	3	1	2	1	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
46	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	3	3	1	3	4	2	3	4	1	2
47	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4
48	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	1	2	2	3	3	2	1
49	3	4	4	2	3	2	2	3	4	3	1	3	3	4	2	3	1	3	4	2	3	2
50	3	3	3	1	3	1	3	2	1	2	3	3	1	2	2	2	2	2	4	4	2	1
51	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
52	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
53	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	3	2	2
54	3	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3
55	2	4	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	1	2	1	1	3	4	3
56	3	4	4	3	2	2	3	4	2	4	3	4	2	4	3	2	4	4	3	4	3	4
57	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
58	3	2	2	1	2	1	1	1	1	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1
59	3	2	2	1	2	2	2	1	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
60	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
61	5	3	3	1	1	1	4	4	1	2	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	1
62	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	3	2	1
63	4	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
64	3	4	3	2	3	2	2	2	3	4	3	1	3	2	2	1	1	1	1	2	1	2
65	5	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3	2	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2
66	3	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2
67	3	5	3	1	2	2	3	4	4	5	5	4	2	1	1	1	1	1	1	4	5	4
68	1	3	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2
69	4	5	3	1	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	2	1	1	1	3	5	3	3
70	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2
71	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4
72	4	4	3	5	5	4	5	4	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	4	3	5	5
73	3	3	3	1	3	3	3	3	4	4	2	2	3	1	2	3	3	3	1	1	2	3
74	3	3	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	3
75	4	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3
76	3	3	4	3	4	3	2	3	1	3	4	2	2	3	4	2	2	3	1	2	2	1
77	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	2	2	1	1	2	2	2	2	4	4
78	4	4	1	2	5	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1
79	1	3	1	1	1	1	3	2	1	4	2	1	2	1	1	2	2	1	1	2	3	2
80	3	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1
81	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
82	4	3	4	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4
83	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	4	3	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3
84	4	3	2	1	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	2	1
85	4	3	3	3	2	2	3	1	4	3	3	3	3	2	1	1	2	1	1	1	2	1
86	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3
87	2	3	2	3	1	2	4	2	2	5	4	1	2	1	2	2	3	1	1	2	3	2
88	4	4	4	3	2	3	4	3	4	2	3	1	2	3	3	2	3	4	3	4	3	4
89	5	5	3	4	3	4	1	1	2	3	2	3	1	1	3	3	3	5	2	3	4	2
90	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	2	2	4	4	4	3
91	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3
92	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4
93	4	4	4	4	5	4	3	4	3	5	4	4	4	3	4	4	5	4	3	3	4	3
94	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2
95	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
96	3	4	2	1	1	2	1	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
97	2	3	3	3	2	1	1	1	2	3	2	1	3	2	2	1	2	1	1	2	4	4
98	4	4	5	4	4	4	3	4	2	3	4	4	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5
99	4	3	4	4	3	4	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	2	1	3	5	5
100	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2

101	19	M	III	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	3	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
102	20	F	III	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	2	2	2	1
103	25	M	III	1	2	1	1	1	1	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
104	19	M	III	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2
105	23	F	VII	4	3	5	5	5	4	4	4	3	2	1	4	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
106	22	M	III	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	3	1	1	1	1	1
107	23	M	III	2	3	3	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	4	3	2	1	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	2	1
108	20	M	III	2	2	3	2	3	1	3	2	2	5	3	3	2	3	3	2	2	3	1	2	1	5	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	4	4	4	4	4	2	2	3
109	28	F	III	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	5	4	3	4	5	4	4	3	4	5	3	5	4	3	4	5	3	3	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	4
110	19	M	III	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	4	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2
111	19	M	III	3	3	3	4	4	3	4	3	3	1	2	2	2	2	2	4	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	4	2	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1
112	21	M	III	2	3	2	2	2	1	3	2	3	5	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	2
113	20	M	III	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3
114	19	F	III	5	4	4	4	4	4	5	4	5	2	5	5	5	5	4	5	4	5	3	4	3	4	4	4	3	3	4	5	3	3	5	3	3	2	4	4	3	4	5	5
115	19	F	III	3	3	3	3	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	4	1	1	2	2	3	3	2	1	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1
116	19	M	III	3	3	5	4	2	3	5	5	3	5	3	3	4	4	1	3	2	1	5	3	3	1	1	2	3	3	3	4	2	5	1	2	1	2	1	1	1	1	3	2
117	19	M	III	4	3	3	4	5	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	5	3	2	2	3	3	3
118	19	F	III	1	1	1	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	2	1	2	4	4	4	4
119	20	F	IV	1	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	5
120	18	F	II	1	1	1	1	1	1	1	1	5	2	3	4	4	4	4	4	4	5	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4
121	18	F	I	3	3	2	2	2	2	2	2	4	1	3	2	1	1	1	4	4	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
122	19	F	II	3	4	4	5	4	3	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	4	4
123	19	F	IV	3	3	3	4	3	3	3	2	1	2	2	3	3	2	3	5	3	3	4	5	5	2	2	2	4	5	3	5	4	2	3	2	2	2	2	1	1	5	2	2
124	20	M	IV	4	5	4	4	3	2	2	1	1	1	1	1	3	2	2	2	3	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2
125	21	M	IV	3	3	4	4	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	4	1	1	1	3	2	1	2	1	3	2	3	3	3	2	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1
126	19	F	II	1	1	1	2	1	1	1	2	2	5	1	1	1	1	2	1	1	1	3	3	4	1	2	2	3	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
127	21	M	V	3	4	3	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2
128	18	F	II	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2
129	27	F	IV	3	2	1	1	1	1	1	1	3	4	3	3	3	1	1	3	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
130	18	M	I	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4
131	18	F	IV	3	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2
132	19	F	III	3	3	4	3	3	2	3	2	2	4	2	4	2	2	3	4	2	2	3	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3
133	22	F	III	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2
134	19	F	III	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2
135	21	M	II	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	1	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	5	3	2	2	3	2	4	4	2	2	1	3
136	21	M	IV	1	2	2	1	3	3	2	3	3	2	4	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	1	5	1	2	5	2	5	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2
137	19	M	IV	3	3	4	4	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	4	4
138	19	F	IV	5	4	5	5	3	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	1	2	3	2	3	4	3	4	3	3	5	5	5	5	4	3	1	1	3	4
139	19	F	IV	1	1	4	4	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
140	24	F	VIII	5	5	5	4	5	3	5	5	5	2	5	3	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	2	4	5	2	3	5	5	5	5	4	5	2	3	4	5	5
141	20	M	V	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3
142	19	M	IV	2	5	5	5	5	5	5	3	5	1	5	5	4	3	1	5	2	4	4	4	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
143	19	M	II	4	4	4	4	3	3	4	2	4	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
144	19	F	IV	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
145	23	F	IX	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
146	19	F	IV	4	4	4	3	3	2	2	2	2	5	3	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	1	1	1	2	3	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	3	2	3
147	18	F	III	2	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
148	19	M	IV	3	4	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3
149	21	F	II	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	2	4	4	4	2	1	1	4	3	2	3	4	2	2	1	1	3	2	2	1	3	1	1
150	21	M	V	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4
151	20	F	III	3	4	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	2	2	3	4	3	1	2	2	2	1	1	1	2	3	2	2
152	18	F	II	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	1	1	1	1	1	1	3	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
153	19	F	IV	3	3	3	3	2	1	2	1	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2
154	22	F	II	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	4	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1
155	20	M	IV	3	2	4	5	3	4	3	1	1	3	3	4	3	3	1	1	1	1	1	3	4	5	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	3	5	3	4	4	3	3	3
156	21	F	VII	3	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	3	2	2	3	4	2	2	2	4	4	1	2	3	3	1	2	5	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1
157	18	F	II	3	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	5	4	4	4	4	5	4	4	5	2	2	3	3	3	3	4	4	5	4	4	5	4	4	4
158	18	M	I	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2
159	19	M	III	4	4	4	4	3	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	2	5	2	3	3	3	2	3	1	3	2	2	4	3	4	2	3	2	2	3	5	5
160	20	F	IV	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	3	2	3	4	3	3	4	2	3	2	1	2	3	2	3	3	4	1	4	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3
161	20	M	II	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	2
162	19	F	II	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
163	19	F	V	3	3	3	2	3	3	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	1	2	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	4	2	2	1	3	2	1	1	1	1	3	3
164	19	F	II	4	4	4	4	3	2	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	4	5	4	3	4	3	4	3	4	5	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3
165	20	M	IV	3	3	4	2	3	4	3	2	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	2	3	2
166	21	F	IV	2	2	3	3	2	2	5	4	2	3	3	2	3	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	3	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
167	22	F	VIII	1	3	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1
168	24	F	X	3	4	3	4	3	4	3	5	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	5	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	2	1	2	2	3	2	1	1	2	1	2
169	21	M	II	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	1	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	5	3	2	2	3	2	4	4	2	2	1	3
170	23	M	IV	1	2	2	1	3	3	2	3	3	2	4	2	2	4	3	2	3	3	2	2	2	1	5	1	2	5	2	5	3	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2
171	19	M	IV	3	3	4	4	3	4	5	4	5	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	1	2	4	4
172	19	F	IV	5	4	5	5	3	5	5	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	1	2	3	2	3	4	3	4	3	3	5	5	5	5	4	3	1	1	3	4
173	19	F	IV	1	1	4	4	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
174	25	F	VIII	5	5	5	4	5	3	5	5	5	2	5	3	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	5	5	2	4	5	2	3	5	5	5	5	4	5	2	3	4	5	5
175	20	M	V	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	3

Base de datos (Variable 2)

VARIABLE 2 - PROCASTINACIÓN ACADÉMICA																															
Dimensión 1								Dimensión 2								Dimensión 3								Dimensión 4							
3	3	4	2	4	4	4	5	3	4	4	5	5	4	4	4	5	5	3	3	2	3	2	1	2	2	4	4	4	2	3	3
2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	4	3	2	2	2	3	1	2	3	3	3	4
3	2	4	2	5	5	4	4	2	2	2	3	5	2	2	2	4	4	5	5	4	4	2	2	2	5	3	2	5	3	2	2
4	2	5	1	5	2	3	3	4	4	4	4	5	5	5	5	3	3	2	5	4	4	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5
3	4	5	2	4	1	3	5	3	4	2	1	3	1	3	5	3	4	3	1	5	3	2	4	3	5	1	2	4	3	1	3
3	3	3	4	4	4	5	5	1	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	2	4	5	3	5	4
5	3	4	3	4	5	5	5	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	3	4	4	4	3	4	5	4	3	3	3	4	3
2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	2	2	4	4	3	3	3	4	4	5	4	5	3	2	4	5	2	2	5	5	5	5
2	3	4	4	4	4	5	5	1	2	2	2	3	2	2	2	5	5	3	3	4	4	3	4	4	3	2	1	3	3	3	2
5	5	5	5	3	3	5	5	1	4	2	2	2	2	3	2	5	3	3	3	3	3	1	5	2	1	2	2	2	2	2	2
2	3	5	4	3	4	5	4	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	4	2	2	4	3	3	4
1	1	3	1	4	1	5	5	1	5	3	2	4	3	3	4	5	5	4	2	5	5	1	1	5	4	1	3	3	2	2	2
2	3	3	2	3	3	5	5	2	3	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2
2	2	3	2	3	4	5	5	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	4	4	4	2
3	2	4	1	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	2
1	3	2	1	4	5	5	5	5	3	2	4	3	3	4	4	5	5	4	4	4	4	4	2	1	1	1	1	1	2	3	3
2	2	2	1	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	5	5	4	4	4	4	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2
2	3	2	3	4	3	4	4	1	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	3	3	3	3	2
4	4	4	2	4	3	5	5	2	3	3	4	4	3	3	2	5	5	3	3	4	2	2	4	2	3	1	1	5	4	4	3
4	3	5	2	5	5	5	5	1	1	1	1	3	3	1	1	1	5	1	3	5	5	1	1	1	3	1	1	4	3	3	1
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	5	3	1	5	5	4	3	1	2	2	3	3	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	5	5	3	3	3	2	2	3	1	1	1	1	1	3	3	3
5	5	5	5	5	5	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	1	4	5	1	1	5	1	1	1	1	1	1	1
3	2	3	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	5	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	5	5
2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3
3	3	4	4	3	3	4	5	2	2	2	1	2	2	2	2	4	5	3	2	4	4	2	1	3	1	2	2	3	2	2	2
3	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	5	5	1	3	5	5	3	5
3	2	3	1	3	2	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	1	1	3	2	4	3
3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	4	2	2	3	3	4	3	4	2	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3
3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	2	2	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3
4	4	4	4	4	3	4	5	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3
4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3
4	4	4	2	4	4	4	5	3	2	3	4	3	2	2	2	4	4	2	4	4	4	3	1	3	3	2	2	3	4	3	2
4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2
2	3	4	4	3	4	3	3	5	5	4	4	2	3	4	4	3	4	5	3	2	3	2	3	4	4	5	5	4	4	5	5
4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	5	4	4	4	4	3	5	5	4	4	3	2	3	3	4	4	3	4
4	3	4	3	4	3	4	3	5	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4
2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	5	5	4	3
2	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	5	1	3	1	4	1	3	3	1	4	3	2	4	2	4	2	4	2
2	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3
1	3	3	3	4	5	4	4	2	3	4	3	4	3	4	3	3	4	5	4	2	2	3	2	5	4	4	3	4	3	4	4
3	5	5	1	5	5	5	5	3	3	3	5	3	4	2	3	5	5	3	3	5	5	1	1	3	4	4	3	5	5	5	3
5	4	3	2	2	1	2	4	5	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	4	2	2	1	4	5	5	4	3	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	5	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	4	1	5	5	4	5	3	4	4	5	5	4	2	2	2	1	2	2	3	4	5	5	2	4	1	1	5	5	5	3
2	2	2	2	2	2	2	2	5	5	5	5	5	5	3	3	4	4	5	4	2	3	3	5	4	3	3	3	5	5	5	5
2	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4
2	3	3	1	4	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	3
3	4	5	3	2	3	2	4	4	2	3	4	2	3	2	4	1	4	3	2	4	1	1	3	3	3	3	2	4	4	4	3
2	2	4	2	2	2	5	5	3	4	4	4	4	4	4	2	1	1	4	4	5	5	5	5	3	5	1	1	5	5	5	5
4	4	5	4	5	4	5	5	2	2	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	4	3	1	1	1	1	1	1	3	1	1	2
4	3	5	1	2	3	4	4	2	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	3	3	3	3	3	3	5	3	3	3	2	4	3	2	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	2	4	4	4	4
3	3	4	4	4	4	4	5	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4
2	2	3	1	1	1	4	4	3	3	3	4	4	4	5	4	5	4	5	5	4	5	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5
5	4	3	4	2	3	4	5	2	2	2	2	4	4	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	3	4	3	2	4
4	5	5	4	4	5	5	5	3	2	2	2	3	1	2	2	4	4	4	5	5	5	4	2	4	4	4	5	5	5	4	2
4	4	5	3	4	4	5	5	2	2	2	2	3	3	1	1	5	5	2	2	4	3	1	2	2	2	1	1	3	2	2	1
4	3	3	2	3	4	4	5	4	4	4	5	4	2	4	4	3	4	5	5	5	5	4	5	2	4	1	1	4	5	5	5
3	3	4	4	4	4	4	5	2	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3
2	3	5	4	4	4	4	4	1	3	3	3	3	3	2	4	5	4	4	4	5	5	4	1	5	4	2	2	3	2	4	3
3	2	2	3	3	2	4	4	5	5	5	5	5	5	3	4	5	4	5	4	5	2	4	4	4	2	2	3	5	5	5	5
3	3	4	3	4	4	5	5	2	4	4	2	3	4	3	4	5	5	5	4	3	4	4	1	3	4	1	1	1	2	3	1
4	4	4	4	4	4	5	5	1	3	1	3	3	1	2	2	3	3	3	2	5	5	1	1	3	5	1	1	3	3	3	2
5	4	5	5	4	5	5	4	2	1	2	1	1	2	1	2	4	3	4	5	4	5	4	5	4	3	4	3	4	3	4	3
3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	4	2	2	3	3	3	3	2	2	3	1
1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	5	5	5	5	5	5	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5
4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	4	5	2	3	5	5	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2
3	3	4	2	4	5	5	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	5	5	3	5	4	4	3	2	2	4	5	4
2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	4	3	4	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2
3	3	3	4	4	4	4	4	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	1	1	3	3	3	2	2	2	3	2
2	2	2	2	2	2	2	2	4	5	5	5	5	5	5	5	2	2	5	5	2	2	5	2	5	5	3	5	5	4	5	5
2	2	2	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5	5	5	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	4	4
5	4	3	3	5	5	3	4	3	3	4	2	3	2	2	3	4	4	5	3	4	3	3	1	5	5	3	2	5	5	3	4
3	2	2	2	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	2	3	3	3	2	3
4	3	4	4	3	4	3	4	2	2	3	3	2	2	3	1	3	3	2	3	2	3	2	3	4	2	2	2	3	1	2	1
2	2	2	4	4	4	3	3	3	3	5	5	2	3	5	4	3	3	5	4	3	1	3	4	3	3	2	3	2	2	3	4
3	4	5	5	5	4	5	5	1	1	1	1	1	1	1	1	5	5	4	5	5	5	5	3	2	5	1	1	2	1	1	1
3	3	3	4	4	4	4	3	3	2	3	2	2	2	2	1	4	4	3	3	4	4	3	3	1	3	1	1	2	2	2	1
2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	1	4	5	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	3
2	3	3	2	3	1	5	5	5	3	5	5	5	5	2	3	5	5	4	4	4	3	1	1	2	3	2	2	3	3	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3
1	5	5	4	3	5	5	4	2	2	2	1	3	1	1	1	5	4	3	2	3	4	2	1	3	3	1	1	1	1	2	1
3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	4	1	1	2	3	3	3
2	3	3	3	3	3	5	5	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3
4	5	4	3	4	4	5	5	2	2	1	4	3	3	3	3	4	5	5	3	4	2	4	4	4	4	3	2	5	4	4	4
2	2	4	3	4	3	5	3	4	4	4	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	3	2	3	4	5	4	4	4	3	4	5
3	3	3	5	3	5	3	4	4	2	4	3	3	5	2	5	2	5	4	3	5	5	4	4	3	3	4	3	4	1	3	4
3	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	1	2	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3
1	1	2	4	3	3	2	2	3	2	3	1	3	2	4	1	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2
4	4	4	2	4	2	4	4	3	3	2	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	5	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4
3	3	4	3	4	5	4	3	1	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	5	3	4	1	2	5	4	4	4
3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	4	4	2	2	4	3	3	4
3	3	3	3	4	4	3	1	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	1	3	3	3	1	1	3	5	1	1	3	3	4	3
2	2	4	3	4	4	4	4	1	2	4	5	3	4	1	3	2	4	3	3	4	4	1	1	3	5	1	1	3	3	1	3



Base de Datos SPSS

SSPSS.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

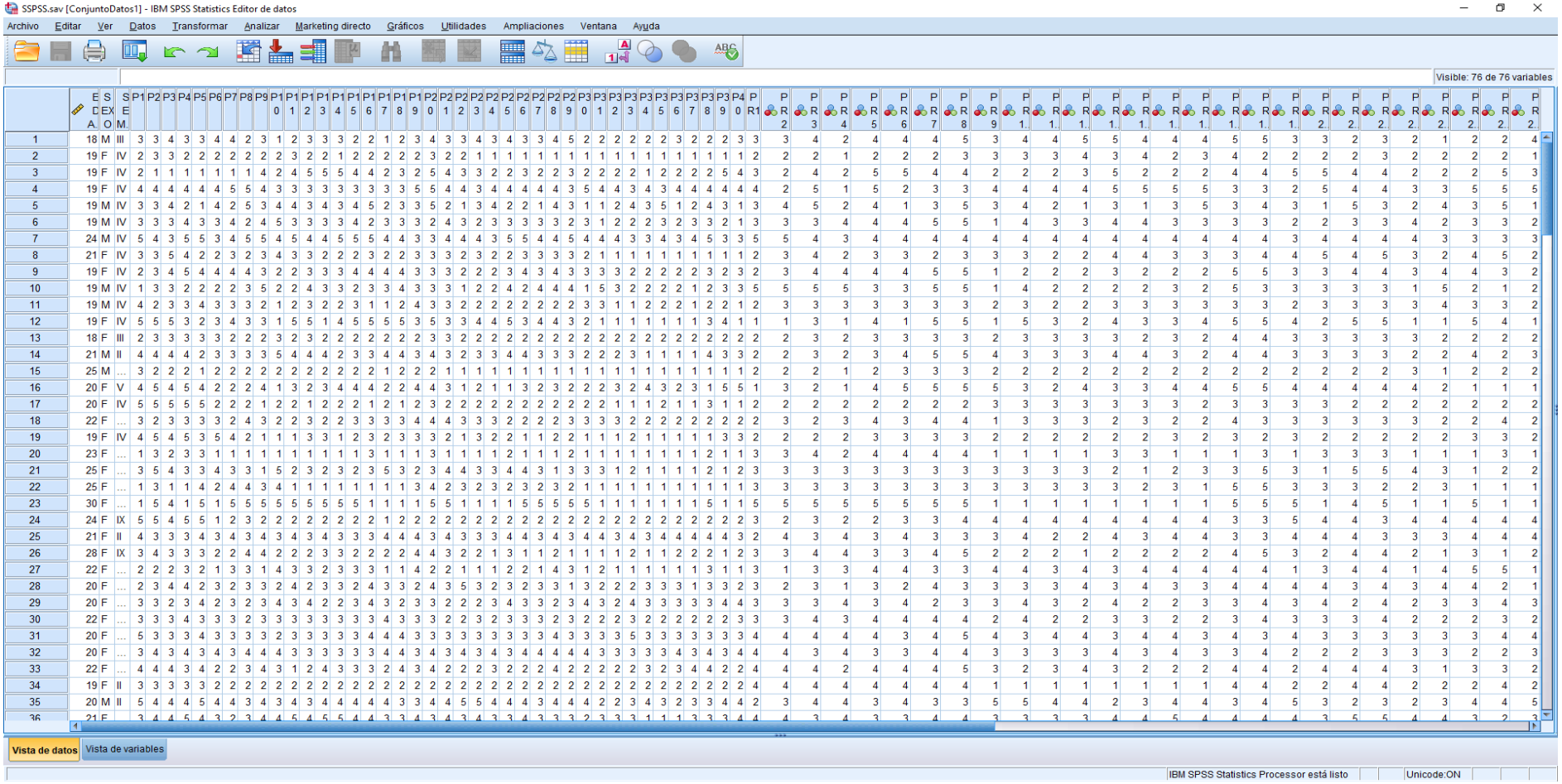
	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
1	EDAD	Numérico	8	0	EDAD	Ninguno	Ninguno	3	Derecha	Escala	Entrada
2	SEXO	Cadena	8	0	SEXO	Ninguno	Ninguno	1	Izquierda	Nominal	Entrada
3	SEMESTRE	Cadena	8	0	SEMESTRE	Ninguno	Ninguno	1	Izquierda	Ordinal	Entrada
4	P1	Numérico	8	0	1. Me inco...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Ordinal	Entrada
5	P2	Numérico	8	0	2. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
6	P3	Numérico	8	0	3. Me mol...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
7	P4	Numérico	8	0	4. Me inco...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
8	P5	Numérico	8	0	5. Me inco...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
9	P6	Numérico	8	0	6. Me mol...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
10	P7	Numérico	8	0	7. Me irrita...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
11	P8	Numérico	8	0	8. Siento q...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
12	P9	Numérico	8	0	9. Me pon...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
13	P10	Numérico	8	0	10. Llevo sie...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
14	P11	Numérico	8	0	11. Me inqui...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
15	P12	Numérico	8	0	12. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
16	P13	Numérico	8	0	13. Si me qu...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
17	P14	Numérico	8	0	14. Me mole...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
18	P15	Numérico	8	0	15. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
19	P16	Numérico	8	0	16. Me sient...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
20	P17	Numérico	8	0	17. Si paso ...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
21	P18	Numérico	8	0	18. Siento la...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
22	P19	Numérico	8	0	19. Siento a...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
23	P20	Numérico	8	0	20. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
24	P21	Numérico	8	0	21. Me inqui...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
25	P22	Numérico	8	0	22. Me mole...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
26	P23	Numérico	8	0	23. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
27	P24	Numérico	8	0	24. Me sient...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
28	P25	Numérico	8	0	25. Siento a...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
29	P26	Numérico	8	0	26. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
30	P27	Numérico	8	0	27. Me inqui...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
31	P28	Numérico	8	0	28. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
32	P29	Numérico	8	0	29. Siento a...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
33	P30	Numérico	8	0	30. Me sient...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
34	P31	Numérico	8	0	31. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
35	P32	Numérico	8	0	32. Siento q...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
36	P33	Numérico	8	0	33. Me inco...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
37	P34	Numérico	8	0	34. Me mole...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
38	P35	Numérico	8	0	35. Me sient...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada

SSPSS.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda



	Nombre	Tipo	Anchura	Decimales	Etiqueta	Valores	Perdidos	Columnas	Alineación	Medida	Rol
39	P36	Numérico	8	0	36. Me inqui...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
40	P37	Numérico	8	0	37. Siento a...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
41	P38	Numérico	8	0	38. Me preo...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
42	P39	Numérico	8	0	39. Me sient...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
43	P40	Numérico	8	0	40. Sin mi s...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
44	PR1	Numérico	8	0	1. Organizo mi...	{1, Nunca}...	Ninguno	1	Derecha	Nominal	Entrada
45	PR2	Numérico	8	0	2. Distribuyo ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
46	PR3	Numérico	8	0	3. Me aseguro ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
47	PR4	Numérico	8	0	4. Utilizo una a...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
48	PR5	Numérico	8	0	5. Establezco p...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
49	PR6	Numérico	8	0	6. Reservo tiem...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
50	PR7	Numérico	8	0	7 Cumplo con l...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
51	PR8	Numérico	8	0	8. Entrego mis ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
52	PR9	Numérico	8	0	9. Dejo las tare...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
53	PR10	Numérico	8	0	10. Tardo en co...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
54	PR11	Numérico	8	0	11. Postergo la...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
55	PR12	Numérico	8	0	12. Pospongo l...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
56	PR13	Numérico	8	0	13. Empiezo a ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
57	PR14	Numérico	8	0	14. Espero has...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
58	PR15	Numérico	8	0	15. Reemplazo ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
59	PR16	Numérico	8	0	16. Prefiero real...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
60	PR17	Numérico	8	0	17. Me siento c...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
61	PR18	Numérico	8	0	18. Confío en m...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
62	PR19	Numérico	8	0	19. Pierdo moti...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
63	PR20	Numérico	8	0	20. Me cuesta ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
64	PR21	Numérico	8	0	21. Intento que ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
65	PR22	Numérico	8	0	22. Reviso mis ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
66	PR23	Numérico	8	0	23. Evito come...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
67	PR24	Numérico	8	0	24. El miedo a ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
68	PR25	Numérico	8	0	25. Las notifica...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
69	PR26	Numérico	8	0	26. Me resulta ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
70	PR27	Numérico	8	0	27. Mis amigos...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
71	PR28	Numérico	8	0	28. Postergo m...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
72	PR29	Numérico	8	0	29. La cantidad...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
73	PR30	Numérico	8	0	30. Me cuesta ...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
74	PR31	Numérico	8	0	31. Tengo dificu...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
75	PR32	Numérico	8	0	32. Pospongo l...	{1, Nunca}...	Ninguno	3	Derecha	Nominal	Entrada
76	Edad_agrupa	Numérico	5	0	EDAD (Agrupada)	{1, 17 a 20}...	Ninguno	13	Derecha	Ordinal	Entrada


SSPSS.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos
Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda
Visible: 76 de 76 variables
Vista de datos
Vista de variables
IBM SPSS Statistics Processor está listo
Unicode:ON

ANEXO N°7 - PERMISOS PARA LA APLICACIÓN DE INSTRUMENTO

SOLICITO: Permiso formal para aplicar questionario

SEÑOR DECANO DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN LA UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO.

Nosotras, Nohemi Atayupanqui Caceres, identificado con DNI N.° 76535910, con código de alumna N°161645 y Pricyla Daza Corimanya identificado con DNI N.° 76214597, con código de alumna 216142.

Ante usted respetuosamente nos presentamos y exponemos:

Siendo ambas egresadas de la Escuela Profesional de Educación de la Universidad Nacional San Antonio Abad del Cusco, solicitamos formalmente su permiso para aplicar un cuestionario a los estudiantes de la Facultad de Educación de la misma universidad. Este questionario se utilizará para al desarrollo de un proyecto de tesis intitulada "**NOMOFOBIA Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE LA ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN PRIMARIA DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO, SEDE CENTRAL – 2024**". Las preguntas del cuestionario abontan espectos subjetivas de los estudiantes relacionados a la Nomofobia y la procrastinación académica.

Se establece que los fines de esta investigación son únicamente académicos. Los cuestionarios no incluirán datos confidenciales como DNI, direcciones, nombres, entre otros datos que vulneren el principio de confidencialidad o cualquier otro aspecto que infrinja la Ley N°27806 "Ley de transparencia y acceso a la información pública.

POR LO EXPUESTO

Ruego a usted acceder a mi solicitud.

Cusco, 12 de noviembre del 2024.

NOHEMI ATAYUPANQUI CACERES

PRICYLA DAZA CORIMANYA

Dr. AGUIRRE ESPINOZA EDWARDS JESUS

ANEXO N°8 PANEL FOTOGRÁFICO

Ilustración 1	**Ilustración 2**
	
Descripción: En las ilustraciones 1 y 2 se describe el proceso de entrega de los cuestionarios de nomofobia y procrastinación a los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, Sede Central.	

Ilustración 3



Ilustración 4



Ilustración 5



Ilustración 6



Descripción: En las ilustraciones 3 – 6 se pone en evidencia un segmento de estudiantes que llenaron los cuestionarios de nomofobia y procrastinación en la Escuela Profesional de Educación Primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, Sede Central. Cabe señalar que solo se consignaron fotos como evidencia de la aplicación de lo instrumentos de estudio.

ANEXO Nº 9 – PROPUESTA DE SENSIBILIZACIÓN

1. Presentación y justificación

Debido a que el diseño de la presente investigación es no experimental, de corte transversal y alcance descriptivo-correlacional, el estudio no contempló la aplicación ni la validación empírica de un programa de intervención. No obstante, atendiendo a la necesidad de trasladar los hallazgos de la investigación hacia un aporte de utilidad práctica para la institución, se presenta a continuación una propuesta de sensibilización de carácter propositivo, elaborada a partir de los resultados y las recomendaciones del estudio.

Esta propuesta no ha sido implementada ni sometida a evaluación de eficacia dentro del presente trabajo; su inclusión responde a un ejercicio de transferencia de los hallazgos, quedando sujeta a validación, ajuste y aprobación por parte de las instancias competentes de la universidad antes de su eventual ejecución.

2. Fundamentación

Los resultados de la investigación mostraron que el 54.3% de los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria presentó niveles de nomofobia entre moderado y muy alto, mientras que el 85.1% evidenció niveles de procrastinación académica entre moderado y muy alto. Asimismo, se determinó una correlación positiva y moderada entre ambas variables ($Rho = 0.523$; $p < 0.05$).

El análisis por dimensiones mostró dos lecturas complementarias. En términos de prevalencia descriptiva, las dimensiones más afectadas de la nomofobia fueron el miedo a no poder acceder a la información (65.6%) y el miedo a renunciar a la comodidad que proporciona el dispositivo (61.2%). Sin embargo, en términos de fuerza de asociación estadística con la procrastinación académica, las dimensiones más determinantes fueron el miedo a no poder comunicarse ($Rho = 0.497$) y el miedo a renunciar a la comodidad ($Rho = 0.481$), mientras que la dependencia del acceso a la información ($Rho = 0.393$) y la pérdida de conexión ($Rho = 0.376$) mostraron una correlación comparativamente más baja.

Respecto a la procrastinación académica, las dimensiones de mayor incidencia fueron la autorregulación académica (82.3%) y los factores motivacionales (80.6%), seguidas de los factores situacionales (64.0%) y la postergación de actividades (62.7%).

Estos hallazgos sustentan el criterio de priorización de la propuesta: los ejes de

intervención no se organizan únicamente en función de la dimensión más prevalente de manera aislada, sino considerando también aquellas cuya atención incidiría, según la evidencia del propio estudio, en mayor medida sobre la reducción de la procrastinación académica.

3. Objetivo de la propuesta

Sensibilizar a los estudiantes de la Escuela Profesional de Educación Primaria de la UNSAAC sobre el uso saludable del teléfono móvil y fortalecer sus habilidades de autorregulación, con el fin de contribuir a la reducción de los niveles de nomofobia y procrastinación académica identificados en el estudio.

4. Población beneficiaria

La propuesta está dirigida a los estudiantes matriculados en la Escuela Profesional de Educación Primaria de la UNSAAC, sede central, priorizando la participación de quienes, mediante el autodiagnóstico inicial, se ubiquen en niveles moderados a muy altos de nomofobia o de procrastinación académica, sin excluir la participación voluntaria del resto de la población estudiantil.

5. Enfoque metodológico

La propuesta adopta un enfoque psicoeducativo y preventivo, no clínico, orientado a la sensibilización y al desarrollo de habilidades antes que a la restricción del uso del dispositivo móvil, en concordancia con lo señalado en las recomendaciones de la investigación. Las actividades combinan modalidades presenciales (talleres, charlas, dinámicas grupales) con recursos digitales de acompañamiento (infografías, cuestionarios breves en línea).

6. Ejes temáticos y actividades

A continuación, se detallan los ejes de intervención, la dimensión del estudio que atienden y las actividades propuestas para cada uno:

Tabla 34

Ejes de intervención y las actividades propuestas

Eje temático	Dimensión que atiende (según hallazgos del estudio)	Actividades propuestas
Eje 1 Sensibilización y autodiagnóstico de la nomofobia	Dependencia del acceso a la información (65.6%) y renunciar a la comodidad (61.2%) — dimensiones de mayor prevalencia descriptiva	• Charla informativa "¿Qué es la nomofobia y cómo reconocerla?" • Aplicación de un cuestionario breve de autodiagnóstico (adaptado del NMP-Q) • Difusión de infografías con señales de alerta y datos del propio estudio
Eje 2 Gestión del tiempo y autorregulación académica	Autorregulación académica (82.3%) — dimensión de mayor incidencia en procrastinación	• Taller "Organiza tu semestre": fragmentación de proyectos en entregas parciales con plazos definidos • Introducción a técnicas de gestión del tiempo (bloques de estudio, técnica Pomodoro) y aplicaciones de productividad
Eje 3 Fortalecimiento motivacional y tolerancia a la desconexión	Factores motivacionales (80.6%) y renunciar a la comodidad — dimensión con mayor asociación con la procrastinación (Rho=0.481)	• Sesión vivencial de "desconexión voluntaria" en actividades grupales de corta duración • Taller sobre manejo del temor al fracaso y fortalecimiento de la autoeficacia académica
Eje 4 Comunicación interpersonal y redes de apoyo presenciales	Miedo a no poder comunicarse — dimensión con mayor asociación con la procrastinación (Rho=0.497)	• Dinámicas de comunicación cara a cara y trabajo colaborativo presencial • Promoción de espacios de estudio grupal como alternativa a la interacción mediada por el dispositivo

Nota. Las actividades y ejes de intervención han sido diseñados en respuesta a los niveles de prevalencia descriptiva y las correlaciones halladas en el estudio

7. Cronograma tentativo

El siguiente cronograma es referencial y debe ajustarse al calendario académico vigente y a la disponibilidad de los Servicios de Bienestar Estudiantil:

Tabla 35

Cronograma tentativo de actividades descrito en semanas, actividades y ejes

Semana	Actividad	Eje
Semana 1	Difusión de la campaña y aplicación del autodiagnóstico inicial	Eje 1
Semana 2	Charla informativa "¿Qué es la nomofobia?"	Eje 1

Semanas 3-4	Taller "Organiza tu semestre"	Eje 2
Semana 5	Taller de gestión del tiempo y productividad	Eje 2
Semana 6	Sesión de desconexión voluntaria y manejo del temor al fracaso	Eje 3
Semana 7	Dinámicas de comunicación interpersonal	Eje 4
Semana 8	Evaluación de cierre y aplicación del autodiagnóstico final	Todos los ejes

Nota: la duración y periodicidad de las sesiones (semanal, quincenal) pueden reprogramarse según la disponibilidad institucional, sin alterar la secuencia lógica de los ejes.

8. Recursos necesarios

- **Humanos:** personal de los Servicios de Bienestar Estudiantil, psicólogos y/o docentes tutores de la Facultad de Educación, estudiantes voluntarios de apoyo.
- **Materiales**: infografías, cuestionarios impresos y digitales, equipos audiovisuales, materiales para dinámicas grupales.
- **Institucionale**s: aulas o ambientes de la Facultad, plataforma virtual institucional y redes sociales de la Escuela Profesional para la difusión.

9. Responsables

Se sugiere que la implementación esté a cargo de los Servicios de Bienestar Estudiantil de la Facultad de Educación de la UNSAAC, en coordinación con la Escuela Profesional de Educación Primaria y los docentes tutores, conforme a lo señalado en las recomendaciones de la presente investigación.

10. Evaluación y seguimiento

Se propone una evaluación de proceso, mediante el registro de asistencia y participación en cada actividad, y una evaluación de resultado, mediante la aplicación de una versión breve de los instrumentos NMP-Q y EPA antes y después de la intervención, complementada con una encuesta de satisfacción de los participantes. Estos resultados permitirán valorar la pertinencia de la propuesta y orientar su continuidad o ajuste en futuros periodos académicos.

Autores considerados para la propuesta de sensibilización

Blanca, A. (2017). Autorregulación y procesos de aprendizaje. Aula Magna 2.0. https://doi.org/10.58079/nep4

Covarrubias, C., Acosta, H. y Mendoza, M. (2019). Relación de autorregulación del aprendizaje y autoeficacia general con las metas académicas de estudiantes universitarios. Formación Universitaria, 12(6), 103-114.

Ellis, A., y Knaus, W. (2002). Overcoming Procrastination. New York: New.

ANEXO Nº 10 – INFORME DE ORIGINALIDAD

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN ANTONIO ABAD DEL CUSCO
VICE RECTORADO DE INVESTIGACIÓN

INFORME DE ORIGINALIDAD

(Aprobado por Resolución Nro.CU-303-2020-UNSAAC)

El que suscribe asesor del trabajo de investigación titulado: **Nomofobia y procrastinación académica en estudiantes de la escuela profesional de educación primaria de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco, sede central – 2024 .**

Presentado por la estudiante**: Br. Nohemi Atayupanqui Caceres**, con código Nro. **161645,** para optar al **título profesional de Licenciada en Educación Especialidad: Primaria**
Br. Pricyla Daza Corimanya, con código Nro. **216142** para optar al **título profesional de Licenciada en Educación Especialidad: Primaria.** Informó que el trabajo de investigación ha sido sometido a revisión por 03 (TRES) veces, mediante el software antiplagio Turnitin, conforme al Artículo 6° del presente reglamento y de la evaluación de originalidad se tiene un porcentaje de: **10% (diez por ciento).**

Evaluación y acciones del reporte de coincidencia para trabajos de investigación, **tesis**, textos, libros, revistas, artículos científicos, material de enseñanza y otros (Art. 7, inc. 2 y 3)

Porcentaje	Evaluación y acciones	Marque con una "X"
Del 1 al 10 %	**No se considera plagio.**	**X**
Del 11 al 30%	Devolver al usuario para las correcciones.	
Mayores a 31 %	El responsable de la revisión del documento emite un informe al inmediato jerárquico, quien a su vez eleva el informe a la autoridad académica para que tome las acciones correspondientes. Sin perjuicio de las sanciones administrativas que correspondan de acuerdo a ley.	

Por tanto, en mi condición de Asesor, firmo el presente informe en señal de conformidad y adjunto la primera hoja del reporte del software antiplagio.

Cusco, 05 de agosto de 2025

.....
Dr. Edwards Jesús Aguirre Espinoza
DNI Nro.: 23854868
Codigo orcid: 0000-0002-5514-6707

Se adjunta:
1. Reporte Generado por el sistema Antiplagio.
2. Enlace del Reporte Generado por el Sistema Antiplagio:
https://unsaac.turnitin.com/viewer/submissions/oid:27259:83770128/print?locale=es