



Universidad  
**Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

**Tesis**

Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel  
secundaria, en una institución educativa privada en Huaycán – 2023

**Para optar el Título Profesional de**  
Licenciada en Psicología

**Presentado por:**

**Autora:** Aguilar Ruiz, Miluska Indira


**Código ORCID:** <https://orcid.org/0000-0002-7111-3059>

**Asesor:** Dr. Reyes Callahuacho, David Tito

**Código ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-7424-9261>

**Lima – Perú**

**2024**

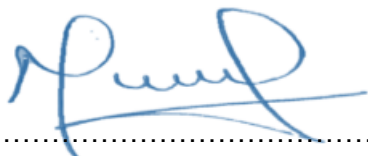
 Universidad Norbert Wiener	<b>DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN</b>	
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	<b>VERSIÓN: 01</b> REVISIÓN: 01

FECHA: 08/11/2022

Yo, Miluska Indira Aguilar Ruiz egresado de la Facultad de Ciencias de la Salud y  Escuela Académica Profesional Psicología de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico **“Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, en una institución educativa privada en Huaycán – 2023”** Asesorado por el docente: Dr. David Tito Reyes Callahuacho DNI 08130324 ORCID 0000-0001-7424-9261 tiene un índice de similitud de 16%...(NUMERO) (LETRAS) % con código oid.14912.361039458 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....  
Firma de autor 1

Miluska Indira Aguilar Ruiz

DNI: 43321090



.....  
Firma

Dr. David Tito Reyes Callahuacho

DNI: 08130324

Lima, 20 de junio de 2024

**Tesis**

Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, en una institución educativa privada de Huaycán – 2023.

**Línea de investigación**

Salud y bienestar

**Asesor**

Dr. David Tito Reyes Callahuacho

**Código ORCID**

0000-0001-7424-9261

### **Dedicatoria**

Este presente trabajo está dedicado a mi esfuerzo y constancia de perseguir mis sueños a pesar de las adversidades que se han presentado. Y en especial a todas aquellas personas que me dieron palabras de aliento para no desistir en el camino.

### **Agradecimiento**

A Dios, a mis padres, hija, hermanos y familia por su infinito amor.

A mis profesores por inculcarme conocimientos y valores, para mi vida profesional.

A Rosa Gabriela Ruiz Pacheco, directora del colegio donde realice mi investigación.

A mi asesor de tesis por su colaboración y apoyo.

## Índice general

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice de tablas	viii
Resumen	ix
Abstract	x
Introducción	xi
<b>CAPÍTULO I: EL PROBLEMA</b>	
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación del problema	3
1.2.1 Problema general	3
1.2.2 Problemas específicos	3
1.3 Objetivos de la investigación	4
1.3.1 Objetivo general	4
1.3.2 Objetivos específicos	4
1.4 Justificación	4
1.4.1 Teórica	4
1.4.2 Metodológica	5
1.4.3 Práctica	5
1.5 Limitaciones de la investigación	6
1.5.1 Limitaciones de la investigación	6
<b>CAPÍTULO II: MARCO TEORICO</b>	
2.1 Antecedentes de la investigación	7
2.1.1 Nacionales	7

2.1.2 Internacionales	8
2.2 Bases teóricas	9
2.2.1 Estrés académico	9
2.2.2 Procrastinación académica	16
2.3 Formulación de hipótesis	20
2.3.1 Hipótesis general	20
2.3.2 Hipótesis específicas	21
<b>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA</b>	
3.1 Metodología de la investigación	22
3.2 Enfoque de la investigación	22
3.3 Tipo de investigación	22
3.4 Diseño de investigación	23
3.5 Población, muestra y muestreo	23
3.6 Variables y operacionalización	26
3.7 Técnicas e instrumentos de recolección de datos	28
3.7.1 Técnicas	28
3.7.2 Descripción de instrumentos	28
3.7.3 Validación	30
3.7.4 Confiabilidad	31
3.8 Procesamiento y análisis de datos	31
3.9 Aspectos éticos	32
<b>CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS</b>	
4.1 Análisis descriptivo de los resultados	33
4.2 Prueba de hipótesis	36

4.3 Discusión de resultados	40
-----------------------------	----

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

5.1 Conclusiones	44
------------------	----

5.2 Recomendaciones	45
---------------------	----

<b>REFERENCIAS</b>	47
--------------------	----

## **ANEXOS**

Anexo 1. Matriz de consistencia

Anexo 2. Instrumentos

Anexo 3. Permisos correspondientes de los autores

Anexo 4: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos

Anexo 5: Formato de asentimiento y consentimiento informado

Anexo 6: Aprobación del Comité de Ética

Anexo 7: Informe del asesor de Turnitin

## Índice de tablas

<b>Tabla 1:</b>	Población de estudiantes de la I.E.P. de Huaycán-Ate, Vitarte.	<b>23</b>
<b>Tabla 2:</b>	Muestra de estudiantes de una IEP de Huaycán-Ate	<b>24</b>
<b>Tabla 3:</b>	Matriz operacional de la variable de estrés académica	<b>26</b>
<b>Tabla 4:</b>	Matriz operacional de la variable procrastinación académica.	<b>27</b>
<b>Tabla 5:</b>	Interpretación de estrés académico.	<b>29</b>
<b>Tabla 6:</b>	Interpretación de procrastinación académica.	<b>29</b>
<b>Tabla 7:</b>	Distribución para la edad.	<b>33</b>
<b>Tabla 8:</b>	Distribución para el sexo.	<b>33</b>
<b>Tabla 9:</b>	Distribución para el grado de estudios	<b>34</b>
<b>Tabla 10:</b>	Distribución para la variable estrés académico y dimensiones	<b>34</b>
<b>Tabla 11:</b>	Distribución para la variable procrastinación académica y dimensiones	<b>35</b>
<b>Tabla 12:</b>	Prueba de bondad de ajuste normal	<b>35</b>
<b>Tabla 13:</b>	Correlación entre estrés académico y procrastinación académica	<b>36</b>
<b>Tabla 14:</b>	Correlación entre estímulos estresores y procrastinación académica	<b>37</b>
<b>Tabla 15:</b>	Correlación entre síntomas o reacciones y procrastinación académica	<b>38</b>
<b>Tabla 16:</b>	Correlación entre manifestaciones conductuales y procrastinación académica	<b>39</b>
<b>Tabla 17:</b>	Correlación entre estrategias de afrontamiento y procrastinación académica	<b>40</b>

## Resumen

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán – 2023. El estudio fue de enfoque cuantitativo, tipo básico, nivel correlacional, diseño no experimental y de corte transversal; siendo una muestra de 121 estudiantes de nivel secundaria de 12 a 17 años a quienes se les aplicó el Inventario de estrés académico SISCO y la Escala de procrastinación académica; utilizándose el coeficiente de Pearson y la rho de Spearman para comprobar las hipótesis. Los resultados evidencian que existe una correlación negativa, significativa y de nivel bajo entre el estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, Huaycán ( $r=-0.234$ ;  $p=0.010<0.05$ ). Esto significa que, a mayores niveles de estrés académico, los estudiantes no presentarán conductas procrastinadoras.

Palabras clave: estrés académico, procrastinación académica, nivel secundario.

## Abstract

The objective of the research was to determine the relationship between academic stress and academic procrastination in high school students of a private educational institution in Huaycán - 2023. The study was of quantitative approach, basic type, correlational level, non-experimental and cross-sectional design; being a sample of 121 high school students from 12 to 17 years old to whom the SISCO Academic Stress Inventory and the Academic Procrastination Scale were applied; using Pearson's coefficient and Spearman's rho to test the hypotheses. The results show that there is a negative, significant and low-level correlation between academic stress and academic procrastination in high school students in Huaycán ( $r=-0.234$ ;  $p=0.010<0.05$ ). This means that, at higher levels of academic stress, students do not present procrastinating behaviors.

Key words: academic stress, academic procrastination, secondary level.

## **Introducción**

El estrés académico que tiene una incidencia importante a lo largo de la vida académica de los estudiantes (Muñoz, 2004), y tal vez por ello la procrastinación se está extendiendo desde etapas cada vez más tempranas (Steel, 2017). Las conductas procrastinadoras se caracterizan por la postergación de las obligaciones académicas y sus consecuencias pueden afectar diversos ámbitos de la vida del estudiante, aparte del académico, como es el caso del área personal y familiar, restando condiciones educativas para alcanzar mejores aprendizajes.

La presente investigación se verán los siguientes apartados: En el capítulo I se van a tratar los siguientes puntos como planteamiento del problema, formulación del problema, objetivos de la investigación, justificación y limitación de la investigación. Además, en el capítulo II, se verán antecedentes de la investigación, bases teóricas y formulación de hipótesis. También, en el capítulo III el método, enfoque, tipo, diseño, población, muestra, muestreo de la investigación, variables y operacionalización, técnicas e instrumentos de recolección de datos, procesamiento y análisis de datos y aspectos éticos. Asimismo, en el capítulo IV se verá el análisis descriptivo de los resultados, prueba de hipótesis y discusión de los resultados. Por otro lado, en el capítulo V se verán las conclusiones y recomendaciones.

## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA**

### **1.1 Planteamiento del problema**

Se ha vuelto habitual en la población escolar postergar tareas y decisiones académicas que deben atenderse, por otras situaciones más triviales o placenteras. Muchas veces la mala decisión de prioridades y la falta de administración del tiempo, hace que se posponga temas que requieren ser atendidos de forma prioritaria por los estudiantes (Fuentes, 2015); esto tendría consecuencias psicológicas como el estrés y ansiedad derivados del aplazamiento o la demora intencionada.

En efecto, la procrastinación, que es definida por Steel (2017) como un incremento irracional de abandonar las labores académicas hasta una próxima vez, alterando intencionalmente la realidad, generan secuelas como bajo rendimiento académico, deserción escolar, evasión de la realidad, frustración, miedo al fracaso, autocrítica, agobio y metas poco realistas. Cabe señalar que este comportamiento puede ser deliberado o espontáneo y produce graves efectos como estrés académico, depresión, ansiedad y baja autoestima debido a que no cumplen con los objetivos planteados y no cumplen a tiempo sus labores académicas y en consecuencia obtienen calificaciones desaprobatorias (Álvarez, 2010); situación que puede prolongarse hasta su vida universitaria (Atalaya y García, 2020); por lo que, se convierte en un problema multidimensional que involucra esferas sociales, emotivas y mentales, que influyen en el actuar del alumno en las distintas perspectivas que debe atender en su diario vivir (Padilla, 2017).

Lo expuesto ha sido evidenciado Zabala (2021) quien, en su investigación realizada en un centro educativo de Colombia, halló que el 98.7% de los escolares suelen postergar sus compromisos académicos y ello no les permiten alcanzar sus propósitos escolares. Por su parte, Llacsá (2018) en su investigación realizada en una institución educativa de Pimentel- Chiclayo, comprobó que el 86.6% de los estudiantes expone un grado medio de

procrastinación, refiriendo que los adolescentes posponen sus proyectos educativos y esto puede originar que pierdan las oportunidades de consolidar sus aprendizajes.

Asimismo, se ha observado que en la institución educativa privada que es objeto de estudio, existen escolares con bajo rendimiento académico debido a que postergan y acumulan la entrega de tareas, aplazando para otro día las actividades que deben realizar en el momento, evitan hacer las labores académicas que no se sienten capaces de concretar, a su vez pierden el tiempo en sus redes sociales u otras aficiones poco productivas, siendo el estrés académico uno de los principales motivos que condicionan este estado.

El estrés académico es la reacción física y psicológica del estudiante frente a una situación demandante asociada a eventos académicos (Morales et al. 2021). El problema de estrés académico en escolares ha sido expuesto por otros investigadores como Chiluisa y Gaibor (2022) quien halló en su investigación realizada en un centro educativo de Ampato - Ecuador, que el 54.8% de los escolares la presentaban en nivel moderado y eso producía cambios comportamentales. Por su parte, Acosta y Rua (2021) en su investigación realizada en una institución educativa de San Juan de Lurigancho, encontró que el 58.9% de los estudiantes presentan estrés académico moderado, lo que hace disminuir sus esfuerzos y productividad al momento de realizar una labor académica, es decir, desarrollar procrastinación académica

Para Álvarez y Cerrón (2020) los problemas de estrés académico que los alumnos puedan experimentar dentro del aula los llevaría a posponer sus labores académicas pensando que lo hará mejor la próxima vez; además, Lescano (2021) refiere que la sobrecarga de tareas y trabajos académicos estarían ligadas a las conductas procrastinadoras de los que hacen uso los estudiantes para evadir su responsabilidad; asimismo, Navarro (2021) manifiesta que hay circunstancias que suscitan un riesgo o confrontación que conlleva a la negación del problema y desplazamiento a momentos más placenteros, que generan una

serie de conductas procrastinadoras que pueden alterar su respuesta influyendo de manera negativa en el rendimiento académico (Steel, 2017).

De persistir con el estrés académico y la procrastinación académica los alumnos pueden verse afectados en su desarrollo, aprendizaje y adquisición de nuevas habilidades, lo que plantearía una situación de fracaso que puede llevar a la deserción escolar, problemas psicosociales como el consumo de alcohol y drogas, trastornos mentales, alteraciones en el sueño e ingesta de alimentos. De no dar la debida importancia al tema se podría afectar la salud física y mental de los estudiantes.

Por lo expuesto, esta investigación busca determinar si los estudiantes de nivel secundaria de la I.E.P. de Huaycán, presentan estrés académico, y si ésta se relaciona con la procrastinación académica; ello permitirá contar con información relevante para proponer estrategias de intervención psicológica y educativa que permitan mejorar el aprendizaje de los estudiantes.

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema general**

¿Cuál es la relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?

### **1.2.2 Problemas específicos**

¿Cuál es la relación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?

¿Cuál es la relación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?

¿Cuál es la relación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?

¿Cuál es la relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?

### **1.3 Objetivos de la investigación**

#### **1.3.1. Objetivo general**

Determinar si existe relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

#### **1.3.2. Objetivos específicos**

Determinar si existe relación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

Determinar si existe relación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

Determinar si existe relación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

Determinar si existe relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

### **1.4 Justificación**

#### **1.4.1. Teórica**

La tesis se justifica desde el punto de vista teórico porque asume el modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico de Barraza (2007), para explicar el estrés académico, señalando que es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son considerados estresores; provocando un desequilibrio

sistémico que se manifiesta en una serie de síntomas que requerirán ser afrontados para restaurar el equilibrio sistémico. Por otro lado, Busko (1998) indica que la procrastinación académica está relacionado a pensamiento orientado al perfeccionismo, los alumnos se imponen a sí mismos exigencias poco razonables y evitan el fracaso, esto conlleva a comportamientos procrastinadores que afectan su rendimiento académico. Lo que se intenta demostrar en esta investigación es que los adolescentes que se autoimponen unos estándares excesivamente estrictos y tienen miedo de cometer errores, llegan a posponer sus labores académicas, les conlleva a no adaptarse a su entorno generando así estrés en el ámbito académico.

#### **1.4.2. Metodológica**

Le tesis se justifica desde el punto de vista metodológico porque la investigación científica faculta al investigador argumentar de forma científica; ordenar sus ideas en relación con el problema de estudio; determinar a través de la definición de los objetivos e hipótesis lo que se pretende obtener con la investigación; establecer el método. Bajo este parámetro, los instrumentos de recolección de datos cumplen con los procesos de validez y confiabilidad; ya que, se aplicaron: el Inventario SISCO del Estrés Académico y la Escala de Procrastinación Académica, los cuales podrán ser utilizados por otros investigadores que estudian estos fenómenos.

#### **1.4.3. Práctica**

Este estudio se llevó a cabo por la necesidad de no solo analizar lo que produce el estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, sino también para orientar las medidas preventivas que se pueden realizar dentro de la institución educativa; es decir implementar programas en el área psicopedagógica como estrategias y técnicas dirigido a los alumnos que puedan experimentar estrés académico y conductas procrastinadoras.

## **1.5 Limitaciones de la investigación**

### **1.5.1. Limitaciones de la investigación**

En la investigación hubo ciertas limitaciones como la distancia para llegar al colegio, los permisos correspondientes de los que adaptaron las pruebas para el contexto peruano, pero fueron limitaciones que se pudieron superar.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Antecedentes de la investigación**

#### **2.1.1 Nacionales**

Villavicencio (2021), realizó su investigación con el objetivo de establecer la relación entre la procrastinación académica y estrés académico. La investigación fue correlacional y la muestra estuvo conformada por 135 estudiantes en una institución educativa de La Esperanza en Perú. Los resultados indicaron que no existe correlación entre las variables mencionadas ( $\rho = -0,052$ ;  $p = 0,547 > 0,05$ ). Por esta razón, la procrastinación y estrés académico son variables independientes y en caso que los estudiantes presenten estrés académico esto no se debe a que procrastinen en sus actividades académicas.

Castillo (2021), realizó su tesis con el objetivo de establecer la relación entre el estrés académico en la procrastinación académica. El estudio fue cuantitativo, correlacional y diseño no experimental transversal, siendo la muestra de 84 estudiantes de 4to y 5to de secundaria, el muestreo no probabilístico de tipo censal. Los resultados indicaron que existe una correlación entre las variables ( $p = 0,000$ ). Es decir, existe relación entre estrés académico y la procrastinación académica.

Paucara (2021), realizó su investigación con el objetivo de establecer la relación entre procrastinación académica y estrés académico. El estudio fue correlacional y transversal, siendo la muestra 112 colegiales de nivel secundaria en una I.E. pública en Puquio-Ayacucho. Los resultados indicaron que no existe una correlación significativa, entre las variables ( $\rho = 0,059$ ;  $p = 0,54 > 0,05$ ); es decir no existe relación entre procrastinación y estrés académico, los estudiantes pueden procrastinar, pero eso no les genera estrés.

Valle (2019), tuvo como objetivo establecer la relación entre la procrastinación académica y el estrés académico en estudiantes peruanos. El estudio fue no experimental, descriptivo y correlacional. La muestra conformada por 163 colegiales de 5to, I.E. parroquial

- Comas. Los resultados indicaron que no existe correlación entre las variables ( $\rho=0.091$ ;  $p > 0.05$ ), es decir, no existe correlación entre la procrastinación académica y estrés académico.

Hernández (2023), tuvo como objetivo establecer la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes peruanos. El estudio fue cuantitativo, correlacional, diseño no experimental y de corte transversal. Siendo una muestra de 102 estudiantes de 4 y 5 secundaria, con un muestreo no probabilístico. Los resultados indicaron que existe una correlación positiva alta, entre las variables ( $r=0.878$ ;  $p=0.000<0.05$ ). Es decir, existe relación entre estrés académico y la procrastinación académica; por lo que, a mayor procrastinación académica en los escolares, estos desarrollaran mayor estrés académico.

### **2.1.2 Internacionales**

Cevallos, et al. (2021) realizaron su investigación para establecer los factores asociados a la procrastinación. El estudio fue descriptivo, cuantitativo y no experimental de corte transversal. Siendo una muestra de 210 alumnos de educación básica y bachillerato de una institución educativa de Salcedo en Ecuador. Los resultados indicaron que existe una correlación positiva moderada significativa entre procrastinación y edad ( $r= 0.45$   $p< ,001$ ), es decir, a mayor edad mayor nivel de procrastinación.

Lasluisa (2020) realizó su investigación para establecer la relación entre el estrés académico y el rendimiento académico. El estudio fue cuantitativo, correlacional y de corte transversal, siendo la muestra de 154 estudiantes en Ambato-Ecuador. Los resultados indicaron que existe correlación significativa negativa y de nivel bajo entre las variables ( $r=-0.135$ ;  $p<0,01$ ) es decir se entiende que a mayor estrés académico menor rendimiento académico.

Barraza y Barraza (2019) realizaron su investigación para establecer la relación entre la procrastinación académica y el estrés académico. El estudio fue cuantitativo, relacional y

corte transversal, siendo la muestra 300 alumnos de una institución de educación media superior en Durango, México. Los resultados indicaron que no existe correlación significativa entre las variables ( $p=0.165>0.05$ ), Es decir, no hay relación entre ambas variables.

Sánchez (2022) realizó su investigación para establecer la relación entre el estrés académico y estrategias de afrontamiento en adolescentes en el contexto de educación virtual. El estudio fue cuantitativo, correlacional, diseño transversal y no experimental. Siendo una muestra 110 estudiantes de U.E “Victoria Vásquez Cuví” en Latacunga-Ecuador. Los resultados indicaron que existe correlación entre el estrés académico y las estrategias de afrontamiento ( $\rho=0,511$ ;  $p<0.05$ ). Es decir, mientras menos se emplean las estrategias de afrontamiento mayor será el nivel de estrés académico y a su vez, si se aumenta el uso de estrategias de afrontamiento menor va a ser el nivel de estrés académico.

Guamán y Ticsalema (2022) realizaron su tesis para determinar la relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica. El estudio fue cuantitativo, correlacional y de corte transversal. La muestra fue de 243 estudiantes de 15 a 18 años, de la Unidad Educativa Municipal “Calderón”, en Quito- Ecuador. Los resultados demuestran que existe correlación positiva ( $r= 0,34$ ;  $p< 0,01$ ). Es decir, existe relación entre adicción al internet y la procrastinación académica; por lo que, a mayor adicción al internet se dará una mayor procrastinación académica.

## **2.2. Bases teóricas**

### **2.2.1. Estrés académico**

#### **Definición**

El estrés es un conjunto de reacciones orgánicas, mentales y comportamentales que ocurren en existencia de un peligro, la cual puede ser real o ficticio (Juárez, 2019). Puede constituirse en una afección que podría resultar perjudicial en determinadas situaciones

(Torres y Bailles, 2019) o también puede ser favorable en medida que impulsa a conseguir las metas deseadas (Melgosa, 2006).

Para Berrío y Mazo (2012), el estrés académico se conceptualiza como una respuesta de activaciones neuroquímicas y hormonales ante estresores académicos, los que pueden ser evaluados como excesivos o amenazantes para los propios recursos de quien lo padece (Muñoz, 2004) o también puede interpretarse en relación a una extensa gama de síntomas físicos, psicológicos y sociales (Águila, et al. 2015), con la consiguiente demanda de una gran cantidad de recursos psicológicos para afrontar problemáticas de tipo académico (Escobar, et al. 2018).

Por otro lado, Silva et al. (2020) refieren que el estudiante que presenta altos índices de estrés académico, puede sentir afectado su rendimiento académico e incluso sus relaciones sociales dentro de la institución educativa (Ghatol, 2019), provocando un desequilibrio sistémico que le obliga a desarrollar estrategias de afrontamiento como establecimiento de prioridades y objetivos académicos (Barraza, 2007).

El estrés académico, por tanto, es una respuesta psicósomática que puede surgir mientras el estudiante está expuesto a exigencias valoradas como estímulos estresores que se dan en el colegio y que influye en su aprendizaje. Es de vital importancia que el alumno entienda el funcionamiento de su cuerpo ante el estrés, cuáles son esos factores que lo ponen en alerta, como se transforma su personalidad y como se generan un desajuste estructural que viene acompañado de reacciones y manifestaciones comportamentales que podrían ser desgaste cognitivo, rumiación, insomnio, falta de atención y concentración, etc; muchas veces pasan desapercibidos estos síntomas para los padres, tutores/cuidadores y profesores; a esto se suma el desconocimiento de los alumnos que no tienen los recursos o técnicas de afrontamiento poner a su disposición para mitigar esos efectos negativos que repercuten en su rendimiento académico. Por otro lado, los alumnos que saben gestionar el estrés

académico ponen a su disposición diversas habilidades y destrezas para recuperar su homeostasis, puesto que el bienestar emocional y psicológico influye en el rendimiento académico, y si los alumnos cuidan su salud mental, podrán desarrollarse de forma óptima en etapas posteriores como la universidad.

### **Perspectiva teórica**

#### *Teoría basada en las respuestas*

Selye (1956) describe el estrés como una reacción general del cuerpo frente a cualquier estímulo estresante o situación que genere estrés, interpretándolo como una reacción no específica del organismo, pero inespecífica en su causa, puesto que cualquier estímulo podría provocarla. Cuando el estrés se prolonga, la respuesta de “lucha o huida” es inminente para dar paso a una secuencia de respuestas fisiológicas, que denominó Síndrome General de Adaptación (SGA) y tiene tres fases: fase alarma (Activación del sistema nervioso y del sistema hipotalámico-hipofisario-suprarrenal), fase resistencia (enfrentamiento al estresor o adaptación al mismo) y fase agotamiento (término de las reservas energéticas del organismo).

#### *Teoría basada en el estímulo*

El estrés es visto desde el punto de vista del estresor, en otras palabras, un estímulo que ocasiona determinadas demandas en la persona. Por esta razón, el estrés se localiza fuera del sujeto y las situaciones son en sí mismas estresantes en función de sus peculiaridades. Hay algunas características que estimulan determinadas situaciones que parecen normales, pero generan más estrés que otras. Además, se debe tomar en cuenta circunstancias vitales que estresan, como por ejemplo (Divorcio, matrimonio, embarazo, cambio de residencia, cambio de colegio y comienzo de la escolaridad, etc.). Es decir, en este modelo el estrés se localiza en el exterior, no en la persona (Holmes y Rahe, 1967).

Es cierto que algunas características pueden estimular situaciones que, aunque parezcan normales, pueden generar más estrés que otras. Esto se debe a que cada persona tiene sus propias experiencias, personalidad y forma de afrontar situaciones estresantes, lo que significa que lo que puede ser estresante para una persona puede no serlo tanto para otra.

Por ejemplo, una persona que es introvertida y tímida puede sentirse más estresada en situaciones sociales, como fiestas o reuniones, mientras que otra persona extrovertida puede disfrutar de esas mismas situaciones. De la misma manera, alguien que tiene una fuerte aversión a hablar en público puede sentir más estrés en una presentación, mientras que otro individuo puede sentirse cómodo con esa situación.

Además, hay ciertas características de situaciones que pueden aumentar el nivel de estrés para muchas personas. Por ejemplo, una tarea que tenga un plazo muy corto o que tenga consecuencias negativas graves en caso de fallar, puede generar más estrés que una tarea con plazos más largos o con consecuencias menos graves.

#### *Teoría basada en la interacción*

Según Lazarus y Folkman (1986) el estrés se origina en la relación que hay entre la persona y el entorno, que el individuo estima como peligroso y de difícil afrontamiento. Al respecto mencionan: “La evaluación cognitiva es un proceso evaluativo que determina por qué y hasta qué punto una relación determinada o una serie de relaciones entre el individuo y el entorno es estresante” (p. 43). Hay tres fases que describe Lazarus:

1. Valoración primaria: se inicia en el instante que la persona entra en contacto con el estresor y provoca una primera evaluación de las demandas que le plantea la situación. Donde el sujeto puede considerar dicha situación como negativa o positiva, estresante o insignificante.
2. Valoración secundaria: el individuo analiza si tiene los recursos pertinentes para enfrentar las demandas del contexto estresante y enfrentarse a ella.

3. Reevaluación: se realizan procesos de ajustes de las valoraciones, para corregir informaciones previas del ambiente.

*Modelo sistémico cognoscitivista del estrés académico*

Barraza (2006) señala que el estrés académico es definido como secuencia que se manifiesta en el estudiante supeditado a circunstancias académicas, es un conjunto de reclamos percibidos como estímulos aversivos, provocando un escenario desolador, refiriendo un grupo de manifestaciones conductuales que exige al escolar efectuar conductas de enfrentamiento. Barraza elaboró este modelo tomando en cuenta la Teoría General de Sistemas de Bertalanffy y la Teoría Transaccional del Estrés de Richard Lazarus, con las siguientes:

1. Hipótesis de los componentes sistémicos-procesales del estrés académico: conceptualiza elementos notorios que se interrelacionan sistema-entorno. Donde los elementos sistemáticos-procesales del estrés académico reaccionan al continuo de afluencias (de ingresos y salidas), muestran procesos que se deben obtener para recuperar el balance.
2. Hipótesis del estrés académico como estado psicológico: fundamentalmente cognitivo, debido a que formula dos tipos: estresores mayores, que ponen en peligro la condición del estudiante y encaminan al fracaso escolar. Por otro lado, los estresores menores conforman la evaluación cognitiva que los alumnos tienen de estos. Es decir, se pueden identificar los estresores académicos por ejemplo (Competencia grupal, sobrecarga de tareas, exceso de responsabilidad, falta de incentivos, problemas o conflictos con tus compañeros y evaluaciones).
3. Hipótesis de los indicadores del desequilibrio sistémico que implica el estrés académico: Únicamente se considera estrés académico al distrés, que causa un desorden sistémico en la relación estudiante-entorno, debido, a la baja valoración del

propio individuo, y los requerimientos o exigencias del ambiente desbordan sus propios recursos. Es decir, hay una coyuntura estresante y expresa en el sujeto por un conjunto de señales que se clasifican como reacciones: Físicas (dolor muscular en espalda y nuca, dolor de cabeza e insomnio) propios del cuerpo; psicológicas (bloqueo mental y falta de atención), y comportamentales (desánimo para realizar las tareas, aislamiento y ausentismo). Esta serie de signos se enlazan de forma típica en los individuos, de tal modo que el desorden estructural se va notando en magnitud que es diferente para cada sujeto.

4. La hipótesis del afrontamiento como restaurador del equilibrio sistémico: Ante el desorden que provoca el estrés, el individuo se ve obligado a restaurar su equilibrio, utilizando enfoques de confrontación que domine, ya sea por enseñanza o hallazgo inesperado, en una circunstancia de eventualidad, para restaurar el equilibrio del sistema. Hay múltiples estrategias de afrontamiento que sugiere Barraza (2006) como facultad asertiva, alabanza de sí mismo, recreaciones, etc.

El individuo supedita estas demandas a un procesamiento de valuación y si estima que los requerimientos rebasan sus capacidades los juzga como adversos. Estos estresores conforman las entradas a la estructura y producen una desproporción entre la asociación individuo-coyuntura. Dicho desnivel genera un 2º enjuiciamiento de valuación de la destreza de encarar escenarios tensionales, precisando la mejor manera de abordar la situación. La estructura contesta con tácticas de confrontación de los requerimientos del contexto. Luego, estas tácticas de afrontamiento, de ser fructíferas, el esquema recobra su balance; en el caso que no se dé, el sistema realiza un tercer proceso de valoración que lo conduce a un ajuste de las estrategias para lograr el éxito esperado.

## **Dimensiones**

Los componentes son: estímulos estresores, síntomas o reacciones, estrategias de afrontamiento (Barraza, 2007); no obstante, Quito (2019) actualiza el modelo y presenta las dimensiones siguientes:

1. **Estímulos estresores**, Son las demandas detectadas y apreciadas por los colegiales como un malestar o exposición, a diferentes circunstancias que pueden atravesar en el ámbito académico.
2. **Síntomas o reacciones** de los estímulos estresores es un desequilibrio sistemático que se evidencia en los colegiales en distintos signos físicos (dolores de cabeza, musculares, sudoración y dolor estomacal), psicológicos (Bloqueo mental, problemas cognitivos, preocupación e inquietud).
3. **Manifestaciones conductuales de estrés**, son las conductas y comportamientos como la (Onicofagia, aislamiento social, insomnio y aumento de apetito).
4. **Estrategias de afrontamiento**: Son esas actitudes y aptitudes que hace el colegial para reestablecer su balance funcional. Según Lazarus y Folkman (1986) las técnicas de afrontamiento empleadas dependen de la percepción del sujeto en las circunstancias que debe encarar para recuperar su homeostasis. Además, Frydenberg y Lewis (2000) refieren que un individuo realiza conductas que dependen de una circunstancia o problema específico, para restablecer su equilibrio, pone a su disposición buscar apoyo social, enfocarse en atender sus asuntos, trabajar y prosperar, etc. Por otro lado, Moos (2002) identifica que la evaluación y las conductas de afrontamiento son el proceso vital para encaminar y modificar la influencia en los contextos esenciales, que pueden ser estables como transitorios para un individuo, para un buen funcionamiento y maduración personal.

## 2.2.2 Procrastinación Académica

### Definición

La procrastinación académica es un esquema de conductas caracterizado por posponer conscientemente la realización de labores académicas que deben ser presentadas en un tiempo estipulado (Quant y Sánchez, 2012) y suele ser una dificultad de autodominio y de planeación del tiempo (Chan, 2011), y no se refiere únicamente aplazar cosas, sino a postergar injustificadamente; es decir a cuando se atrasa actividades académicas de manera deliberada pese a que uno mismo cree que esa dilatación es perjudicial (Steel, 2017), lo que podría tener consecuencias negativas en el ámbito académico sobre todo en el proceso de aprendizaje del alumno (Mejía, et al. 2018), que podría originar la deserción y bajo rendimiento académico, debido a la falta de autorregulación (Garzón y Gil, 2017).

La procrastinación académica es definida como un patrón comportamental de aplazar tareas que, por sus particularidades poco motivadoras o tediosas, no es grato para quien lo realiza, y la postergación puede ocasionar efectos negativos (Manchado y Hervías, 2021), y suele acompañarse de malestar subjetivo, no es un asunto de poca responsabilidad y manejo del tiempo, sino que supone una problemática de autocontrol a nivel intelectual, emocional y conductual (Diaz, 2019), que puede ser consciente o inconsciente en la vida diaria (Domínguez, 2016); además, es importante observar que es una debilidad que los individuos practican con mayor fuerza y a su vez la menos comprendida (Carranza y Ramírez, 2013) es decir, hay un alto riesgo de deserción y fracaso que comporta para los estudiantes tener esas conductas procrastinadoras (González y Sánchez, 2013).

La procrastinación académica, por tanto, se produce cuando el estudiante pospone de forma deliberada sus tareas escolares por temor a no responder de forma óptima, teniendo una sensación de insatisfacción vital, porque nada está a la altura de lo que quería y las

demandas que ello implica, incumpliendo con las actividades escolares dentro y fuera de la institución educativa, a pesar de las consecuencias negativas en el aprendizaje.

Por otro lado, la procrastinación académica es una conducta problemática para el estudiante que posterga decisiones importantes por actividades más gratificantes o poco relevantes, con ello evade responsabilidades, pensando que tendrá el tiempo suficiente para desarrollar los trabajos académicos pendientes; estas acciones se convierten en hábitos que generan malestar subjetivo por no lograr de forma eficiente sus metas y objetivos académicos. Es importante analizar la situación para entender que la procrastinación afecta la producción de forma negativa en el desempeño a corto y largo plazo; administrar de forma eficiente el tiempo ayudará a sopesar la acumulación de tareas y por ende se dejará de aplazar y se mejorará la calidad del trabajo y se disminuirá el estrés o ansiedad; comprometerse con uno mismo para realizar las tareas en el momento idóneo, no solo es hacer una lista de tareas sino llevarlas a cabo; eliminar los distractores que no nos permiten avanzar y son una ancla a los hábitos procrastinadores, la cuestión es desarrollar comportamientos más saludables que permitan potenciar un aprendizaje de calidad.

### **Perspectiva teórica**

#### *Teoría de la motivación temporal (TMT)*

Steel y König (2006), desarrollaron esta teoría, que plantea el vínculo entre la teoría motivacional con las teorías económicas y brinda la siguiente fórmula:

$$\text{Utilidad/motivación} = \text{Expectativa (E)} \times \text{Valor (V)}$$

$$\text{Susceptibilidad a la demora (T)} \times \text{Demora (D)}$$

Los componentes referidos en la ecuación presentada son: utilidad/motivación (indica qué tan deseable es una tarea o elección para una persona y cuánta energía se va a invertir en la labor), expectativa (está íntimamente ligada a la autoeficacia, que se evalúa esencialmente ámbito académico y laboral), valor (está compuesto por tres indicadores: la

aversión a la tarea describe que cuanto más tedioso sea una tarea, más factible será que se postergue, la necesidad de logro es obtener resultados significativos y la propensión al aburrimiento), Susceptibilidad a la demora (a medida que los sujetos se vuelven más impulsivos o distraídos, la posibilidad que se procrastine crece) y la demora (hace alusión al tiempo de recompensas y los castigos).

Los procrastinadores laboran arduamente justo antes de la fecha límite (Steel, 2007). Es decir, para no dilatar labores se debe disponer de una alta motivación, seguidamente de una visión de logro con un nivel de competencia en las tareas; así se deja de lado la impulsividad o distracción en eventos triviales, para organizar sus labores escolares; en efecto si la fórmula se aplica de manera favorable, no se dará la postergación; caso contrario, la consecuencia será el aplazamiento que influirá en la enseñanza y el desarrollo académico. Es elemental analizar estos indicadores que logran mejorar la autorregulación, básicamente cuando se usan en la procrastinación académica.

#### *Teoría psicodinámica*

Según Ferrari, et al. (1995), la perspectiva psicodinámica cree que la procrastinación deriva en la infancia; porque, en este lapso se ejerce una labor primordial en la evolución de su forma de ser del colegial y su repercusión en los procesamientos psíquicos inconscientes e inestabilidades internas en sus actos, revela que el hecho de demorar está basado en la idea de evitar los trabajos y eludir lo que consideran aversivos ya que no lo pueden llevar a cabo.

Por otra parte, los autores de la teoría psicodinámica coinciden que la mala crianza, la expectación de los progenitores impactan en las cualidades de su forma de ser del sujeto y en la creación de la procrastinación; de esta forma, los colegiales podrían encontrarse agobiados por la aprobación de sus progenitores que cuestionan su eficiencia académica y la elevada sobrevaloración que recae en ellos; por esa razón, los púber eligen una actitud desafiante que se ve reflejada en la procrastinación académica que se aprecia en el ámbito

educativo, en el nexo maestro-alumno. Es decir, la procrastinación académica es el temor de no concluir con las metas propuestas, por esta razón, los estudiantes desatienden sus tareas a pesar de tener capacidades y destrezas para conseguir lo que se proponen.

#### *Teoría del conductismo*

Según Skinner (1977) presenta un modelo conductual, el cual refiere que un comportamiento perdura cuando es repetitiva, y persiste por sus consecuencias; desde esta perspectiva, la procrastinación es la praxis que realiza el individuo al efectuar tareas que involucren satisfacción a corto plazo; por ello, los estudiantes no realizan sus labores académicas, ya que supone un éxito a largo plazo, a su vez esta conducta de aplazamiento es reforzado tácitamente obteniendo recompensas en corto tiempo; asimismo, es dilatar las tareas que son poco atractivas para un después (Ferrari, et al. 1995).

Es decir, la procrastinación puede verse como una conducta de escape o evitación. Según Honig (1966) representa la condición huida cuando un individuo comienza a realizar una labor y luego la aborta y la tarea queda incompleta (citado por Ferrari et al. 1995, p29). Además, un condicionamiento de evitación es cuando el comportamiento nunca se emprende y se evita por completo.

#### *Teoría racional emotiva conductual (TREC)*

Para Ellis y Knaus (1979), esta perspectiva expone que los desequilibrios emocionales se suscitan por las creencias irracionales o autocríticas sobre las circunstancias que vive, las consecuencias se dan de forma emocional o conductual desfavorables. La procrastinación comienza con una percepción y sentimiento negativo sobre una actividad o situación, es un problema de desempeño impulsado emocionalmente donde el tiempo es un factor importante (Knaus, 2016).

Busko (1998) indica que la procrastinación está relacionado a pensamientos orientados al perfeccionismo; indicando que, si la persona se impone expectativas perfeccionistas, tenderá a internalizarlos en exceso, llevándolo a tener miedo al fracaso, falta de confianza en sí mismo y preocupación sobre la capacidad de cumplir con las expectativas de sí mismo y del entorno (los padres, maestros y amigos); de este modo, los alumnos se imponen a sí mismos exigencias poco razonables y evitan el fracaso, esto conlleva a comportamientos procrastinadores que afectan su rendimiento académico. Asimismo, señala que aquellos individuos que procrastinan en situaciones cotidianas tienden a posponer situaciones específicas en lo académico, porque carecen de motivación y autorregulación.

### **Dimensiones**

Según Busko (1998), la postergación de actividades es el hecho de aplazar actividades o situaciones académicas que deben atenderse de forma prioritaria. En medio peruano Álvarez (2010), tradujo y adaptó la prueba EPA, para adolescentes con un solo factor, no obstante, Chávez (2019), considera dos dimensiones:

1. **Autorregulación académica** “se entiende como la acción reguladora que una persona ejerce en los distintos momentos de su proceso de aprendizaje” (García, 2012, p. 206), para un estudiante se le dificulta tener autorregulación académica si no se conoce a sí mismo sus sentimientos, sus estilos y estrategias de aprendizaje.
2. **Postergación de actividades** se entiende como el aplazamiento de tareas académicas, teniendo la oportunidad de llevarlas a cabo en el momento oportuno.

## **2.3. Formulación de hipótesis**

### **2.3.1. Hipótesis general**

Existe relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

### **2.3.2. Hipótesis específicas**

Existe relación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

Existe relación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

Existe relación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

Existe relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.

## **CAPÍTULO III: METODOLOGÍA**

### **3.1. Método de investigación**

El método que se usó fue el hipotético deductivo, que es definido por Hernández y Mendoza (2018) como un procedimiento científico que busca a partir de una premisa general a lo particular llegar a nuevas predicciones empíricas, las que a su vez el investigador somete a prueba para comprobar su veracidad.

### **3.2. Enfoque de la investigación**

El enfoque de la investigación fue cuantitativo que se da mediante procesos, secuenciales y probatorios, usa la recolección de los datos para probar las hipótesis en base a la medición numérica y el análisis estadístico (Hernández et al. 2010) que se dará en las variables estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa privada en Huaycán.

### **3.3. Tipo de investigación**

El tipo de investigación fue básico, según Baena (2017), “es el estudio de un problema, destinado exclusivamente a la búsqueda de conocimiento” (p.17). Con esta investigación fundamental se pretende aportar nuevos conocimientos, de forma sistemática en las variables estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa privada en Huaycán

El nivel de investigación fue correlacional, el investigador pretende analizar el grado de asociación de diversos fenómenos entre sí, o sí por el contrario no existe relación entre ellos Tamayo (2004). Es decir, la relación recíproca de las variables estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa privada en Huaycán.

### 3.4. Diseño de investigación

El diseño de investigación fue no experimental, según Hernández et al. (2010,) define como “estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observan los fenómenos en su ambiente natural para analizarlos” (p.149); y de corte transversal, son aquellos en los que se recolectan datos en un sólo momento, en un tiempo único y su propósito es recolectar datos (Hernández y Mendoza, 2018, p.177). La investigación que se llevará a cabo de las variables estrés y procrastinación académica se dará mediante un inventario y escala donde se recolectarán los datos en un solo momento y no se manipuló ninguna variable.

### 3.5. Población, muestra y muestreo

#### Población

Según Arias (2012) “La población, o en términos más precisos población objetivo, es un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación” (p.81). La población que conforma esta investigación, serán los alumnos de una IEP Euler de Huaycán- Ate-Vitarte, de ambos sexos, entre 12 y 17 años, pertenecientes a nivel de educación secundaria.

#### Tabla 1

*Población de estudiantes de la I.E.P. Euler de Huaycán-Ate, Vitarte*

	N
1 de secundaria	16
2 de secundaria	23
3 de secundaria	19
4 de secundaria	34
5 de secundaria	29
<b>Total</b>	<b>121</b>

*Nota:* Total de la población de estudiantes del nivel secundaria.

## Muestra

La muestra es un subgrupo de la población o universo, además se utiliza por economía de tiempo y recursos, asimismo, se requiere delimitar la población para generalizar resultados y establecer parámetros Hernández, et al (2014, p.171). Se seleccionó de la IEP Euler de Huaycán- Ate, a estudiantes de 1 a 5 de secundaria, con edades de 12 a 17 años, de ambos géneros.

$$n = \frac{NZ^2pq}{e^2(N - 1) + Z^2pq}$$

N=Población

Z=1,96

p=0,5

q=0,5

e=0,05

Con respecto al cálculo realizado se requiere 92 individuos como mínimo para conformar la muestra.

### Tabla 2

*Muestra de estudiantes de una IEP de Huaycán-Ate*

	N°
1 de secundaria	11
2 de secundaria	17
3 de secundaria	13
4 de secundaria	28
5 de secundaria	23
<b>Total</b>	<b>92</b>

*Nota:* Cálculo de los estudiantes que conforman la muestra.

## **Muestreo**

El muestreo por conveniencia es un método de muestreo no probabilístico. Permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador, (Otzen y Manterola, 2017, p.230). Para ello se empleó lo siguientes criterios:

### Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en el periodo 2023
- Estudiantes de nivel secundaria de 12 a 17 años y de ambos sexos.
- Estudiantes que acepten ser parte de la investigación

### Criterios de exclusión

- Estudiantes que hayan desertado en el periodo 2023
- Estudiantes de nivel primaria.
- Estudiantes menores de 11 y mayores de 18 años
- Estudiantes que no acepten ser parte de la investigación

### 3.6 Variables y operacionalización

**Tabla 3**

*Matriz operacional de la variable de estrés académica*

Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala y valores	Nivel y rango
El estrés académico es un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares. (Barraza, 2007)	El estrés académico será medido a través del Inventario de estrés académico SISCO, compuesta por 29 ítems divididos en cuatro dimensiones adaptado por Quito (2019)	Estímulos estresores	- Sobrecargas de tareas. - Evaluaciones - Personalidad del profesor	3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10		Bajo: [0-10] Medio: [11-21] Alto: [22-32]
		Síntomas o reacciones	- Físicas - Psicológicas	11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22	Nunca (0) Rara vez (1) Algunas veces (2) Casi siempre (3) Siempre (4)	Bajo: [0-15] Medio: [16-32] Alto: [33-48]
		Manifestaciones conductuales de estrés.	- Comportamentales - Conductuales	23, 24, 25		Bajo: [0-3] Medio: [4-8] Alto: [9-12]
		Estrategias de afrontamiento	- Asertividad - Autocontrol - Autofelicitación	26, 27, 28, 29, 30, 31		Bajo: [0-7] Medio: [8-16] Alto: [17-24]

**Tabla 4***Matriz operacional de la variable procrastinación académica*

<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición operacional</b>	<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escalas y valores</b>	<b>Nivel y rango</b>
La procrastinación académica está relacionado a pensamiento orientado al perfeccionismo, los alumnos se imponen a sí mismos exigencias poco razonables y evitan el fracaso (Busko, 1998)	La procrastinación académica será medida a través de la Escala de Procrastinación Académica que está compuesta por 11 ítems divididos en dos dimensiones adaptada por Chávez (2019)	Autorregulación académica	- Regulación y control de tiempo - Estrategias y hábitos de estudio	1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11	S Siempre (1) CS Casi siempre (2) A A veces (3) CN Pocas veces (4) N Nunca (5)	Bajo: [9-20] Medio: [21-33] Alto: [34-45]
		Postergación de actividades	- Postergación de tareas	5, 6		Bajo: [2-4] Medio: [5-7] Alto: [8-10]

### **3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos**

#### **3.7.1. Técnica**

Se usó la técnica psicométrica, el cual es definido por como un procedimiento estandarizado compuesto por ítems seleccionados y organizados, concebidos para provocar en el sujeto ciertas reacciones registrables; reacciones de toda naturaleza en cuanto a su complejidad, duración, forma, expresión y significado (Aliaga, 2006 p.87).

#### **3.7.2. Descripción**

**Instrumento:** El instrumento es la escala psicométrica, los cuales son:

##### **Estrés Académico**

**Nombre:** Inventario SISCO del Estrés Académico

**Autor:** Barraza (2007)

**Adaptación:** Quito (2019)

**Administración:** Individual o Colectiva

**Duración:** de 10 a 20 minutos.

**Aplicación:** Estudiantes de nivel secundaria y universitarios.

**Significación:** evaluar la magnitud e intensidad del estrés académico que sufren los colegiales.

**Descripción:** está conformada de 31 reactivos repartidos según Quito (2019) divididos en 4 dimensiones: estímulos estresores conformado por 8 reactivos (3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10); síntomas o reacciones, por 12 reactivos (11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20,21,22); manifestación por 3 reactivos (23,24,25); y estrategias de afrontamiento conformada por 6 reactivos (26, 27, 28, 29, 30, 31). La estructura principal está compuesta de 29 ítems mencionados anteriormente, con una escala tipo Likert, que se califican en; nunca (0), rara vez (1), algunas veces (2), casi siempre (3) y siempre (4).

**Tabla 5***Interpretación de estrés académico*

	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
Estímulos estresores	[0-10]	[11-21]	[22-32]
Síntomas o reacciones	[0-15]	[16-32]	[33-48]
Manifestaciones	[0-3]	[4-8]	[9-12]
Estrategias de afrontamiento	[0-7]	[8-16]	[17-24]
<b>Estrés académico</b>	<b>[0-38]</b>	<b>[39-77]</b>	<b>[78-116]</b>

*Nota:* Baremos del inventario SISCO del estrés académico. Fuente: elaboración propia

**Procrastinación Académica**

**Nombre:** Escala de Procrastinación Académica (EPA)

**Autor:** Busko (1998).

**Adaptación:** Chávez (2019).

**Administración:** Individual o colectiva

**Duración:** promedio de 8 a 12 minutos aproximadamente.

**Aplicación:** para adolescentes entre 12 a 17 años.

**Significación:** Evaluar las conductas procrastinadoras.

**Descripción:** En cuanto a la composición de la escala de tipo Likert, está conformada por dos dimensiones y 11 ítems, postergación de actividades (5, 6) y autorregulación académica (1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 11), los cuales se califican en: siempre (1), casi siempre (2), a veces (3), pocas veces (4) y nunca (5).

**Tabla 6***Interpretación de procrastinación académica*

	<b>Bajo</b>	<b>Medio</b>	<b>Alto</b>
Autorregulación académica	[9-20]	[21-33]	[34-45]
Postergación de actividades	[2-4]	[5-7]	[8-10]
<b>Procrastinación académica</b>	<b>[11-25]</b>	<b>[26-40]</b>	<b>[41-55]</b>

*Nota:* Baremos de la procrastinación académica (EPA). Fuente: elaboración propia

### 3.7.3. Validación

#### **Instrumento 1: Inventario SISCO del Estrés Académico**

**Original:** La prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa en .000, y la prueba KMO de adecuación de la muestra alcanzó un valor .762, además se aplicó r de Pearson síntomas (r .895), estresores (r .769) y afrontamiento (r .675). Estas tres dimensiones (síntomas, estresores y estrategias de afrontamiento) explican el 46% de la varianza total de sus 29 ítems (Barraza, 2007).

**Adaptado:** Con respecto al Inventario SISCO del estrés académico, según Quito (2019) en la población peruana la validez de contenido se dio a través del V de Aiken, obteniendo un puntaje de 1 en la mayoría de los reactivos, no obstante, en los ítems 18, 19, 20, 26 y 31 lograron una puntuación 0.97, esto mediante 10 juicio de expertos. Además, la validez de constructo mediante el AFC:  $X^2 / gl$  (2.982), GFI (0.924), RMSE (0.045) y CFI (0.921). El estudio arrojó 4 factores (estímulos estresores, síntomas, manifestaciones y estrategias de afrontamiento) con una varianza total del 48.05% en sus 29 ítems.

#### **Instrumento 2: La Escala de Procrastinación en Adolescentes (EPA)**

**Original:** Según Busko (1998) en Canadá, para su modelo final explora la relación recíproca entre Y1(perfeccionamiento autoorientado) y Y2(procrastinación académica) todas las gamas tienen valores de t mayores o iguales a 1.  $R^2 = .403$  para Y1 y  $.609$  para Y2, explicando el 40% y 60% de la varianza. La probabilidad ( $P = .0731$ ) para chi cuadrado, GFI de 0.973, MI de 1.68.

**Adaptado:** La validez de contenido en la población peruana se dio a través de juicio de expertos y se usó V de Aiken, obteniendo puntajes entre 0.80 y 1 en los reactivos, y la validez de constructo por medio del AFC sus valores son: de  $X^2 / gl$  de 7.516, CFI (0.858), GFI (0.770), RMSEA (0.760), TLI de 0.813 y SRMR de 0.0740, por otro lado, Hubo 5 ítems con indicadores bajos (1,3,4,15,16), lo cual recomienda que sean eliminados, quedando 11 ítems

distribuidos en dos factores (autorregulación académica y postergación de actividades) que explican el 52.63% de la varianza (Chávez, 2019).

### **3.7.4. Confiabilidad**

#### **Instrumento 1: Inventario SISCO del Estrés Académico**

*Original:* Según Barraza (2007), en México obtuvo 0.87 de confiabilidad por el método de mitades y Alfa de Cronbach de 0.90, lo que representa una alta confiabilidad.

*Adaptado:* En el contexto peruano, la consistencia interna en Alfa de Cronbach (0.916) y de coeficiente Omega de Mc Donald (0.918), lo que presenta una alta confiabilidad (Quito, 2019).

#### **Instrumento 2: La Escala de Procrastinación Académica en Adolescentes (EPA)**

*Original:* Obtuvo una consistencia interna de 0.86 en Alfa de Cronbach, lo cual refiere una alta confiabilidad (Busko, 1998).

*Adaptación:* Con respecto a la escala de procrastinación académica (EPA) en el contexto peruano, la consistencia interna según Chávez (2019), se evidencia por el coeficiente de Alfa de Cronbach 0.841 y coeficiente Omega de Mc Donald 0.85, lo que permite concluir que la EPA presenta alta confiabilidad.

### **3.8. Procesamiento y análisis de datos**

Se realizó la investigación, con la solicitud a la directora del centro educativo para la aprobación; después, se entablo conversación con el coordinador académico y la psicóloga del plantel para poder llevar a cabo la recolección de los datos.

La recopilación de datos se llevó a cabo de manera presencial, mediante El Inventario Sisco del Estrés Académico y La Escala de Procrastinación Académica. Por otra parte, el seguimiento se llevó a cabo por el número de cuestionarios contestados, ya que se contrasta por el número de estudiantes que hay en la institución educativa del nivel secundaria. Posteriormente, los datos serán organizados en una hoja Excel para su posterior análisis.

Por otro lado, se inició el procesamiento estadístico elaborando tablas de frecuencias tanto para las sociodemográficas como las variables de estudio. Por otro lado, para el análisis inferencial se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov para comprobar la distribución de los datos y de ese modo, determinar el uso de la prueba de correlación de Pearson o Spearman, a un nivel de significación del  $0.05(\alpha)$ .

### **3.9. Aspectos éticos**

En relación al estudio, se usó diversas normas éticas para garantizar que se cumplan los requisitos de una investigación adecuada. En primer lugar, se brindó a los participantes información respetuosa sobre la investigación para que puedan elegir de manera voluntaria su participación. Se les proporcionó un formulario de asentimiento informado para que puedan tomar una decisión consciente y tendrán la libertad de retirarse en cualquier momento, lo que reflejará la autonomía. Además, se tomó precaución para proteger la privacidad y confidencialidad de los datos proporcionados por los participantes, lo que reflejará el principio de no maleficencia. Se actuó con justicia durante la aplicación de las pruebas, proporcionando las mismas oportunidades a todos sin preferencias o privilegios.

## CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

### 4.1 Resultados

#### 4.1. Análisis descriptivo de resultados

**Tabla 7**

*Distribución para la edad*

Edad	<i>f</i>	%
12 años	9	7.4 %
13 años	22	18.2 %
14 años	15	12.4 %
15 años	30	24.8 %
16 años	35	28.9 %
17 años	10	8.2 %
Total	121	100 %

En la tabla 7, se evidencian los resultados de la distribución de la edad, se demuestra que el grupo de 16 años predominó con el 28.9%, seguido del grupo de 15 años con el 24.8%; por otro parte, en menor porcentaje se encontró el grupo de 12 años con el 7.4%.

**Tabla 8**

*Distribución para el sexo*

Sexo	<i>f</i>	%
Femenino	61	50.4 %
Masculino	60	49.6 %
Total	121	100 %

En la tabla 8, se evidencian los resultados de la distribución del sexo, se demuestra que el 50.4% de los estudiantes son mujeres y el 49.6% son estudiantes varones.

**Tabla 9***Distribución para el grado de estudios*

Grado	<i>f</i>	%
Primero grado	16	13.2 %
Segundo grado	23	29 %
Tercero grado	19	15.7 %
Cuarto grado	34	28.1 %
Quinto grado	29	24 %
Total	121	100 %

En la tabla 9, se evidencian los resultados de la distribución del grado de estudios, se demuestra que el 29% cursó el segundo grado de secundaria, seguido del 28.1% que cursó el cuarto grado, continuando con el 24% que se encontró en el quinto grado; en menor medida, se encontró el grupo de primer grado con el 13.2%.

**Tabla 10***Distribución para la variable estrés académico y dimensiones*

Dimensión / Variable	Baja		Media		Alta	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Estímulos estresores	8	6.6	80	66.1	33	27.3
Síntomas o reacciones	22	18.2	77	63.6	22	18.2
Manifestaciones conductuales	47	38.8	63	52.1	11	9.1
Estrategias de afrontamiento	25	20.7	83	68.6	13	10.7
Estrés académico	4	3.3	93	76.9	24	19.8

En la tabla 10, se evidencia que en la dimensión manifestaciones conductuales predominó el nivel bajo con el 38.8%; mientras que el nivel medio lideró en las dimensiones: estrategias de afrontamiento (68.6%), estímulos estresores (66.1%) y síntomas o reacciones (63.6%); de igual manera, para la variable estrés académico con el 76.9%.

**Tabla 11**

*Distribución para la variable procrastinación académica y dimensiones*

Dimensión / Variable	Baja		Media		Alta	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Autorregulación académica	27	22.3	89	73.6	5	4.1
Postergación de actividades	37	30.6	52	43.0	32	26.4
Procrastinación académica	11	9.1	85	70.2	25	20.7

En la tabla 11, se evidencia que en el nivel medio lideró en las dimensiones: Autorregulación académica (73.6%) y postergación de actividades (43%); de igual forma, con la variable procrastinación académica con el 70.2%.

**Tabla 12**

*Prueba de bondad de ajuste normal*

Variables	K-S	Gl.	Sig.
Estímulos estresores	.077	121	.075
Síntomas o reacciones	.073	121	.174
Manifestaciones conductuales	.093	121	.012
Estrategias de afrontamiento	.111	121	.001
Estrés académico	.076	121	.200*
Procrastinación académica	.071	121	.200*

En la tabla 16, se presentan los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, encontrando para las dimensiones manifestaciones conductuales y estrategias de afrontamiento no se encontraron una distribución normal ( $p < 0.05$ ); sin embargo, para las dimensiones estímulos estresores, síntomas o reacciones y las variables estrés académico y procrastinación académica si se evidenció la presencia de normalidad ( $p > 0.05$ ). Debido a estos resultados, se optó por utilizar métodos estadísticos paramétricos para el primer caso mediante la prueba de correlación de Pearson y estadística no paramétrica para el segundo caso a través de la prueba de correlación de Spearman.

## 4.2 Prueba de hipótesis

### Hipótesis general de la investigación:

Existe relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

### Hipótesis estadística

Ho: No existe correlación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

H1: Existe correlación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si  $p \leq 0.05$  entonces se rechaza la Ho.

Si  $p > 0.05$  entonces no se rechaza la Ho.

### Tabla 13

#### Correlación entre el estrés académico y procrastinación académica

		Procrastinación académica
Estrés académico	r	-0.234
	Sig.	0.010

Nota: Coeficiente de Pearson, p= probabilidad de significancia

En la tabla 13, se evidencia que existe una correlación negativa y significativa de nivel bajo entre estrés académico y procrastinación académica ( $r=-0.234$ ;  $p=0.010<0.05$ ); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que se corrobora que existe correlación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán.

### Hipótesis específica 1 de la investigación:

Existe relación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

*Hipótesis estadística*

Ho: No existe correlación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

H1: Existe correlación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si  $p \leq 0.05$  entonces se rechaza la Ho.

Si  $p > 0.05$  entonces no se rechaza la Ho.

**Tabla 14***Correlación entre el estímulo estresores y procrastinación académica*

		Procrastinación académica
Estímulos estresores	r	-0.133
	Sig.	0.146

*Nota:* Coeficiente de Pearson, p= probabilidad de significancia

En la tabla 14, se evidencia que no existe una correlación significativa entre los estímulos estresores y procrastinación académica ( $r=-0.133$ ;  $p=0.146 > 0.05$ ); es así que se acepta la hipótesis nula; por lo que se corrobora que no existe correlación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán.

**Hipótesis específica 2 de la investigación:**

Existe relación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

*Hipótesis estadística*

Ho: No existe correlación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

H1: Existe correlación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si  $p \leq 0.05$  entonces se rechaza la Ho.

Si  $p > 0.05$  entonces no se rechaza la Ho.

### Tabla 15

*Correlación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica*

		Procrastinación académica
Síntomas o reacciones ante el estrés	r	-0.217
	Sig.	0.017

*Nota:* Coeficiente de Pearson, p= probabilidad de significancia

En la tabla 15, se evidencia que existe una correlación, significativa y de nivel bajo entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica ( $r=-0.217$ ;  $p=0.017<0.05$ ); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que se corrobora que existe correlación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán.

### **Hipótesis específica 3 de la investigación:**

Existe relación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

#### *Hipótesis estadística*

Ho: No existe correlación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

H1: Existe correlación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si  $p \leq 0.05$  entonces se rechaza la  $H_0$ .

Si  $p > 0.05$  entonces no se rechaza la  $H_0$ .

### Tabla 16

*Correlación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica*

		Procrastinación académica
Manifestaciones conductuales de	rho	-0.235
estrés	Sig.	0.009

*Nota:* Rho= Coeficiente de Spearman. p= probabilidad de significancia

En la tabla 16, se evidencia que existe una correlación negativa, significativa y de nivel bajo entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica ( $\rho = -0.235$ ;  $p = 0.009 < 0.05$ ); es así que se rechaza la hipótesis nula; por lo que se corrobora que existe correlación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán.

### **Hipótesis específica 4 de la investigación:**

Existe relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

#### *Hipótesis estadística*

$H_0$ : No existe correlación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

H1: Existe correlación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2024.

Nivel de significancia: 0.05

Regla de decisión: Si  $p \leq 0.05$  entonces se rechaza la  $H_0$ .

Si  $p > 0.05$  entonces no se rechaza la  $H_0$ .

### Tabla 17

*Correlación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica*

		Procrastinación académica
Estrategias de afrontamiento al estrés	rho	0.026
	Sig.	0.779

*Nota:* Rho= Coeficiente de Spearman. p= probabilidad de significancia

En la tabla 17, se evidencia que no existe correlación significativa entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica ( $\rho=0.026$ ;  $p=0.779>0.05$ ); es así que se acepta la hipótesis nula; por lo que se corrobora que no existe correlación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán.

### 4.3. Discusión de resultados

Con respecto a la hipótesis general, se comprobó que existe una relación entre estrés académico y procrastinación académica, en los estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, donde se encontró que las variables se correlacionan de forma negativa, significativa de nivel bajo entre estrés académico y procrastinación académica ( $r=-0.234$ ;  $p=0.010<0.05$ ) lo que indica que a mayores niveles de estrés académico, los estudiantes presentaran menos conductas procrastinadoras. Es decir, que el desarrollo del estrés académico es un proceso sistémico de carácter adaptativo y

esencialmente psicológico donde los estudiantes se ven sometidos a una serie de demandas que, bajo su valoración, son considerados estresores (Barraza, 2007) esto hace que reduzcan sus pensamientos de perfeccionismo, dejándose de imponer a sí mismos exigencias poco razonables para evitar el fracaso (Busko, 1998). Estos resultados son diferentes a lo encontrado por Hernández (2023), quien manifestó que existe correlación, positiva, significativa de nivel alto entre las variables de estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de colegio público ( $r=0.878$ ;  $p=0.000<0.05$ ) es decir, a mayor procrastinación académica en los escolares, estos desarrollaran mayor estrés académico. Al parecer, ante la exposición a estrés académico, los de colegio privado dejan de procrastinar, mientras que lo de colegio público procrastinan más. En un colegio particular hay mayor exigencia por parte de los profesores, lo cual se ve reflejado al momento de la entrega de los trabajos y proyectos académicos, es de esta forma en que el alumno demuestra su eficacia y motivación, la cual reduce la procrastinación. Mientras que en el colegio público los estudiantes se encuentran con el desinterés de los docentes, la falta de responsabilidad y autorregulación en sus actividades académicas hacen que inevitablemente haya un nivel alto de procrastinación. Entonces a partir de estos hallazgos se evidencia, que el trabajo académico bajo presión en condiciones adversas de tiempo o de sobrecarga de tareas, el estudiante mantiene la eficiencia en el desarrollo de sus actividades académicas y esto no le permite procrastinar.

Por otra parte, se comprobó que no existe una relación entre estímulos estresores y procrastinación académica ( $r=-0.133$ ;  $p=0.146>0.05$ ); lo que significa que la percepción de estímulos internos o externos evaluados como amenazantes o demandantes desde la propia experiencia o personalidad (Holmes y Rahe, 1967) no necesariamente hará que los alumnos evalúen aplazar la presentación de sus tareas, sobre todo si estas actividades son poco motivadoras, muy tediosas o poco gratas (Manchado y Hervías, 2021). Estos resultados

coinciden con Pauccara (2021) quien refiere que no existe correlación entre procrastinación académica y estímulos estresores ( $\rho=-0.042$ ;  $p=0.66>0.05$ ). Esto implicaría que la percepción de estímulos estresores puede generar un efecto positivo (disciplina académica) o negativo (procrastinación académica) de manera indistinta pues se basan en sus experiencias de vida y el tipo de personalidad que tenga.

Por otro lado, se comprobó que existe una correlación negativa, significativa y de nivel bajo entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica ( $r=-0.217$ ;  $p=0.017<0.05$ ); es decir, los síntomas o reacciones físicas y psicológicas adversas experimentadas por los estudiantes en el ámbito académico (Águila, et al. 2015), conlleva a reducir las conductas dilatorias o de aplazamiento de las actividades académicas (Quant y Sánchez, 2012). Estos resultados son diferentes a lo encontrado por Castillo (2021) quien manifiesta que existe una correlación positiva, significativa y de nivel bajo entre síntomas y procrastinación académica ( $p=0.016<0.05$ ), es decir que a mayores niveles de procrastinación académica aumenta los síntomas de estrés. Al parecer, el estudiante con miedo de desaprobación, como síntoma de estrés, hace que se eleven su motivación y sus niveles de concentración en las actividades académicas, evitando posponer o aplazar la entrega oportuna de tareas o exposiciones. Mientras, los otros estudiantes pueden estar desanimados para realizar las labores académicas, posponiéndolas de forma consciente, y esto incrementa los síntomas de estrés debido la acumulación de actividades sin atender.

Asimismo, se comprobó que existe una correlación negativa, significativa y de nivel bajo entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica ( $\rho=-0.235$ ;  $p=0.009<0.05$ ). Es decir, cuando los estudiantes están más propensos a reconocer las conductas de evasión o aislamiento como perjudiciales para su rendimiento académico (Ghatol, 2019), entonces reducirán el nivel de aplazamiento o postergación de las tareas y responsabilidades académicas, con el objetivo de evitar el fracaso y cumplir con las

expectativas educativas (Ferrari et al., 1995). Estos resultados son diferentes a lo encontrado por Villavicencio (2021), quien manifestó que no existe correlación entre autorregulación académica con las dimensiones de estrés académico ( $p > .05$ ). Las diferencias entre ambas investigaciones radican en que los estudiantes de este estudio buscan soporte social y trabajar en equipo y por ello se reducen las postergaciones innecesarias. No obstante, en el otro estudio, los alumnos son indiferentes a los resultados, si se presentan a las clases o se aíslan, igual procrastinan.

Finalmente, se comprobó que no existe correlación significativa entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica ( $\rho = 0.026$ ;  $p = 0.779 > 0.05$ ); esto significa que, los esfuerzos cognitivos, psicoemocionales y comportamentales que realizan los estudiantes para manejar las exigencias y recuperar su bienestar (Lazarus y Folkman 1986) no parecen estar relacionados con su tendencia a procrastinar en el ámbito académico (Díaz, 2019). Los resultados son diferentes a lo encontrado por Valle (2019) quien encontró correlación negativa, significativa y de nivel bajo entre la procrastinación académica y las estrategias de afrontamiento del estrés ( $\rho = -0.046$ ;  $p = 0.001 < 0.05$ ) es decir que, a mayores niveles de estrategias de afrontamiento, los estudiantes presentaran menos conductas procrastinadoras. Las diferencias entre ambas investigaciones radican en que, en el primer caso, los alumnos hacen una valoración de las exigencias de su entorno y toman decisiones en el momento, de aplazar sus labores académicas o realizarlos. Mientras que, en el segundo caso, los estudiantes hacen uso de técnicas como resolución de problemas, ponen en práctica sus habilidades asertivas para poder mitigar los efectos del estrés y por ende va a influir en las conductas procrastinadoras que se puedan dar en el aula.

## CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 5.1. Conclusiones

Primera: En cuanto al objetivo general, se determinó que hay una correlación significativa negativa entre estrés académico y procrastinación académica ( $r=-0.234$ ;  $p=0.010<0.05$ ), lo que indica que, a mayores niveles de estrés académico, los estudiantes reducen sus conductas procrastinadoras; es decir, ante la presión en condiciones adversas de tiempo o de sobrecarga de tareas, el estudiante mantiene la eficiencia en el desarrollo de sus actividades académicas y esto no le permite procrastinar.

Segunda: En relación con el primer objetivo específico, se determinó con los resultados estadísticos que no existe correlación entre estímulos estresores y procrastinación académica ( $r=-0.133$ ;  $p=0.146>0.05$ ). Esto implicaría que la percepción de estímulos estresores puede generar un efecto positivo (disciplina académica) o negativo (procrastinación académica) de manera indistinta pues se basan en sus experiencias de vida y el tipo de personalidad que tenga el estudiante.

Tercera: Con respecto al segundo objetivo específico, se determinó con los resultados estadísticos que hay una correlación significativa entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica ( $r=-0.217$ ;  $p=0.017<0.05$ ), es decir que a medida que aumentan los síntomas o reacciones ante el estrés, disminuye la procrastinación académica. Al parecer, el miedo a desaprobación, hace que se eleven los niveles de motivación y concentración del estudiante, evitando posponer o aplazar la entrega oportuna de tareas o exposiciones.

Cuarta: Acerca del tercer objetivo específico, se determinó con los resultados estadísticos que existe correlación entre manifestaciones conductuales y procrastinación académica ( $\rho=-0.235$ ;  $p=0.009<0.05$ ), es decir, los estudiantes que experimentan manifestaciones conductuales de estrés también procrastinan.

Quinta: Por lo que se refiere al cuarto objetivo específico, se determinó que no existe correlación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica ( $\rho=0.026$ ;  $p=0.779>0.05$ ), es decir los estudiantes procrastinan utilicen o no estrategias de afrontamiento.

## 5.2. Recomendaciones

- Primera: Para la institución educativa, desarrollar programas de intervención que puedan mitigar los efectos del estrés académico y procrastinación académica.
- Segunda: Para la institución educativa, capacitar a los profesores y tutores para que puedan abordar las diferentes problemáticas que se pueden suscitar en los estudiantes para así contribuir a su bienestar.
- Tercera: Para los tutores, concientizar a los alumnos para que sigan las recomendaciones que se les brinde en los programas que se den en la institución educativa.
- Cuarta: Para el área de psicología, integrar prácticas de meditación o mindfulness.
- Quinta: Para futuras investigaciones, replicar la presente investigación en diferentes sectores geográficos para ampliar los conocimientos e intervenciones futuras para mejorar el bienestar de los estudiantes.

## REFERENCIAS

- Acosta, K. y Rúa, L. (2021). *Estrés Académico y Bullying en los Adolescentes del Distrito de San Juan de Lurigancho – 2021*. [Tesis de licenciatura]. Universidad César Vallejo. Lima, Perú.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/74766/Acosta\\_VK-Rua\\_CLR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/74766/Acosta_VK-Rua_CLR-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Águila, A., Calcines, M., Monteagudo, R. y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=en](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742015000200013&lng=es&tlng=en).
- Aliaga, J. (2006). Psicometría: Test psicométricos, confiabilidad y validez. *Psicometría* 85-108. [http://files.biblio15.webnode.cl/200000008-ada49ae9b5/Aliaga,%20J.%20\(2006\)%3B%20Psicometr%C3%ADa.%20Test%20psicom%C3%A9tricos,%20confiabilidad%20y%20validez.pdf](http://files.biblio15.webnode.cl/200000008-ada49ae9b5/Aliaga,%20J.%20(2006)%3B%20Psicometr%C3%ADa.%20Test%20psicom%C3%A9tricos,%20confiabilidad%20y%20validez.pdf)
- Alvarez, K. y Cerrón, N. (2020). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica* [Tesis de licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio institucional - Universidad Continental.  
[https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8378/3/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Alvarez\\_Cerron\\_2021.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8378/3/IV_FHU_501_TE_Alvarez_Cerron_2021.pdf)
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, (13),159-177.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147118212009>

- Arias, F. (2012). El Proyecto de Investigación. *Editorial Episteme* (6), 1-138.  
[https://trabajosocialudocpno.files.wordpress.com/2017/07/fidias\\_g-arias-el\\_proyecto\\_de\\_investigacion\\_3a3c2b3n\\_6ta\\_edicion\\_3a3c2b3n1.pdf](https://trabajosocialudocpno.files.wordpress.com/2017/07/fidias_g-arias-el_proyecto_de_investigacion_3a3c2b3n_6ta_edicion_3a3c2b3n1.pdf)
- Atalaya, C. y García, L. (2020). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista De Investigación En Psicología*, 22(2), 363–378.  
<https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Baena, G. (2017). *Metodología de la investigación*. Editorial Patria. 3, 1-157  
<https://docplayer.es/116261764-Metodologia-de-la-investigacion.html>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 3(9), 110-129.  
<https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol9num3/art6vol9no3.pdf>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Psicología Científica.com*, 8(17). <http://www.psicologiacientifica.com/estres-academico-modelo-conceptual>
- Barraza, A. (2007). El Inventario SISCO de estrés académico. *Revista Investigación Educativa Duranguense (INED)*, (7) 89 – 93.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2358921>
- Barraza, A. y Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *Revista de Investigación Educativa*, (28), 132-151.  
<https://doi.org/10.25009/cpue.v0i28.2602>
- Berrio, N. y Mazo R. (2012). Estrés Académico. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 3(2), 55-82.  
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>

- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. [Master's Thesis]. University of Guelph. Guelph, Canadá. [https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko\\_DeborahA\\_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Carranza, R. y Ramírez, A. (2013). Procrastinación y características demográficas asociados en estudiantes universitarios. *Apuntes Universitarios. Revista de Investigación*, 3(2), 95-108. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=467646127006>
- Castillo, E. (2021). *Influencia del estrés académico en la procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa, Anta 2021*. [Tesis de Maestría]. Universidad César Vallejo. Lima, Perú. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69234/Castillo\\_FE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69234/Castillo_FE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cevállos, E., Larzabal, A. Mayorga, M. y Moreta, C. (2021). Factores sociodemográficos y educativos asociados a la procrastinación académica en adolescentes ecuatorianos. *Revista de Investigación Psicológica*, (26), 119-130. <http://www.scielo.org.bo/pdf/rip/n26/2223-3032-rip-26-119.pdf>
- Chan, L. (2011). Procrastinación académica como predictor en el rendimiento académico en jóvenes de educación superior. *Temát. psicol.* 7(1), 53-62. [https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista\\_tematica\\_psicologia\\_2011/chan\\_bazalar.pdf](https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/revista_tematica_psicologia_2011/chan_bazalar.pdf)
- Chiluisa, E. y Gaibor, I. (2022). Dependencia a los videojuegos y su relación con el estrés académico en adolescentes. *Científica Multidisciplinar*, 6(3), 1438-1459. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i3.2305](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2305)
- Chávez, E. (2019). *Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes del nivel secundaria de Instituciones Educativas Públicas del*

- Distrito de Comas, Lima 2019*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38033/Chavez\\_SEJ.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/38033/Chavez_SEJ.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una revisión de su medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*.51(2), 43-60.  
<https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art4.pdf>
- Domínguez, S. (2016). Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar*, 16(1), 20-30.  
<https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>
- Ellis, A. y Knaus, W. (1979). *Overcoming Procrastination: Or how to Think and Act Rationally in Spite of Life's Inevitable Hassles*. Signet.
- Escobar, E., Soria, B., López G. y Peñafiel, D. (2018). Manejo del estrés académico. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo*.  
[https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb\\_comment\\_id=1881566745289288\\_4030013307111277](https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html?fb_comment_id=1881566745289288_4030013307111277)
- Ferrari, J., Johnson, J. y McCown, W. (1995). *Procrastination and task avoidance: theory, research, and treatment*. Plenum Press.
- Frydenberg, E. y Lewis, R. (2000). *ACS, Escala de Afrontamiento para Adolescentes*. TEA-Ediciones.
- Fuentes, O. E. (2015). La organización escolar. Fundamentos e importancia para la dirección en la educación. *VARONA*, (61), 1-12.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3606/360643422005.pdf>

- García, M. (2012). La autorregulación académica como variable explicativa de los procesos de aprendizaje universitario. Profesorado. *Revista de Currículum y Formación de Profesorado*, 16(1),203-221.<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56724377012>
- Garzón, A. y Gil, J. (2017). El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista Complutense de Educación*, 28 (1), 307- 324.  
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/129363/49682-106714-1-PB.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ghatol, S. (2019) *Academic Stress among School Students*. Allied Publishers.
- González, M. y Sánchez, Á. (2013). ¿Puede amortiguar el Engagement los efectos nocivos de la Procrastinación Académica? *Revista Acción Psicológica*, 10(1),117-134.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=344030771012>
- Guamán, E. y Ticsalema, M. (2022). *Relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica en los y las adolescentes de 15 a 18 años, de la Unidad Educativa Municipal “Calderón”, en la ciudad de Quito, durante el año 2021*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Central del Ecuador.  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/26233/1/FIL-PEO-GUAMAN%20ERIKA%2c%20TICSALEMA%20MARITZA.pdf>
- Hernández, B. (2023). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima, 2022* [Tesis de Maestría]. Universidad César Vallejo. Lima-Perú. <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/109477>
- Hernández Sampieri, R, Fernández, C y Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. *McGraw-Hill*. (5), 1-656. <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>
- Hernández, R. y Mendoza C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. *McGraw-Hill*.

- Hernández, R.; Fernández, C. y Baptista, M. (2014). Metodología de la investigación  
*McGRAW-HILL* (6) 1-634 <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Holmes, H. y Rahe, R.(1967).The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research* (11) 213-218.
- Juárez, C. (2019). *Todo lo que querías saber sobre el estrés de la A a la Z*. Ed. Manual Moderno.
- Knaus, W. (2016) *Overcoming Procrastination for Teens: A CBT Guide for College-Bound Students*. New Harbinger.
- Lasluisa, M. (2020). *El estrés académico y su relación con el rendimiento académico en una muestra de adolescentes*. [Tesis de licenciatura]. Pontificia Universidad Católica Del Ecuador. Ambato, Ecuador.  
<https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3076/1/77248.pdf>
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Ediciones Martínez Roca.
- Lescano, S. (2021). Relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes de odontología de la Universidad De San Martín De Porras, 2019 [Tesis de Maestría].Universidad De San Martín De Porras. Lima, Perú.  
[https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8901/lescano\\_dssa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8901/lescano_dssa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Llacsá, J. (2018). *Funcionamiento familiar y procrastinación en adolescentes de una institución educativa de José Leonardo Ortiz*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Señor De Sipán. Pimentel, Perú.  
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/4963/Llacsá%20Montenegro%20Johana%20Jeraldi.pdf?sequence=1>

- Manchado, M. y Hervías, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Interdisciplinaria*, 38(2), 243-258. <https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.16>
- Mejía, C., Ruiz, F., Benites, D. y Pereda, W. (2018). Factores académicos asociados a la procrastinación. *Revista Cubana de Medicina General Integral*. 34(3), 61-70 <https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubmedgenint/cmi-2018/cmi183h.pdf>
- Melgosa, J. (2006) *Sin estrés*. Ed. Safeliz
- Moos, R. (2002). *CRIA, Inventario de Respuesta de Afrontamiento para Adultos*. TEA-Ediciones.
- Morales, S., Meza, R. y Rojas, J. (2021). Estrés académico en estudiantes mexicanos de nivel medio superior durante el confinamiento por COVID-19 (Academic stress in Mexican high school students during COVID-19 confinement). *Dilemas contemporáneos: Educación, política y valores*, 9, 1-21. <https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/78>
- Muñoz, F. (2004). *El estrés académico: Problemas y soluciones desde una perspectiva psicosocial*. Servicio de Publicaciones Universidad de Huelva.
- Navarro, J. (2021). *Estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de la I. E César Vallejo N°011 Tumbes, 2021* [Tesis de Maestría]. Universidad Cesar Vallejo.Lima,Perú.[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69846/Navarro\\_CJE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69846/Navarro_CJE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol.* 35(1), 227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>
- Padilla, M. (2017). Academic Procrastination: The Case of Mexican Researchers in Psychology. *American Journal of Education and Learning*, 2(2), 103-120. [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53573268/Padilla\\_2017\\_Pocrastinacion-](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53573268/Padilla_2017_Pocrastinacion-)

[libre.pdf?1497837814=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DAcademic+Procrastination+The+Case+of+Mexico.pdf&Expires=1676914498&Signature=QcU5pvxXOMW0mx5z4ZlyRPe0GiN6nh4wCu-S94rR1U~85htatGu3Rjw3gj77q3NKRuoSYFQoiDLgSBmAc-cfd~6JT7pXksqmHGkdi-DdCxuluv9GARJ0MkX0rQMZNVKKJwYPB-qRFg-ZLHNuRSXGbmPIcNglzw-ltoEND5eKO3Og0SD150NT0qNHkMMrIwhEC2pSAmdpyaA~EHNw58rrlCuRoLthHQ2Vc~~08BQ1DGID~zesK1gRx1A9Sc8VF90HIF0F7p6eZ825GOFgSskOB1MLF4M0y7GqotK6XXvemNO1BJoHJZLvB7LRC4inNMAvZ4KfgAZiBZ-VRNbEKKnGZg\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67807/Pauccara_CY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

- Pauccara, Y. (2021). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Puquio, Ayacucho*. [Tesis de Maestría]. Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67807/Pauccara\\_CY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/67807/Pauccara_CY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Quant, D. y Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: Concepto e implicaciones. *Revista Vanguardia Psicológica*. 3 (1), 45-59.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Quito, N. (2019). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa pública del distrito de Breña, 2019*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito\\_RNJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/36627/Quito_RNJE.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Sánchez, J. (2022). *El estrés académico y su relación con estrategias de afrontamiento en adolescentes en el contexto de educación virtual*. [Tesis de Licenciatura].

Universidad Técnica de Ambato. Ambato – Ecuador.  
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/34793/1/S%c3%a1nchez%20Espinosa%20Jessica%20Estefania%20-Repositorio.pdf>

Selye, H. (1956). *The stress of life*. New York. McGraw-Hill

Silva, M., López, J. y Meza, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79),75-83.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

Skinner, B.F. (1977). *Ciencia y conducta humana*. Fontanella.

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://www.researchgate.net/publication/6598646> The nature of procrastination a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure Psychol Bull 133 65-94

Steel, P. (2017) *Procrastinación: Por qué dejamos para mañana lo que podemos hacer hoy*. Ed. Debolsillo

Steel, P. y König, C. (2006). Integrating theories of motivation. *Academy of Management Review*, 31(4), 889-913.  
<https://www.researchgate.net/publication/230899017> Integrating Theories of Motivation

Tamayo, M. (2004). *Diccionario de la investigación científica*. Limusa

Torres, X. y Baillés, E. (2019). *El estrés. Cómo detectarlo y controlarlo para mejorar la salud*. Ed. Amat.

Valle, L. (2019). *Procrastinación y Estrés Académicos en Estudiantes de Quinto Grado de Secundaria de una Institución Educativa Parroquial del Distrito de Comas*. [Tesis

de Maestría]. Universidad Ricardo Palma. Lima, Perú.  
[http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2759/T030\\_45051838\\_M%20%20%20VALLE%20HUERTES%20LILIBET%20LASTENIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/2759/T030_45051838_M%20%20%20VALLE%20HUERTES%20LILIBET%20LASTENIA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Villavicencio, C. (2021). Procrastinación académica y estrés académico en estudiantes del nivel secundario de una Institución Educativa de La Esperanza, 2021. [Tesis de Maestría]. Universidad Cesar Vallejo. Trujillo, Perú.  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/75362/Villavicencio\\_TCL-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/75362/Villavicencio_TCL-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y)

Zabala, S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegios públicos de Villavicencio*. [Tesis de licenciatura]. Universidad Santo Tomás Villavicencio. Colombia  
<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/33756/2021sarazabala.pdf?sequence=6&isAllowed=y>

## ANEXOS

### Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO: Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023								
AUTOR: Miluska Indira, Aguilar Ruiz.								
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES E INDICADORES					
<p><b>Problema general</b> ¿Cuál es la relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?</p> <p><b>Problemas específicos:</b> ¿Cuál es la relación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?</p> <p>¿Cuál es la relación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?</p> <p>¿Cuál es la relación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?</p> <p>¿Cuál es la relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023?</p>	<p><b>Objetivo General</b> Determinar si existe relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b> Determinar si existe relación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p>Determinar si existe relación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p>Determinar si existe relación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p>Determinar si existe relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p>	<p><b>Hipótesis general</b> Existe relación entre estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b> Existe relación entre estímulos estresores y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p>Existe relación entre síntomas o reacciones ante el estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p>Existe relación entre manifestaciones conductuales de estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p> <p>Existe relación entre estrategias de afrontamiento al estrés y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria de una institución educativa privada en Huaycán, 2023.</p>	<b>Variable 1: Estrés académico</b>					
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles o rangos</b>	
			Estímulos estresores	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sobrecargas de tareas.</li> <li>- Evaluaciones</li> <li>- Exceso de responsabilidad</li> <li>- Personalidad del profesor</li> </ul>	3,4,5,6,7,8,9,10	Escala ordinal	Bajo: [0-10] Medio: [11-21] Alto: [22-32]	
			Síntomas o reacciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Físicas</li> <li>- Psicológicas</li> </ul>	(11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22)	Escala ordinal	Bajo: [0-15] Medio: [16-32] Alto: [33-48]	
			Manifestaciones conductuales	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conductuales</li> </ul>	(23,24,25)	Escala ordinal	Bajo: [0-3] Medio: [4-8] Alto: [9-12]	
			Estrategias de afrontamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Asertividad</li> <li>- Autocontrol</li> <li>- Autofelicitación</li> </ul>	(26,27,28,29,30,31)	Escala ordinal	Bajo: [0-7] Medio: [8-16] Alto: [17-24]	
			<b>Variable 2: Procrastinación académica</b>					
			<b>Dimensiones</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Ítems</b>	<b>Escala de medición</b>	<b>Niveles o rangos</b>	
			Autorregulación académica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regulación y control de tiempo</li> <li>- Estrategias y hábitos de estudio</li> </ul>	(1,2,3,4,7,8,9,10,11)	Escala ordinal	Bajo: [9-20] Medio: [21-33] Alto: [34-45]	
			Postergación de actividades	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Postergación de tareas</li> <li>- Posponer la entrega de labores</li> </ul>	(5,6)	Escala ordinal	Bajo: [2-4] Medio: [5-7] Alto: [8-10]	

## Anexo 2: Instrumentos

### Inventario SISCO del Estrés Académico

Barraza Macias Arturo (2007)  
Adaptado Quito (2019)

El presente cuestionario tiene como objetivo central reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación media superior, superior y de postgrado durante sus estudios. La sinceridad con que respondan a los cuestionamientos será de gran utilidad para la investigación. La información que se proporcione será totalmente confidencial y solo se manejarán resultados globales. La respuesta a este cuestionario es voluntaria por lo que usted está en su derecho de contestarlo o no contestarlo.

1. Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

- Si  
 No

*En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “si”, pasar a la pregunta numero dos y continuar con el resto de las preguntas.*

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
3. La competencia con los compañeros del grupo					
4. sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
5. la personalidad y el carácter del profesor.					
6. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
7. El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales etc.)					
8. No entender los temas que se abordan en la clase					
9. Participación en clase (responder a preguntas exposiciones etc.)					
10. Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otras (especifique)					

En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas y psicológicas cuando estas preocupado o nervioso.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
11. Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
12. Fatiga crónica (cansancio permanente)					
13. Dolores de cabeza o migrañas					
14. Rascarse morderse las uñas frotarse etcétera					
15. Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
16. Inquietud incapacidad de relajarse y estar tranquilo					
17. Sentimientos de depresión y tristeza decaído					
18. Ansiedad angustia o desesperación					
19. Problemas de concentración					
20. Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					

21. Desgano para realizar las labores escolares					
22. Aumento o reducción del consumo de alimentos					

En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes manifestaciones cuando estabas preocupado o nervioso.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
23. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
24. Conflictos o tendencias a polemizar o discutir					
25. Aislamiento de los demás					
Otras (especifique)					

En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que causaba la preocupación o el nerviosismo.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
26. Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
27. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
28. Elogió a si mismo					
29. La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
30. Búsqueda de información sobre la situación					
31. Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa.)					
Otra (especifique)					

## ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Deborah Ann Busko (1998)  
Adaptación: Chavez(2019)

Sexo:

Edad:

Grado:

**Instrucciones**

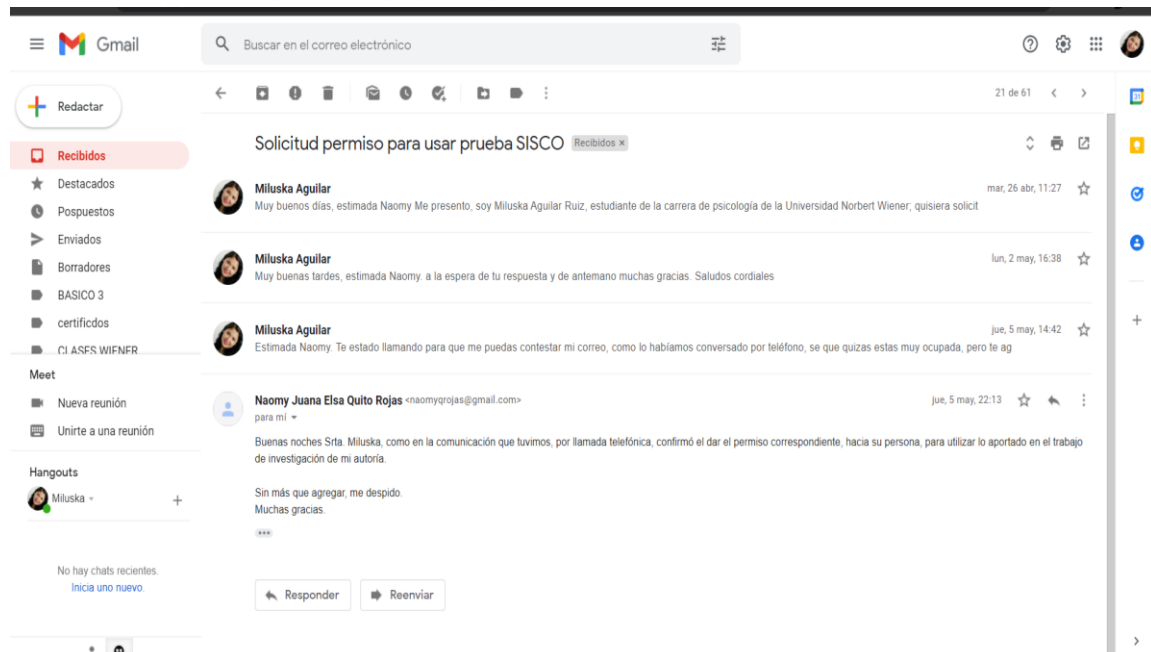
A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda (en la hoja de respuestas) con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta, tomando en cuenta el siguiente cuadro

S	SIEMPRE (Me ocurre siempre) CASI
CS	SIEMPRE (Me ocurre mucho) A
A	VECES (Me ocurre alguna vez)
CN	POCAS VECES (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	NUNCA (No me ocurre nunca)

N°	Item	S	CS	A	CN	N
1	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
2	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
3	Asisto regularmente a clases.					
4	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
5	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
6	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
7	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
8	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido					
9	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
10	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
11	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

## Anexo 3: Permisos correspondientes de los autores

### Solicitud Inventario de estrés académico Sisco.



The screenshot shows a Gmail interface with a search bar at the top. The left sidebar contains navigation options like 'Redactar', 'Recibidos', 'Destacados', 'Pospuestos', 'Enviados', 'Borradores', 'BASICO 3', 'certificados', 'CI ASFS, WIFNFR', 'Meet', 'Nueva reunión', 'Unirte a una reunión', and 'Hangouts'. The main content area displays an email thread titled 'Solicitud permiso para usar prueba SISCO'. The thread includes three messages from Miluska Aguilar and one from Naomy Juana Elsa Quito Rojas. The messages discuss the request for permission to use the SISCO test and the response from Naomy Juana Elsa Quito Rojas, who grants the permission.

**Solicitud permiso para usar prueba SISCO** (Recibidos x)

**Miluska Aguilar** (mar, 26 abr, 11:27)  
Muy buenos días, estimada Naomy Me presento, soy Miluska Aguilar Ruiz, estudiante de la carrera de psicología de la Universidad Norbert Wiener, quisiera solicit

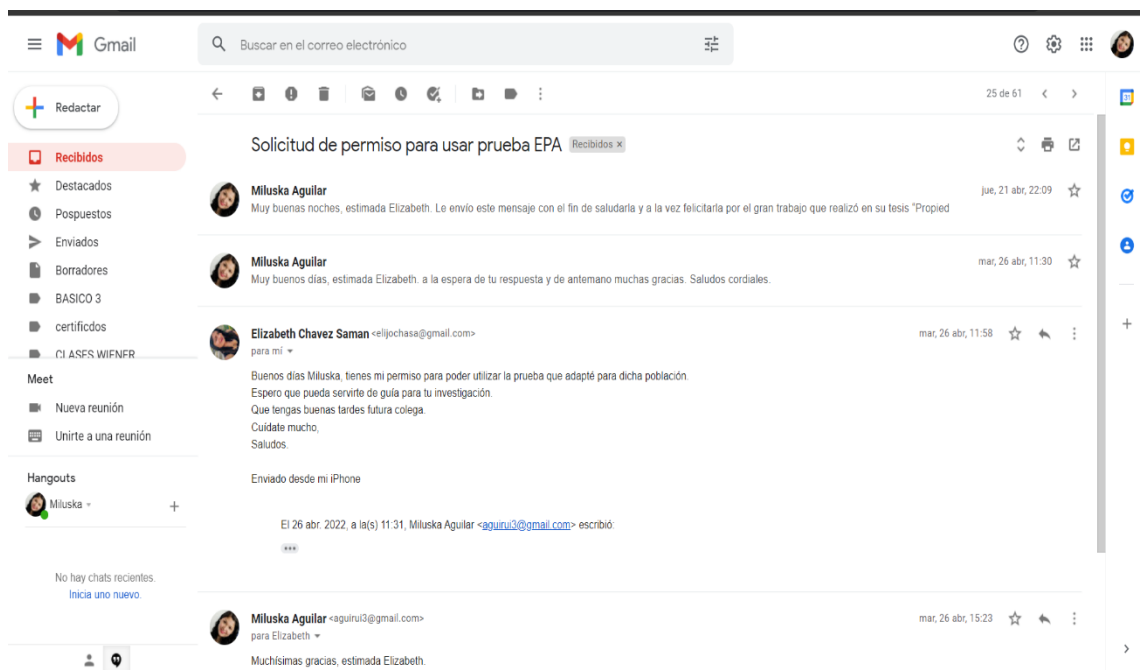
**Miluska Aguilar** (lun, 2 may, 16:38)  
Muy buenas tardes, estimada Naomy, a la espera de tu respuesta y de antemano muchas gracias. Saludos cordiales

**Miluska Aguilar** (jue, 5 may, 14:42)  
Estimada Naomy, Te estado llamando para que me puedas contestar mi correo, como lo hablamos conversado por teléfono, se que quizás estas muy ocupada, pero te ag

**Naomy Juana Elsa Quito Rojas** (jue, 5 may, 22:13)  
para mí -  
Buenas noches Srta. Miluska, como en la comunicación que tuvimos, por llamada telefónica, confirmó el dar el permiso correspondiente, hacia su persona, para utilizar lo aportado en el trabajo de investigación de mi autoría.  
Sin más que agregar, me despido.  
Muchas gracias.

Responder Reenviar

### Solicitud Escala de procrastinación académica (EPA)



The screenshot shows a Gmail interface with a search bar at the top. The left sidebar contains navigation options like 'Redactar', 'Recibidos', 'Destacados', 'Pospuestos', 'Enviados', 'Borradores', 'BASICO 3', 'certificados', 'CI ASFS, WIFNFR', 'Meet', 'Nueva reunión', 'Unirte a una reunión', and 'Hangouts'. The main content area displays an email thread titled 'Solicitud de permiso para usar prueba EPA'. The thread includes three messages from Miluska Aguilar and one from Elizabeth Chavez Saman. The messages discuss the request for permission to use the EPA scale and the response from Elizabeth Chavez Saman, who grants the permission.

**Solicitud de permiso para usar prueba EPA** (Recibidos x)

**Miluska Aguilar** (jue, 21 abr, 22:09)  
Muy buenas noches, estimada Elizabeth. Le envío este mensaje con el fin de saludarla y a la vez felicitarla por el gran trabajo que realizó en su tesis "Propied

**Miluska Aguilar** (mar, 26 abr, 11:30)  
Muy buenos días, estimada Elizabeth: a la espera de tu respuesta y de antemano muchas gracias. Saludos cordiales.

**Elizabeth Chavez Saman** (mar, 26 abr, 11:58)  
para mí -  
Buenos días Miluska, tienes mi permiso para poder utilizar la prueba que adapté para dicha población.  
Espero que pueda servirte de guía para tu investigación.  
Que tengas buenas tardes futura colega.  
Cuidate mucho,  
Saludos.  
Enviado desde mi iPhone  
El 26 abr, 2022, a la(s) 11:31, Miluska Aguilar <aguiru3@gmail.com> escribió:

**Miluska Aguilar** (mar, 26 abr, 15:23)  
para Elizabeth -  
Muchísimas gracias, estimada Elizabeth.

Anexo 4: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos



**INSTITUCIÓN EDUCATIVA PARTICULAR**  
**EULER**  
*Formando Universitarios desde la Raíz*

**NIVEL PRIMARIA-INICIAL: RD N° 3927-2003/RD N° 06898-2016**  
**NIVEL SECUNDARIA: RD N° 826-2003**

---

**AUTORIZACIÓN PARA REALIZAR ESTUDIOS DE INVESTIGACIÓN**

Huaycán, 05 de diciembre de 2023.

Srta. Miluska Indira Aguilar Ruiz  
Bachiller de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener

Estimada Srta.

Le escribo en mi calidad de Directora, en respuesta a su solicitud emitida a la Dirección de la IEP EULER, para realizar el trabajo de investigación en nuestro colegio sobre el tema "Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria en una IEP de Huaycán 2023" para optar su grado de LICENCIADA en Psicología.

Luego, de analizar con la plana jerárquica, concluimos que es necesario realizar dicho estudio tanto para Ud. como para la institución; ya que el informe nos proporcionará datos muy importantes y nos servirá como base para resolver ciertos problemas que están relacionados al tema de estudio.

Agradeciendo de antemano su preferencia por nuestra Institución para realizar su trabajo de investigación, le informo que ha sido ACEPTADA su solicitud, para lo cual contamos con 121 estudiantes en el nivel secundaria.

Sin otro en particular me despido de Ud. y aprovecho para brindarle las muestras de mi especial consideración.

Atentamente.



Rosa Gabriela Ruiz Pácheo  
DIRECTORA

**INFORMES** ☎ 371 6015 📞 992 761 296  
📱 Leonard Euler

Av. José Carlos Mariategui  
UVC. 5 Lt. 24 Zn. "B" Huaycán  
Ate Vitarte

## Anexo 5: Formato de asentimiento y consentimiento informado

### **Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, en una Institución Educativa Privada De Huaycán – 2023**

Con el debido respeto me presento ante ustedes, mi nombre es Miluska Indira Aguilar Ruiz, bachiller de psicología, de la Universidad Norbert Wiener - Lima. En la actualidad me encuentro realizando mi tesis de investigación.

**Título del proyecto:** “Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, en una Institución Educativa Privada De Huaycán – 2023”

**Nombre del investigador principal:** Miluska Indira, Aguilar Ruiz.

**Propósito del estudio:** Fines académicos

**Participantes:** Estudiantes de nivel secundaria en una Institución Educativa Privada De Huaycán

**Participación:** voluntaria

**Beneficios por participar:** Ninguno

**Inconvenientes y riesgos:** Ninguno

**Costo por participar:** Ninguno

**Remuneración por participar:** Ninguno

**Confidencialidad:** La investigación es confidencial y no se divulgará ningún dato

**Renuncia:** Cuando el participante lo estime.

**Consultas posteriores:** comuníquese con la investigadora al teléfono celular 982066093 o correo electrónico [aguirui3@gmail.com](mailto:aguirui3@gmail.com)

**Requisitos:**

Estudiantes de 1 a 5 de secundaria, con edades de 12 a 17 años, de ambos géneros.

#### **DECLARACIÓN DE ASENTIMIENTO**

Este documento de asentimiento informado tiene información que lo ayudará a decidir si desea participar en este estudio de investigación en salud en el área de psicología. Antes de decidir si participa o no, debe conocer y comprender cada uno de los siguientes apartados, tómese el tiempo necesario y lea con detenimiento la información proporcionada líneas arriba, si a pesar de ello persiste sus dudas, comuníquese con la investigadora al teléfono celular 982066093 o correo electrónico [aguirui3@gmail.com](mailto:aguirui3@gmail.com) que figuran en el documento. No debe dar su asentimiento hasta que entienda la información y todas sus dudas se hubiesen sido resueltas.

Declaro que he leído y comprendido la información proporcionada, se me ofreció la oportunidad de hacer preguntas y responderlas satisfactoriamente, no he percibido coacción ni he sido influido indebidamente a participar o continuar participando en el estudio y que finalmente el hecho de responder la encuesta expresa mi aceptación a participar voluntariamente en el estudio.

Acepto ser parte de la investigación:

SI

No

## DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

\_\_\_\_\_ (Firma)

Nombre **participante:**

DNI:

Fecha: (dd/mm/aaaa)



Nombre **investigador: Miluska**

DNI:43321090

Fecha: (01/12/2023)

\_\_\_\_\_ (Firma)

Nombre testigo o representante legal:

DNI:

Fecha: (dd/mm/aaaa)

## Anexo 6: Aprobación del Comité de Ética



### COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA PARA LA INVESTIGACIÓN

#### CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 21 de mayo de 2024

Investigador(a)  
**Miluska Indira Aguilar Ruiz**  
**Exp. N°: 0077-2024**

---

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEI-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado: **“Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria, en una institución educativa privada en Huaycán – 2023” Versión 01 con fecha 22/01/2024.**
- Formulario de Consentimiento Informado **Versión 01 con fecha 22/01/2024.**
- Asentimiento Informado **Versión 01 con fecha 22/01/2024.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Miluska Indira Aguilar Ruiz.

La **APROBACIÓN** comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. **La vigencia** de la aprobación es de **dos años (24 meses)** a partir de la emisión de este documento.
2. **El Informe de Avances** se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEI-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, **la Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



**Raul Antonio Rojas Ortega**  
**Presidente**  
**Comité Institucional de Ética para la Investigación**  
**UPNW**

## Anexo 7: Informe del asesor de Turnitin

## ● 16% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 13% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 13% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

### FUENTES PRINCIPALES

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

1	<b>hdl.handle.net</b> Internet	3%
2	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Internet	2%
3	<b>repositorio.uwiener.edu.pe</b> Internet	1%
4	<b>Régulo N. Sandoya M., Omar Quintana. "SÍNDROME DE BURNOUT Y AN...</b> Crossref	<1%
5	<b>uwiener on 2024-05-21</b> Submitted works	<1%
6	<b>Universidad Wiener on 2024-02-27</b> Submitted works	<1%
7	<b>repositorio.usmp.edu.pe</b> Internet	<1%
8	<b>uwiener on 2023-11-21</b> Submitted works	<1%