



**Universidad
Norbert Wiener**

Powered by **Arizona State University**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

Tesis

Adicción a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Abancay, 2025

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

Presentado por:

Autora: Rojas Caceres, Elizabeth


Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6750-716X>

Asesor: Dr. Caller Luna, Juan Bautista

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6623-246X>

Lima – Perú

2025

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Elizabeth Rojas Cáceres egresado de la Facultad de **Ciencias de la Salud** y Escuela Académica Profesional de **Psicología** de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo de investigación “Adicción a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025” Asesorado por el docente: Dr. CALLER LUNA, JUAN BAUTISTA
 DNI 07143496 ORCID 0000-0002-6750-716X tiene un índice de similitud de **14 (catorce)** % con código :14912:500773982 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
 Nombres y apellidos: Elizabeth Rojas Cáceres
 DNI: 75361629

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



.....
 Firma
 Nombres y apellidos del Asesor:
 Dr. CALLER LUNA, JUAN BAUTISTA
 DNI: 07143496

Lima, 04 de Agosto de 2025

Dedicatoria

A mi familia con todo mi corazón, pues sin ellos no lo habría logrado, porque ellos siempre estuvieron a mi lado, brindándome su apoyo y motivación a seguir adelante en los momentos más difíciles y poder culminar con éxito mi carrera universitaria.

Agradecimiento

Ante todo, principalmente a Dios por su guía y fortaleza a largo de mi vida., a mis padres por su comprensión y cariño, que con su arduo trabajo siempre me sacaron a delante y me brindaron apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.

Índice general

Índice general.....	v
Índice de tablas.....	viii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA.....	12
1.1. Planteamiento del problema.....	12
1.2. Formulación del problema	15
1.2.1 Problema general.....	15
1.2.2 Problemas específicos	15
1.3. Objetivos de la investigación	16
1.3.1 Objetivo general.....	16
1.3.2 Objetivos específicos	16
1.4. Justificación.....	17
1.4.1 Teórica.....	17
1.4.2 Metodológica.....	18
1.4.3 Práctica.....	18
1.5. Limitaciones.....	18
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	20
2.1. Antecedentes de la investigación	20
2.1.1. Internacionales	20

2.1.2. Nacionales	23
2.2. Bases teóricas	26
2.2.1. Adicción a los video juegos	26
2.2.2. Procrastinación académica	37
2.3. Formulación de hipótesis	45
2.3.1 Hipótesis general	45
2.3.2 Hipótesis específicas	45
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA	46
3.1. Método de investigación	46
3.2. Enfoque investigativo.....	46
3.3. Tipo de investigación	47
3.4. Diseño de la investigación	47
3.5. Población, muestra y muestreo	48
3.5.1. Población.....	48
3.5.2. Muestra.....	49
3.5.3. Muestreo.....	50
3.6. Variables y operacionalización	51
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	52
3.7.1 Técnica	52
3.7.2 Descripción	52
3.7.3 Validación	54

3.7.4 Confiabilidad.....	54
3.8. Procesamiento y análisis de datos	55
3.9. Aspectos éticos.....	56
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS.....	57
4.1. Resultados	57
4.1.1 Análisis descriptivo de resultados.....	57
4.1.2 Prueba de hipótesis.....	58
4.1.3 Discusión de resultados.....	63
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	67
5.1. Conclusiones	67
5.2. Recomendaciones.....	68
REFERENCIAS.....	69
ANEXOS.....	77
Anexo 1: Matriz de consistencia.....	77
Anexo 2: Instrumentos	78
Anexo 3: Aprobación del Comité de ética	80
Anexo 4: formato de consentimiento informado	81
Anexo 5: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos	83
Anexo 6: Informe del asesor de Turnitin	84

Índice de tablas

Tabla 1. Total de estudiantes por grado y sección en el nivel secundario	49
Tabla 2. Distribución de estudiantes por grado y sección del ciclo séptimo	49
Tabla 3. Operacionalización de variable adicción a los video juegos	51
Tabla 4. Operacionalización de variable procrastinación académica	51
Tabla 5. Ficha técnica de Escala de Adicción a los Videojuegos	52
Tabla 6. Ficha técnica de Escala de Procrastinación Académica de Tuckman.....	53
Tabla 7. Nivel de adicción a los video juegos.....	57
Tabla 8. Nivel de procrastinación académica	58
Tabla 9. Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov de la variable adicción a los video juegos	58
Tabla 10. Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov de la variable procrastinación académica.....	59
Tabla 11. Interpretación del coeficiente de correlación de Spearman.	59
Tabla 12. Correlación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica ...	60
Tabla 13. Correlación entre adicción a los videos juegos y la dimensión postergación de tareas	61
Tabla 14. Correlación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo	61
Tabla 15. Correlación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo.....	62

RESUMEN

El presente estudio buscó analizar la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de Abancay, Perú. El estudio tiene un diseño correlacional descriptivo cuantitativo de corte transversal. Hubo 534 estudiantes de secundaria de 3er a 5to año que participaron de forma voluntaria mediante muestreo de conveniencia no probabilístico. Se utilizaron dos instrumentos validados para la recolección de datos: la Escala de Adicción a los Videojuegos (GAS) y la Escala de Procrastinación Académica de Tuckman (ATPS). Los resultados del estudio revelaron que existe una relación significativa entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en los estudiantes. Además se encontró una correlación positiva alta y significativa entre la adicción a los videojuegos y la postergación de tareas ($\rho = 0.791$; $p = 0.000$). Sin embargo, no se encontró una relación significativa entre la adicción a los videojuegos y la autogestión del tiempo ($\rho = 0.066$; $p = 0.128$). Por otro lado, se observó una correlación positiva moderada y significativa entre la adicción a los videojuegos y la evitación del esfuerzo ($\rho = 0.664$). En conclusión, los hallazgos muestran una fuerte correlación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica, marcando la falta de estrategias que fomenten una saludable relación entre ambas actividades para la productividad y el bienestar de los estudiantes.

Palabras clave: adicción a videojuegos, procrastinación académica, adolescentes, rendimiento escolar, salud mental.

ABSTRACT

This study sought to analyze the relationship between video game addiction and academic procrastination in high school students from a public school in Abancay, Peru. The study used a cross-sectional quantitative descriptive correlational design. A total of 534 high school students from 3rd to 5th grade participated voluntarily through non-probability convenience sampling. Two validated instruments were used for data collection: the Video Game Addiction Scale (GAS) and the Tuckman Academic Procrastination Scale (ATPS). The results of the study revealed a significant relationship between video game addiction and academic procrastination in students. A high and significant positive correlation was also found between video game addiction and procrastination ($\rho = 0.791$; $p = 0.000$). However, no significant relationship was found between video game addiction and time self-management ($\rho = 0.066$; $p = 0.128$). On the other hand, a moderate and significant positive trade-off was found between video game addiction and effort avoidance ($\rho = 0.664$). In conclusion, the findings show a strong tension between video game addiction and academic procrastination, highlighting the lack of strategies that foster a healthy relationship between both activities for student productivity and well-being.

Keywords: video game addiction, academic procrastination, adolescents, academic performance, mental health.

INTRODUCCIÓN

El uso de los videojuegos se ha vuelto una práctica muy común, en especial entre los adolescentes, en el contexto del rápido avance de la tecnología y de las grandes posibilidades de conectividad digital. Este fenómeno ha cambiado la relación de los adolescentes con el ejercicio del ocio, pero a la par existe una preocupación por sus posibles efectos dañinos en la salud mental y el desempeño escolar. La adicción a los videojuegos, en la forma de la falta de control del tiempo dedicado a jugar, se emergió como un problema serio para tantas instituciones de salud mundial.

Entre las adicciones a los videojuegos, la procrastinación, especialmente la académica, es una de las más preocupantes. Esto se refiere a la inclinación a retrasar actividades que son parte de su estudio y otras tareas escolares. En algunos chicos de secundaria, hemos visto este comportamiento que comienza a afectar su rendimiento académico. Se atisba que en algunas zonas, como Abancay, el uso de aparatos electrónicos está aumentando exponencialmente, por lo que esta situación puede empeorar, lo que demanda tener que investigar más profundamente la relación entre ambas situaciones.

La tesis se estructura en cinco capítulos. El Capítulo I presenta el planteamiento del problema; el Capítulo II aborda el marco teórico relacionado con la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica; el Capítulo III describe la metodología empleada para el estudio; el Capítulo IV expone los resultados obtenidos y su análisis, mientras que el Capítulo V presenta las conclusiones y recomendaciones derivadas del estudio. Finalmente, se incluyen las referencias bibliográficas utilizadas y los anexos con material complementario.

CAPÍTULO I: EL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del problema

En épocas recientes, se ha evidenciado un aumento significativo en la utilización de videojuegos a nivel mundial, especialmente durante la pandemia de COVID-19, cuando el confinamiento ha intensificado el tiempo destinado al ocio digital. Este aumento ha generado inquietudes acerca del impacto en la salud de los jugadores, especialmente entre los adolescentes y jóvenes, quienes son los más susceptibles a desarrollar una dependencia.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2018) reconoció oficialmente esta condición como una afección derivada del uso de videojuegos e incluyó esta categoría en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11, 2022). La incorporación de este trastorno en la CIE-11 tiene como objetivo estandarizar el diagnóstico y mejorar las estadísticas mundiales sobre la adicción a los videojuegos, dado que investigaciones anteriores presentaban una notable variabilidad, con estimaciones que fluctuaban entre el 1% y el 50% de la población afectada, particularmente en zonas de Asia (OMS, 2022).

Los signos de adicción señalados en el CIE-11 son la ausencia de control sobre el impulso de jugar, la prioridad a los videojuegos por encima de otras actividades relevantes, constancia en el juego a pesar de sufrir efectos adversos, desatención de amistades o trabajo; si todos estos superan un año pueden ser considerados síntomas (Álvarez, 2024). Estos síntomas afectan la salud mental, las relaciones sociales y el rendimiento académico y laborales de los individuos.

En los años recientes, el uso de videojuegos ha tenido un crecimiento significativo en América Latina, motivado por el incremento en la conectividad y el acceso a dispositivos digitales. Brasil encabeza el mercado regional, con predomios de ingresos de 2.340 millones de dólares para 2022, a continuación México con 1.670 millones y Chile en la tercera posición.

Aunque se ha experimentado un desarrollo, la región solo aporta el 5% de los ingresos totales del sector.

En 2023, el mercado de videojuegos en Latinoamérica alcanzó los 5.6 mil millones de dólares, y actualmente la región alberga a más de 260 millones de jugadores, cifra que se espera supere los 305 millones para 2027, lo que refleja un notable interés entre la población juvenil. Más del 50% de los jugadores dedica entre tres y nueve horas diarias a esta actividad, lo que ha generado preocupaciones sobre posibles efectos negativos en la salud mental y el rendimiento académico (Statista, 2024).

Por otro lado, los diversos eventos de juegos electrónicos congregaron a más de 10 millones de personas en el 2023, un incremento del 15% respecto al año 2022. Brasil, México y Argentina se establecieron como centros claves, sobresaliendo Brasil, que aportó más del 40% de los ingresos de estas competencias y se ubica como líder regional (It Comunicacion, 2024).

Para el contexto peruano, de acuerdo con la Asociación Peruana del Deporte Electrónico y Videojuegos (APDEV, 2024), la industria que se relaciona con los juegos en línea y los videojuegos experimentó un crecimiento significativo, que va de casi 10 millones de individuos identificados como usuarios de juegos en línea. El grupo se compone puntualmente por personas de edades que oscilan entre los 18 y 36 años, donde el 22% son mujeres y el 78% son varones (Lozano, 2024).

Según el Ministerio de Salud (MINSa, 2021), el utilizar excesivamente los videojuegos entre los jóvenes y adolescentes despierta el interés de estudiar estas situaciones en contextos más graves. Se ha observado, que los adolescentes juegan en vez de cumplir sus roles estudiantiles, en vez de hacer las tareas, en vez de prestar atención; y, en casos más graves, se ha observado que postergan necesidades básicas como el comer, el dormir o el realizar actividades recreativas.

La Encuesta Nacional de Hogares (ENAPRES, 2020) proporciona datos sobre la frecuencia de adquisición de videojuegos en Perú. Se ha revelado que el 35% de los usuarios adquirieron videojuegos a través de descargas o acceso en línea cada uno de los tres meses. Además, el 24% realiza esta adquisición a diario o cada dos días, mientras que el 23% realiza dicha adquisición cada uno o dos días, según datos del Ministerio de Cultura (MINCUL, 2020).

Este incremento en la adquisición de videojuegos evidencia una tendencia ascendente, especialmente entre la población juvenil, lo que ha suscitado inquietudes sobre posibles consecuencias adversas, tales como deficientes resultados académicos y trastornos mentales, incluyendo ansiedad y depresión. En regiones tales como Apurímac, la creciente disponibilidad de dispositivos electrónicos ha facilitado la continua utilización de videojuegos entre los adolescentes (Pacheco, 2024).

En la región de Apurímac, puntualmente dentro de la ciudad de Abancay, se ha observado, según estudios previos, que hay un incremento en el uso problemático de los videojuegos, tanto en niños como en adolescentes y jóvenes, pero puntualmente en estudiantes de secundaria. Estos adolescentes tienen acceso a dispositivos como celulares, tablets o computadoras, lo que les ha facilitado el uso prolongado de los videojuegos. Según el estudio de Chumbe (2021), el 32% de los escolares del nivel secundario presentan un nivel muy elevado de dependencia a los videojuegos, y un 23% presenta elevados niveles de agresividad. Asimismo, un porcentaje muy significativo de los encuestados señaló dedicar más de 3 horas al día a la práctica de videojuegos, en contraposición al tiempo que quedan para realizar las tareas escolares o estudiar temas.

El uso de videojuegos ha mostrado una conexión con lo que es la procrastinación académica, que es el retraso de manera intencional al momento de realizar las tareas académicas. El estudio de Muñoz (2024), en el contexto de Moyobamba, encontró como

resultados que hay una correlación notable entre el uso excesivo de los videojuegos y la postergación de las tareas escolares, lo que a su vez se traduce en un bajo rendimiento escolar, lo que a la larga afecta el desempeño propio del niño.

Entonces, podemos mencionar que la problemática radica en la falta de control de los padres sobre sus hijos y en el acceso fácil que tienen estos a los dispositivos electrónicos, lo que hace que los escolares pasen excesivas horas dedicadas a la práctica de videojuegos. Asimismo, también podemos mencionar que la falta de políticas educativas que regulen el uso de los videojuegos en los estudiantes contribuye a esta problemática. Si bien los videojuegos ofrecen una forma de escape de lo que es la presión académica o el estrés académico, el uso excesivo como mecanismo de afrontamiento conduce directamente a la procrastinación.

En base a lo mencionado anteriormente, la presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en alumnos de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay.

1.2. Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025

1.2.2 Problemas específicos

Problema específico 1

¿Cuál es el nivel de adicción a los videojuegos en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay en el año 2025?

Problema específico 2

¿Cuál es el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay en el año 2025?

Problema específico 3

¿Cuál es la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025?

Problema específico 4

¿De qué manera se relacionan la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025?

Problema específico 5

¿Qué relación existe entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025?

1.3. Objetivos de la investigación**1.3.1 Objetivo general**

Analizar la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

1.3.2 Objetivos específicos**Objetivo específico 1**

Determinar el nivel de adicción a los videojuegos en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Objetivo específico 2

Identificar el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Objetivo específico 3

Determinar la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Objetivo específico 4

Establecer la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Objetivo específico 5

Determinar la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

1.4. Justificación**1.4.1 Teórica**

El fundamento teórico de este estudio reside en su objetivo de explorar y ampliar la comprensión sobre la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria. La literatura actual señala que el uso excesivo de videojuegos puede ocasionar consecuencias negativas en el rendimiento académico en los estudiantes. Sin embargo, existen vacíos investigativos en la comprensión de la relación de estas variables en contextos propios y locales como es el caso de la ciudad de Abancay. En base a esto, es que esta investigación contribuirá a fortalecer el marco teórico vinculado con la psicología y a la educación, así como las adicciones conductuales, proporcionando evidencia práctica que facilita la validación de modelos teóricos anteriores sobre el impacto de los videojuegos en el comportamiento escolar.

1.4.2 Metodológica

La justificación metodológica de este estudio se sustenta en el uso de dos instrumentos validados y confiables: la Game Addiction Scale for Adolescents (GAS) y la Tuckman Academic Procrastination Scale (TPS), los cuales permiten medir la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria. Estos instrumentos proporcionarán datos precisos sobre la relación entre ambas variables. Además, el enfoque metodológico es cuantitativo, con un diseño no experimental y un nivel correlacional. Se emplearán datos primarios representativos de la población objetivo, y para calcular la correlación entre las variables se utilizarán programas estadísticos como SPSS v26, asegurando resultados precisos y generalizables a distintos contextos.

1.4.3 Práctica

Desde un punto de vista práctico, los resultados de este estudio tendrán repercusiones en el sector educativo y en los expertos en salud mental. Los hallazgos son aplicables a profesores, psicólogos escolares y padres para entender de manera más efectiva el efecto del uso excesivo de videojuegos en el rendimiento escolar de los jóvenes. Además, se podrán elaborar estrategias de intervención fundamentadas en pruebas para disminuir la procrastinación en los estudios y promover costumbres saludables en la utilización de tecnologías digitales.

1.5. Limitaciones

Se reconocen algunas limitaciones de esta investigación. El muestreo aleatorio simple no garantiza una representación adecuada de toda la población estudiantil de Abancay; sin embargo, se aplicaron criterios de inclusión para capturar diferentes perfiles de los estudiantes de secundaria. Para mitigar la subjetividad en las respuestas, se garantizó la confidencialidad de la información y se creó un entorno de confianza. Además, aunque no se exploraron en profundidad variables demográficas específicas, la priorización de los datos personales aseguró

la naturaleza ética del estudio. Estas estrategias ayudaron a reducir el impacto de las limitaciones y fortalecer la validez de los hallazgos.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Internacionales

En Ecuador, García y Roque (2023) realizaron un estudio con el objetivo de “Analizar la relación entre el uso de videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de la Unidad Educativa Intercultural Bilingüe EMAUS”. La investigación adoptó un diseño observacional de enfoque correlacional, con una muestra de 91 estudiantes de los niveles séptimo a décimo de la institución, de los cuales el 56,04 % tenía entre 10 y 13 años y el 53,85 % eran varones. Para la recolección de datos, se utilizaron dos instrumentos validados: la Escala de Procrastinación en Adolescentes, que evalúa la procrastinación académica en sus dimensiones globales y específicas, y el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos, que mide el grado de adicción y frecuencia del uso de videojuegos. Los resultados mostraron que el 47,25 % de los estudiantes no presentaba signos de adicción, mientras que el 43,96 % indicaba posibles problemas de dependencia a los videojuegos. Respecto a la procrastinación académica, el 50,55 % presentó un nivel promedio, y el 46,15 % alcanzó un nivel alto de procrastinación global. Además, un 74,73 % de los participantes mostró un nivel promedio de postergación de actividades, aunque este mismo porcentaje reflejó un alto nivel de autorregulación académica. El análisis estadístico, utilizando el coeficiente de correlación de Pearson, reveló una correlación significativa, positiva y moderada entre la adicción a videojuegos y la postergación de actividades ($r = 0,47$, $p < 0,01$). Estos resultados sugieren que un mayor uso problemático de videojuegos se asocia con una mayor tendencia a procrastinar, lo que respalda la hipótesis de que el uso excesivo de videojuegos influye negativamente en el rendimiento académico de los estudiantes.

En España, Pavez (2023) llevó a cabo una tesis con el objetivo de “Analizar la relación entre la procrastinación y el uso de los videojuegos en el alumnado del grado de pedagogía de

la Universidad de La Laguna”. El estudio fue de tipo correlacional con enfoque cuantitativo y diseño no experimental. Participaron 59 estudiantes seleccionados por su condición de matriculados en el grado de pedagogía de la Universidad de La Laguna. Para la recolección de datos, se utilizó un cuestionario online de Google Forms compuesto por 12 preguntas que evaluaron el uso de los videojuegos como forma de procrastinación y los hábitos académicos. En cuanto a los resultados, se encontró que solo 26 estudiantes indicaron usar los videojuegos para procrastinar. El estudio indica una correlación positiva de 0.471 entre el tiempo empleado en videojuegos y la procrastinación respecto a la postergación de horas de estudio, siendo relevante al nivel $p < 0.05$. Esto indica una relación moderada, en la que un uso más elevado de videojuegos incrementa la posibilidad de postergar tareas académicas. En cambio, la correlación entre el tiempo utilizado en videojuegos y la postergación de tareas muestra un valor de 0.386, que no tiene significación estadística ($p = 0.051$), lo que sugiere que, a pesar de que podría existir una relación, no es definitiva en este escenario.

En España, Galán (2024) realizó una tesis con el objetivo de “Analizar la asociación del uso de teléfono móvil, internet y los videojuegos con la planificación, toma de decisiones y la procrastinación académica”. La investigación optó por un diseño correlacional y empleó una metodología cuantitativa con un grupo de 501 participantes de 9 a 19 años de edad. La información fue recolectada mediante un cuestionario estructurado que analizaba las dimensiones de planificación, toma de decisiones y postergación académica, además del uso de teléfono móvil, internet y videojuegos. Los instrumentos empleados demostraron una validez y fiabilidad apropiadas. Los hallazgos mostraron que los alumnos que utilizaban mucho su móvil, internet y videojuegos tenían una mayor posibilidad de presentar una planificación insuficiente y una toma de decisiones inadecuada, en contraste con aquellos que indicaron un uso reducido de estas tecnologías. Igualmente, se descubrió que un uso intensivo de estas tecnologías tenía una correlación positiva con un incremento en la procrastinación académica.

El estudio estadístico que empleó el coeficiente de correlación de Pearson señaló que esta relación era relevante ($r = 0,62$, $p < 0,01$). Para concluir, los resultados indican que el uso excesivo de teléfonos móviles, internet y videojuegos está vinculado a una planificación insuficiente, problemas en la toma de decisiones y un incremento en la procrastinación académica. Esto subraya la importancia de establecer programas que disminuyan el uso de estas tecnologías con el fin de mejorar el desempeño escolar y la salud mental y emocional de los alumnos.

En Ecuador, Bedón y Flores (2023) realizaron un artículo con el objetivo de “Determinar la existencia de la relación entre la autorregulación académica, postergación de actividades que son parte de la procrastinación académica y el riesgo de adicción a las redes sociales en estudiantes de bachillerato”. La investigación adoptó una perspectiva cuantitativa, con un diseño no experimental, de naturaleza descriptiva-correlacional y transversal, y examinó a 205 estudiantes de ambos géneros, con edades que oscilaban entre los 15 y 18 años. Se emplearon dos instrumentos validados para la recopilación de datos: la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en su versión modificada y la Escala de Riesgo de Adicción-Adolescente a las Redes Sociales e Internet (ERA-RSI). Los hallazgos indicaron que no había una correlación significativa entre la autorregulación académica y el riesgo de dependencia a las redes sociales ($\rho = -0.127$; $p = 0.070$). Sin embargo, se identificó una correlación positiva moderada entre la postergación de actividades y el riesgo de dependencia a las redes sociales ($\rho = 0.349$; $p < 0.001$). Respecto a las propiedades de la muestra, el 53,7 % de los alumnos demostró un nivel medio de autorregulación académica, mientras que el 51,2 % evidenció un nivel alto de postergación de actividades. Adicionalmente, no se detectó una diferencia estadísticamente notable en el riesgo de dependencia a las redes sociales entre hombres y mujeres. Se concluyó que los descubrimientos indican que, a pesar de que no exista una correlación directa entre la autorregulación académica y el riesgo de adicción, existe una

correlación significativa entre la postergación de actividades y el riesgo de adicción a las redes sociales. Esto subraya la necesidad de tratar la procrastinación como un factor de riesgo para el uso excesivo de las redes sociales en los estudiantes.

2.1.2. Nacionales

En Moyobamba, Muñoz (2024) realizó su tesis con el objetivo de “Determinar la relación entre la dependencia a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa de la ciudad de Moyobamba”. La investigación fue de naturaleza correlacional, con un diseño no experimental y corte transversal. Este estudio contuvo a un total de 164 escolares de edades que fluctuaban entre los 16 y 18 años. Para el proceso de recolección de datos, se manejaron dos instrumentos autorizados: the Video Game Dependence Test (TDV) and the Academic Procrastination Scale (EPA). Se utilizó el análisis de correlación de Pearson para examinar la relación entre la dependencia hacia los videojuegos y la dilación académica, así como entre los componentes de la VBT y la relación mencionada. Los resultados mostraron una correlación de 0.45 ($p=0.002$) entre la dependencia hacia los videojuegos y la dilación académica, lo que indica una correlación positiva moderada y significativa. Esto indica que a medida que el consumo de videojuegos incrementa, también se observa un aumento en la dilación académica. También se encontraron correlaciones significativas entre las dimensiones del TDV y las diferentes formas de procrastinación académica. Abstinencia tuvo un coeficiente de correlación de 0.32 ($p=0.010$), mientras que abuso y tolerancia 0.27 ($p=0.031$). Los problemas derivados del uso de videojuegos obtenidos mostraron 0.52 ($p<0.001$) y la dificultad de control 0.41 ($p=0.001$). Esto muestra que las dimensiones de control y las dificultades relacionadas con el uso de videojuegos tienen una mayor correlación con la procrastinación académica.

En Arequipa, Ramos y Cyran (2023) llevaron a cabo una investigación cuyo objetivo fue “Determinar la relación entre el uso problemático de videojuegos, la procrastinación

académica y el rendimiento escolar en estudiantes de nivel secundario de una institución educativa nacional”. La investigación adoptó un diseño no experimental, con una orientación cuantitativa y un alcance correlacional-comparativo de naturaleza transversal, y contó con una muestra de 256 estudiantes de edades comprendidas entre los 12 y 17 años. Las herramientas empleadas para la recopilación de datos comprendieron una Ficha Sociodemográfica, el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos (CERV), la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y una Ficha de Registro de Calificaciones. Los hallazgos indicaron que no se identificó una correlación significativa entre la utilización problemática de videojuegos, la procrastinación académica y el rendimiento escolar en su totalidad. No obstante, se identificó una correlación significativa, positiva y de baja intensidad entre la utilización problemática de videojuegos y la procrastinación académica ($p < .05$, $Rho = .190$), así como entre la procrastinación académica y el rendimiento escolar ($p < .05$, $Rho = .185$).

En Chimbote, Ascoy (2024) desarrolló una investigación con el objetivo de “Analizar la relación entre la adicción a los videojuegos, la procrastinación y la agresividad en estudiantes de una institución educativa de Chimbote”. La investigación empleó un diseño no experimental, de naturaleza correlacional-explicativo, con una orientación cuantitativa y corte transversal. La muestra consistió en 433 estudiantes de ambos géneros, con edades comprendidas entre los 12 y los 12 años. Para la obtención de información, se utilizaron tres herramientas validadas: el Test de Adicción a los Videojuegos de Chóliz y Marco, la adaptación de la Escala de Procrastinación de Tuckman, y el Cuestionario de Agresividad (AQ) de Buss y Perry. Los hallazgos indicaron que la procrastinación y la dependencia a los videojuegos, en su conjunto, explicaron el 63% de la variabilidad en los niveles de agresividad observados en los estudiantes ($R = 0.63$), evidenciando una correlación significativa entre ambas variables y un coeficiente de regresión $\beta = 0.8$. Específicamente, la procrastinación ejerció un impacto predictivo más significativo ($\beta = 0.64$) en comparación con la adicción a los videojuegos, cuyo

impacto fue más moderado ($\beta = 0.17$). Para concluir, los resultados de la investigación confirmaron que tanto la procrastinación como la dependencia a los videojuegos son factores significativos que contribuyen a la agresividad en los estudiantes, siendo la procrastinación el predictor más influyente.

En Cajamarca, Vargas y Solis (2024) realizaron una tesis con el objetivo de “Determinar la relación entre la adicción a internet y la procrastinación en estudiantes de 2° a 5° año de nivel secundario de una institución educativa pública de la provincia de Chota, departamento Cajamarca”. La investigación se realizó utilizando un enfoque cuantitativo con un diseño no experimental correlacional y transversal. Se enfocó en una muestra no probabilística de 120 estudiantes, con edades comprendidas entre los 13 y 18 años, de ambos sexos, seleccionados de una población joven de 150. Se empleó la metodología de la encuesta y los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario del TAI (Test de Adicción a Internet) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA), los cuales fueron validados por tres jueces expertos. La validez de Aiken fue de 0.75 y un alfa de Cronbach superior a 0.65 para la consistencia interna. Los hallazgos también indicaron que el 41.20% de los alumnos exhibió un nivel promedio de adicción a la red de internet, lo que indica una tendencia a dedicar horas a la conexión. Por otro lado, el 89% manifestó un nivel medio de procrastinación, lo que evidencia la propensión de los estudiantes a abandonar sus actividades escolares y a carecer de autorregulación en su comportamiento académico. La evaluación de los datos se llevó a cabo mediante el coeficiente de correlación de Spearman. Este indicador mostró una correlación directa significativa, aunque reducida, entre la adicción a internet y la procrastinación académica ($\rho = 0.468$; $p < 0.000$).

En Madre de Dios, Bautista y otros (2023) realizaron un estudio con el objetivo de “Determinación de la relación entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en estudiantes del quinto grado de secundaria de cuatro instituciones educativas

públicas peruanas”. La investigación se llevó a cabo con un enfoque cuantitativo, usando un diseño no experimental y un tipo descriptivo-correlacional en un momento específico. La muestra consistió en 233 estudiantes de quinto grado de secundaria. Ellos respondieron a dos cuestionarios que tenían buenas propiedades psicométricas: el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales y la Escala de Procrastinación Académica. Los resultados mostraron que los estudiantes tenían poca adicción a las redes sociales y niveles moderados de procrastinación en sus estudios. El análisis estadístico mostró que había una relación positiva y significativa entre las dos variables, con un coeficiente Rho de Spearman de 0.429 y un p-valor menor a 0.05, lo que indica que esta relación es significativa. Según estos hallazgos, se llegó a la conclusión de que el uso excesivo de las redes sociales afecta el cumplimiento de las responsabilidades académicas.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Adicción a los video juegos

2.2.1.1. Conceptualización de la variable adicción a los video juegos

A. Definición de Adicción

De acuerdo con Cassiani (2018), la adicción se define como una enfermedad caracterizada por la reiteración de comportamientos o el consumo de sustancias, la cual provoca alteraciones en el cerebro y conduce a un comportamiento compulsivo. Pese a las dificultades que este comportamiento o consumo pueda generar, el individuo afectado no puede eludirlo, lo que indica que ha desarrollado una dependencia que afecta su bienestar personal, su entorno social y, en numerosas ocasiones, su empleo o economía.

Las dependencias a ciertas sustancias y comportamientos poseen la capacidad de provocar alteraciones en el cerebro, lo que resulta en un comportamiento adictivo. La adicción se manifiesta a través de alteraciones biológicas que se producen tras la repetición de un

comportamiento o la ingestión de ciertas sustancias (Nizama, 2015). Por lo tanto, se trata de una enfermedad, al igual que otros trastornos médicos como las alergias o la diabetes. La adicción no es una patología que únicamente afecta a individuos débiles, trastornados o desbordados por problemas de gran envergadura. A lo largo de su existencia, individuos desarrollan una enfermedad adictiva, tales como la adicción al tabaco, al alcohol, al juego o a las drogas. La enfermedad adictiva se fundamenta en la misma base en todas las circunstancias. Es posible que cualquier individuo desarrolle una adicción, sin importar su personalidad, su estatus social o su capacidad intelectual (Sandí & Castillo, 2021).

B. Definición de adicción a los video juegos

Este trastorno fue incluido por la Organización Mundial de la Salud en la Clasificación Internacional de Trastornos (CIE-11), (OMS, 2022); enfatizando aspectos como el descontrol sobre el juego, su creciente prioridad en comparación con otras actividades y la tenacidad a pesar de las consecuencias adversas (Griffiths, 2009; Montag et al., 2019).

En la mayoría de los casos, esta dependencia puede definirse como una adicción indisciplinada y descontrolada hacia el uso de videojuegos, que tiene un impacto en sus actividades diarias. Esta persona que sufre estos síntomas ha perdido la capacidad de controlar la forma en que utiliza su tiempo y se comporta con respecto al juego. Tiende a enfocarse en el videojuego a expensas de otras actividades más importantes que pueden perjudicar su bienestar general, tanto físico como mental (Toaza & Lara, 2022).

Por lo que se detalla en el (DSM-5, 2020), la ludopatía se encuentra clasificada dentro de los Trastornos del juego como aquellos que presentan un enfoque periódico y patológico al uso excesivo de videojuegos. “Esto puede tener un impacto desfavorable en varias áreas de la vida del paciente, atinentes a la socialización, el bienestar, el rendimiento escolar o incluso laboral. Para que un futuro diagnóstico se considere válido, se debe conceder un año de

convivencia con el sujeto, el mismo debe obsesionarse por el sudoku. Durante este periodo, los sujetos pueden perder la noción del control que tienen sobre su pasatiempo, dando mayor atención a un videojuego que a sus demás deberes. Es probable que produzca efectos perjudiciales en la vida personal y profesional de uno (American Psychiatric Association, 2020). Los problemas incluyen falta de control, el avance del vicio por encima de labores relevantes, y el hecho de que el jugador aficionado continúa el vicio desafiando todas las posibilidades (Montag et al., 2019).

De forma parecida, Griffiths (2009) subraya que la adicción a los videojuegos comparte diversos componentes fundamentales con otras formas de adicción. Los factores habituales incluyen la relevancia del videojuego en la existencia del individuo y la modificación del estado emocional; así como la alteración del estado emocional, que se refiere a cómo el juego altera las emociones o el estado emocional del jugador; la tolerancia, que implica la necesidad de jugar más tiempo o con mayor intensidad para alcanzar el mismo nivel de satisfacción; la abstinencia, que se manifiesta en síntomas adversos al cesar el juego; el conflicto, tanto interno como con otros aspectos de la vida del jugador, debido al uso excesivo de los videojuegos; y la recaída, que implica el retorno al comportamiento de juego problemático tras períodos de control; y la recaída, que implica el retorno al comportamiento de juego problemático tras períodos de control.

Adicionalmente, estudios más recientes, como los llevados a cabo por Kardefelt-Winther et al. (2017), han identificado que existe una correlación entre la adicción a los videojuegos y una dependencia psicológica, la cual se caracteriza por un deseo intenso o compulsión, similar al que experimentan las personas con adicciones a compuestos.

Este deseo obsesivo de participar en actividades de ocio va acompañado de una discapacidad funcional significativa. Como resultado, los individuos afectados tienden a tener

un rendimiento y bienestar disminuidos en muchos aspectos de sus vidas, incluidas las actividades sociales, ocupacionales o académicas. Esto, a su vez, agrava su estado de salud.

Finalmente, según Lemmens et al. (2009), la adicción a los videojuegos se define como un fenómeno conductual caracterizado por un uso compulsivo y excesivo de los videojuegos que interrumpe significativamente las actividades diarias de un individuo. A pesar de esta tendencia, la realidad es que el consumo incontrolado y no regulado de videojuegos puede plantear una serie de desafíos e impactos negativos en la vida de una persona, sin embargo, la persona en cuestión no logra controlar de manera efectiva su impulso de querer participar más en esta actividad recreativa.

A partir de lo anterior, se puede observar que la adicción se define como una dependencia autoperpetuante que persiste independientemente de los intentos fallidos de moderación, llevando a una creciente incapacidad de equilibrar los videojuegos con otras responsabilidades y relaciones en la vida de una persona. Este tipo de adicción también puede clasificarse dentro de los trastornos del comportamiento. Es evidente en el uso problemático y excesivo de consolas de videojuegos tanto en Internet como fuera de línea. Impacta enormemente la vida personal, social, académica o profesional del individuo.

2.2.1.2. Teorías relacionadas con la adicción a los videojuegos

Desde una perspectiva teórica, las adicciones conductuales, particularmente aquellas asociadas con los videojuegos, envuelven una complejidad considerable de factores psicológicos y sociales. De acuerdo con Sánchez-Carbonell et al. (2008), estas adicciones pueden ser interpretadas como un mecanismo para proteger o tratar problemas fundamentales, lo cual contribuye a su desarrollo y conservación.

Por otro lado, la CIE-11 destaca la importancia de mejorar el control del comportamiento y de acumular efectos negativos, especialmente en casos de problemas familiares, escolares y laborales (OMS, 2022).

Las teorías principales que explican el fenómeno de la adicción a los videojuegos son:

A. Teoría del conductismo de Watson y Skinner

El teórico detrás de la teoría, que originalmente fue John Watson y que más tarde fue ampliamente perfeccionado por B.F. Skinner, esencialmente estudia las conductas observables. Watson (1925) considera que la conducta humana se puede entender y predecir fácilmente a través de la conexión en la que los estímulos que uno obtiene del ambiente aparentemente exterior están en contacto con las respuestas.

Para servir a este propósito, Skinner (1953) describió la idea del condicionamiento operante, donde postula que las consecuencias de una cierta acción tienen un efecto en la probabilidad de que se realice en el futuro. En este caso, los componentes del entorno, tanto positivos como negativos, son a priori capaces de controlar el comportamiento, ya que refuerzan o extinguen varias formas de conducta. Una teoría sobre la motivación humana sugiere que implica algo que al principio es neutral. Por lo tanto, desde la perspectiva de esta teoría, cualquier tipo de comportamiento, incluida la adicción a los videojuegos, puede verse como una reacción condicionada a ciertos estímulos y, por lo tanto, manipulable y variable.

B. Teoría cognitiva de Beck

Por otro lado, la Teoría de Beck asegura que los pensamientos “alterados” son los responsables de alterar de manera directa los sentimientos y los comportamientos. Esta perspectiva identifica los patrones de pensamientos dañinos, también llamados alteraciones cognitivas. Estos problemas pueden ser los precursores de padecimientos como la depresión y la ansiedad. Desde esta perspectiva cognitiva, Beck y sus colaboradores, se enfocaron en la

Triada cognitiva; es decir, la percepción negativa sobre uno mismo, sobre sus experiencias y sobre su futuro. Sugieren que cambiar estas visiones conlleva a cambios masivos en el bienestar psicológico, por lo que es una perspectiva crucial en la terapia cognitivo-conductual (Beck, 1976).

Además, al hablar de la dependencia, es importante entender que algunas creencias inexactas junto con la falta de una razón sólida pueden resultar en la adopción de comportamientos compulsivos. Muchas personas creen que algunas actividades les ayudan a gestionar su ansiedad; sin embargo, estas ideas erróneas sobre los métodos de afrontamiento tienen el potencial de alimentar la dependencia, ya que se convierten en patrones de comportamiento repetitivos diseñados para evitar confrontar emociones desagradables.

C. Teoría psicodinámica de Freud

Sigmund Freud planteó la Teoría Psicodinámica al concluir el siglo XIX y comenzar el siglo XX. La teoría psicodinámica de Freud sostiene que la personalidad surge de procesos inconscientes, que incluyen pensamientos, emociones e impulsos que no podemos reconocer de manera consciente. En estos procesos, Freud reconoció los instintos sexuales y agresivos como elementos propulsores esenciales en la conducta humana. Adicionalmente, su teoría resalta tres estructuras fundamentales de la personalidad: el ello, que simboliza los instintos básicos; el yo, que se ocupa de la lógica y la intermediación entre los anhelos instintivos y las reglas sociales; y el superyó, que incluye los valores morales y éticos (Freud, 1967).

Aparte de estas estructuras, Freud (1967) señaló que la personalidad se forma mediante diversas fases psicosexuales, cada una caracterizada por conflictos particulares que favorecen el desarrollo psicológico. Los mecanismos de protección del yo, tales como la represión y la sublimación, operan para gestionar los impulsos del ello en conflicto con el superyó, jugando un rol crucial en la gestión de la ansiedad y la salvaguarda de la autoestima .

En lo que atañe a esta teoría, puede considerarse el videojuego como un mecanismo de defensa que un jugador utiliza para evitar enfrentar sentimientos emocionales profundos. Un jugador puede sufrir de ansiedad y depresión, y para hacerle frente a esos sentimientos, puede simplemente usar los videojuegos como un escapismo de la realidad.

D. Teoría humanista de Maslow y Rogers

La corriente humanista que estudia la psicología con Carl Rogers y Abraham Maslow como máximos exponentes, lo hace desde la posibilidad del desarrollo y logro del potencial humano. Rogers ponía énfasis en la aceptación incondicional y la empatía en la relación terapéutica, pues afirmaba que con estas, una persona puede alcanzar el desarrollo óptimo. Para Rogers, el terapeuta tiene que ser genuino, aceptar y empatizar con la persona, lo cual le permite a esta descubrir quien realmente es (Rogers, 1951).

Por otro lado, Maslow, creador de la teoría de la pirámide de las necesidades, planteaba que las personas tienen un impulso a satisfacer determinados niveles de riesgos que van desde los más básicos como la necesidad de sentirse seguro y alimentarse, hasta la auto-realización y despliegue integral de las habilidades desarrolladas. Maslow ilustra que, para el ser humano, una vez satisfechas las necesidades básicas, lo que es el motor de conducta es el máximo desarrollo personal alcanzable (Maslow, 1954).

Dentro del ámbito de la ludopatía en los videojuegos, es posible experimentar una sensación momentánea de éxito y pertenencia social; sin embargo, a largo plazo, pueden obstaculizar el crecimiento personal y la realización de necesidades más significativas.

E. Teoría biopsicosocial de Engel

En este sentido, dicha teoría, sin embargo, postula que la salud y el bienestar dependen de una “interacción compleja” entre las tres dimensiones: Sobre la biológica, que abarca la genética, la neuroquímica y los procesos fisiológicos, que afectan no solo la salud mental,

además la física. Psicológico: abarca los aspectos emocionales y cognitivos de la personalidad, de cómo una persona percibe más influye de manera positiva o negativa. Así también cómo afronta los desafíos de la vida. Social: las conexiones e impactos del entorno, en cuanto relaciones familiares, educación, apoyo social, normas culturales y presión social (Engel, 1977).

En lo que respecta a la adicción a los videojuegos, la teoría biopsicosocial combina elementos biológicos, psicológicos y sociales para explicar la dependencia a los videojuegos. Desde este punto de vista, la dependencia surge de una intrincada conexión entre la predisposición genética, los procesos mentales y afectivos, y el contexto social.

2.2.1.3. Herramientas para evaluar la adicción a los videojuegos

A. Internet Gaming Disorder Scale (IGDS)

La Escala de Evaluación de Trastorno de Juego en línea se deriva actualmente de la perpetuación de problemas como dependencia al videojuego de acuerdo a los criterios del DSM-5 para el Trastorno de Juego en Internet (IGD). Para Pontes y Griffiths (2015), la severidad del trastorno es medida por la cantidad de tiempo jugado, cómo la rutina del usuario se altera por el mismo, los problemas a la hora de controlarse, y las consecuencias emocionales que conlleva el uso perjudicial del videojuego.

B. Video Game Addiction Test

El Test de Adicción a los Videojuegos (TAV) es una herramienta que busca medir el nivel de adicción a los videojuegos. Esta escala se basa en los criterios de adicción conductual que examinan el comportamiento excesivo y las consecuencias negativas que surgen del uso problemático de los videojuegos. En la evaluación se consideran problemas relacionados con la gestión del tiempo, interrupciones en las actividades diarias y respuestas emocionales al no poder participar en los videojuegos (Van Rooij et al., 2012).

C. Game Addiction Scale for Adolescents (GASA)

La Game Addiction Scale for Adolescents (GASA) fue creada con la intención de cuantificar la adicción a los videojuegos en los adolescentes. La evaluación captura varios signos de dependencia, como la pérdida de control sobre el tiempo dedicado a jugar, la interrupción de responsabilidades diarias, el comportamiento de evitación y los aspectos emocionales de la adicción a los videojuegos. Es la guía de Julie de 2009 para el diagnóstico de adicción a los videojuegos (Lemmens et al., 2009).

En esta investigación, hemos elegido la Game Addiction Scale for Adolescents (GASA) porque este cuestionario presenta una versión específica para Perú. En un estudio más reciente, Castañeda y Velarde (2020) se aseguraron de ajustar y traducir la escala al español para que pudiera ser utilizada adecuadamente con adolescentes en Lima. Al hacer este ajuste, se tienen en cuenta las características culturales y lingüísticas del contexto particular, lo que mejora la efectividad y autenticidad en el abordaje del problema de la adicción a los videojuegos en Perú.

2.2.1.4. Dimensiones de la adicción a los videojuegos

A. Prominencia: En este caso, el videojuego se convierte en la actividad central en la vida de la persona, desplazando tareas más pertinentes. El juego no solo controla el tiempo de entretenimiento, sino también las ideas, sentimientos y conductas del jugador, incluso cuando no está participando activamente. Esta dimensión muestra la importancia de los videojuegos en la vida diaria del jugador, a tal grado que otros aspectos de la vida, como las interacciones sociales o las obligaciones académicas y laborales, pueden ser dejado de lado. Según Griffiths (2009) y Montag et al. (2019), la prominencia es una sospecha clara de la adicción, ya que la persona empieza a priorizar la recreación en video juegos por encima de actividades y responsabilidades.

- B. Tolerancia:** Esta dimensión hace referencia al incremento en la demanda de jugar por un periodo más extenso o con mayor intensidad para vivir los mismos efectos satisfactorios que inicialmente ofrecían. Es un fenómeno parecido al que se percibe en otras adicciones, tales como el alcoholismo o medicamentos, donde la persona requiere incrementar la dosis para obtener el mismo grado de satisfacción o euforia. Griffiths (2009) señala que la tolerancia en los videojuegos puede no solo conllevar un aumento en el tiempo de juego, sino también un mayor nivel de involucramiento o la búsqueda de prácticas más aceleradas dentro del juego.
- C. Modificación del estado de ánimo:** Los videojuegos funcionan como una herramienta para el control emocional, ofreciendo una manera de manejar el estrés, la ansiedad o problemas emocionales. Los colaboradores utilizan el videojuego como un vehículo para sentir euforia, alivio o escapatoria, empleando el juego como un mecanismo de salida para manejar sus emociones. Griffiths (2009) y Kardefelt-Winther et al. (2017) replican que esta alteración del estado de ánimo puede ser positiva (proporcionando placer) como negativa (proporcionando evasión), dependiendo de las circunstancias emocionales del sujeto.
- D. Retirada:** Hace referencia a los síntomas desfavorables que aparecen cuando el individuo reduce o impide su actividad lúdica. Estos signos pueden abarcar irritabilidad, ansiedad, melancolía, y otras manifestaciones de molestia emocional. Según la American Psychiatric Association (2013) y la Organización Mundial de la Salud (2022), la retirada es una expresión habitual en las adicciones, y en lo que concierne a los videojuegos, puede provocar un agudo anhelo de rejugarse para aliviar la incomodidad provocada por la continencia. Este fenómeno puede inducir al individuo a retomar el juego de forma insistente para prevenir el fastidio emocional.

- E. Conflicto:** El conflicto hace referencia a los apuros y problemas que surgen en las relaciones interpersonales, familiares, laborales o académicas a causa del tiempo excesivo invertido en el videojuego. Los jugadores que sufren de adicción pueden pasar por alto sus deberes sociales o laborales, lo que puede provocar problemas y apartamientos con amigos, parientes o colegas de trabajo. Según Sánchez-Carbonell et al. (2008), este conflicto social y académico es una de las características centrales de la adicción a los videojuegos, ya que el tiempo y la energía que se invierten en los juegos se quitan de otras áreas de la vida que demandan atención.
- F. Recaída:** La recaída es un proceso en el que el individuo retorna a sus hábitos de juego intensos tras haber tratado de controlar o frenar el uso excesivo. Comúnmente, las recaídas suceden tras periodos de inactividad o cuando el jugador trata de poner límites para disminuir el tiempo de juego, pero no consigue sostenerlos a largo plazo. Según Griffiths (2009), la recaída manifiesta la naturaleza coercitiva de la adicción, donde los intentos de control son superados por la necesidad de jugar.
- G. Problemas:** Este aspecto trata las consecuencias adversas que resultan de la adicción a los videojuegos, tanto en el ámbito moral como físico. Los inconvenientes pueden abarcar un desperfecto en la salud mental, tales como depresión, ansiedad o alteraciones del sueño, además de problemas físicos, como cansancio, dolores musculares o trastornos de postura a causa del juego extenso. Montag et al. (2019) destacan que la adicción a los videojuegos no solo afecta el bienestar psicológico, sino que también puede tener secuelas en la salud física y social del sujeto, estableciendo un círculo vicioso de reclusión y deterioro extendido del bienestar.

2.2.2. Procrastinación académica

2.2.2.1. Conceptualización de la variable procrastinación académica

A. Definición de procrastinación

La procrastinación se define, según Atalaya y García (2019) define como una elección ilógica que proviene de la manera en que nuestro cerebro mide premios y esfuerzos. La procrastinación no es un trastorno, sino una inclinación consciente que se ve afectada por el sistema límbico (recompensas instantáneas) y el lóbulo prefrontal (autocontrol). Separa entre los iniciadores, que gozan al iniciar proyectos, y los que los finalizan. En última instancia, la procrastinación no solo se circunscribe a los asuntos académicos o laborales, sino que también nos limita en la propia vida, aplazando lo esencial.

B. Definición de procrastinación académica

La procrastinación en el estudio implica el aplazamiento voluntario de ciertas obligaciones académicas autoimpuestas y suele desarrollarse incluso cuando el estudiante sabe cuáles son los efectos adversos, que incluyen el rendimiento académico disminuido, el aumento del estrés y la ansiedad. La intrincada naturaleza de este fenómeno aborda su capacidad para diferir responsabilidades intencionalmente, apoyada por una combinación de factores emocionales, cognitivos y conductuales (Ayala et al., 2020). Esta situación afecta negativamente la gestión del tiempo, el desarrollo académico y el bienestar emocional de los estudiantes, causando una gran cantidad de estrés y afectando negativamente la calidad de su trabajo. Es importante señalar que este es un buen ejemplo del fracaso en completar tareas académicas importantes debido a la noción de que al hacerlo su rendimiento general se verá afectado negativamente.

Estrada (2021) explica la procrastinación en el contexto de la educación como una estrategia personal autoderrotista donde la evitación de actividades específicas se realiza con la esperanza de mejorar situaciones por medios excesivamente simplistas. En términos de

organización, requiere la falta de habilidades para establecer prioridades. Desde este punto de vista, la procrastinación no es meramente un problema de mala gestión del tiempo, sino que concierne a la autorregulación de emociones relacionadas con la experiencia aversiva de tener que cumplir con expectativas académicas.

Estrada acentúa que los estudiantes que aplazan tareas suelen eludir tomarlas debido a lo conflictivas que les resultan emocionalmente y, de esta forma, se encuentran en un ciclo de aplazamiento constante que solo produce un incremento en la cantidad de tareas que necesitan completar.

Chura et al. (2021) recuerdan que la procrastinación en el estudio es una forma de eludir tareas importantes y que esta conducta tiene consecuencias relacionadas en el rendimiento escolar y la salud general de los estudiantes. Según su estudio, la procrastinación tiende a hacer que las personas elijan actividades de menor importancia pero que son más agradables, en lugar de atender en labores que requieren atención. Este patrón de conducta, que es típico, no solo incide en el rendimiento escolar, sino que produce culpa y ansiedad.

El comportamiento de postergación es meticulosamente estudiado por Moreta-Herrera et al. (2021), quienes afirman que es producto de una mala administración del tiempo así como de errores en la actividad de autosabotaje. Para esos autores, la Psicología juega un papel importante respecto a la ansiedad y autopercepción que puede estimular comportamientos de procrastinación. Y es que desde su perspectiva, los estudiantes que consideran las tareas como demasiado pesadas o difíciles tienden a evitarlas, las cuales en sí promueven una alteración de ansiedad y temor por el fracaso.

En su trabajo, Garzón et al. (2019) se enfocan en la procrastinación teniendo en cuenta varios factores como la autorregulación y el manejo de las emociones. Dentro de esta lógica, estudiantes que se sienten poco seguros de sí mismos y de sus capacidades para llevar a cabo

tareas suelen ser postergadores. Al mismo tiempo, la incapacidad para manejar la ansiedad o el miedo al fracaso también es un factor importante que permite la postergación de actividades. Según los autores, la frase postergación o procrastinación demuestra que la conducta de postergar se asocia no solo con el manejo del tiempo, sino que se constituye en ausencia de habilidades emocionales y mentales para cumplir con los requerimientos escolares.

Finalmente, Tuckman (1991) señala que la procrastinación es el hecho de dejar de lado actividades críticas o importantes para dedicarse a cosas más agradables, aunque sea de menor relevancia. Tuckman afirma que tal conducta está relacionada con el abandono de tareas que involucran un malestar o tensión.

Por tanto, podemos concluir que la procrastinación académica puede definirse como la conducta donde un estudiante dilata, de manera voluntaria y sistemática, las tareas escolares a su cargo, aun cuando sabe las dificultades que dicho retraso puede traerle a su desempeño académico, salud mental y su bienestar general. Este comportamiento no solo conlleva a problemas de tiempo, sino también al manejo emocional y cognitivo que un alumno necesita para llevar a cabo sus obligaciones estudiantiles de manera eficiente.

2.2.2.2. Teorías relacionadas con la procrastinación académica

La procrastinación académica se analiza desde diversas perspectivas teóricas:

A. Teoría racional emotiva conductual (TREC) de Ellis y Knaus

Esta teoría, propuesta por Ellis y Knaus en los años 50, enfatiza la relación entre nuestras creencias, sentimientos y actos. Según la TREC, los humanos no procrastinan eventos por sí mismos, sino debido a las creencias irracionales que tienen sobre tales eventos (Ellis, 1950). Más específicamente, son las percepciones distorsionadas e ilógicas de las tareas y sus resultados las que evocan emociones desfavorables como la ansiedad o el miedo, lo que, a su vez, conduce a la procrastinación.

Para la Teoría Racional Emotiva Conductual - TREC, los alumnos evitan la actividad escolar por aplazamiento debido a creencias irracionales relacionadas con el rendimiento académico. Hay alumnos que pueden convencerse de que deben obtener calificaciones sobresalientes en sus exámenes y si no logran esto, se sienten como un completo fracaso. Esta creencia sin fundamentos puede llevarlos a omitir cualquier tipo de responsabilidad académica, puesto que tienen miedo de no cumplir con sus propias expectativas, lo que, a su vez, cultiva un ciclo de procrastinación causado por el miedo al fracaso y la ansiedad (Ellis & Knaus, 1979). Esta autoexigencia propicia el estado de ansiedad y un temor desproporcionado al fracaso, lo que conlleva a las personas a dejar de cumplir con el deber escolar.

B. Teoría de la motivación temporal (TMT) de Steel y König

Esta teoría de Steel y Kong (2006) sostiene que la procrastinación ocurre cuando las personas sobrevaloran las recompensas instantáneas en comparación con las a largo plazo. La TMT argumenta que la motivación para completar una tarea proviene de la relación entre todas estas y la expectativa de emprender la tarea. Cuando la expectativa de lograr un resultado positivo, así como la valoración de la tarea, es muy alta, junto con la impulsividad, la posibilidad de procrastinación aumenta. Esto sucede porque, a pesar de la importancia de la tarea en cuestión, el estudiante se enfoca más en las tareas de menor prioridad que proporcionan gratificación inmediata.

Además los autores Steel y König (2006) argumentan que entender la procrastinación como un problema derivado de malas estimaciones temporales y de recompensa permite aplicar técnicas de modificación de comportamiento que ajustan cómo las personas perciben y valoran sus acciones y sus consecuencias en el tiempo. Al mejorar la definición de metas y el establecimiento de plazos puede ayudar a las personas a sentir las recompensas futuras como más inmediatas y, por lo tanto, más valiosas. Esto sugiere que la procrastinación no solo es un

rasgo de personalidad, sino un hábito modificable mediante la adaptación del entorno y la percepción individual del tiempo y las recompensas.

2.2.2.3. Herramientas para evaluar la procrastinación académica

A. Escala de Procrastinación Académica (EPA)

Originalmente creada por Busko (1998), la Escala de Procrastinación Académica (EPA) fue más tarde adaptada y propuesta por Domínguez et al. (2014) para intentar medir cuánta procrastinación realizan los estudiantes con fines académicos. El instrumento se compone de doce elementos. Estos elementos cubren las diversas dimensiones de la procrastinación académica que incluyen el retraso en las tareas, y los factores emocionales y cognitivos asociados con la ansiedad y el estrés como consecuencias de las tareas pendientes. La EPA permite no solo determinar la frecuencia con la que los estudiantes posponen sus tareas, sino también comprender factores emocionales y motivacionales como la baja autoeficacia o el miedo al fracaso.

Esta escala ha sido ampliamente utilizada en estudiantes de universidad y preparatoria para entender más profundamente el fenómeno de la procrastinación. Domínguez et al. (2014) también introdujeron una versión que consta de 8 ítems para permitir evaluaciones rápidas mientras se capturan los principales componentes de la procrastinación.

B. Procrastination Assessment Scale for Students (PASS)

Este instrumento desarrollado por Solomon y Rothblum (1984) está diseñado para medir tanto la procrastinación académica como sus causas. Captura dos aspectos críticos: la frecuencia de la postergación de tareas por parte de los estudiantes y las razones subyacentes por las que ocurre dicha postergación. Abarcando una amplia gama de características, el PASS examina una variedad de factores internos como la falta de motivación, la baja autoeficacia, la ansiedad relacionada con el fracaso, así como externos como las distracciones sociales y el

estrés académico. Este instrumento ha sido validado en una serie de culturas y contextos, lo que hace posible comparar diferentes cohortes de estudiantes con mayor facilidad (Garzón et al., 2019).

C. Tuckman Academic Procrastination Scale (TPS)

Esta escala fue creada por Bruce W. Tuckman (1991), y es una de las más populares utilizadas para medir la procrastinación académica en estudiantes. Es un cuestionario de autoinforme que se centra en las percepciones del comportamiento procrastinador de los estudiantes y evalúa la probabilidad con la que un estudiante puede posponer el trabajo académico debido a la baja motivación, la ansiedad o la percepción de dificultad. Ha sido utilizada en varios estudios académicos sobre la procrastinación y sus resultados han sido importantes para la construcción de modelos teóricos que explican la relación de la procrastinación con la autoeficacia o el autocontrol.

Recientemente, Galindo y Olivás (2022), han realizado una adaptación de la TPS a la realidad peruana. Esta adaptación fue hecha para obtener evidencias psicométricas e información normativa en estudiantes de secundaria en Lima. Esto hacía posible la validación de la escala para la población peruana y la contextualización de sus resultados en la realidad académica del país. La ATPS ha mostrado ser alta en confiabilidad y validez, lo que la posiciona como el instrumento más importante para el estudio sobre la procrastinación en peruanos y en el resto de Latinoamérica. Este fue el instrumento elegido para la investigación, por la cultura en la que se realiza el estudio y porque tiene validez psicométrica.

2.2.2.4. Dimensiones de la procrastinación académica

A. Postergación de tareas: Un componente vital de la procrastinación en el contexto académico es el aplazamiento auto infligido de tareas que tienen importancia, como la entrega de trabajos, el estudio para exámenes o incluso la realización de las lecturas

requeridas. Los estudiantes que reducen sus horas de estudio tienden a desviar su atención hacia actividades no académicas que a menudo son poco importantes, como navegar por la web, ver redes sociales o participar en otras formas de ocio, en lugar de cumplir con sus obligaciones académicas (Manchado & Hervías, 2021). Este patrón de comportamiento está probablemente asociado con una percepción de incapacidad para abordar la tarea o una tendencia a participar en actividades que ofrecen gratificación inmediata y que no son exigentes, lo que, en última instancia, mantiene al individuo en un estado de constante aplazamiento que es inevitablemente perjudicial para su éxito académico.

Steel (2007) argumenta que esta dimensión indica una falta de control en el compromiso voluntario con las actividades académicas y la procrastinación auto infligida el mayor tiempo posible a pesar de cualquier consecuencia adversa. La procrastinación crónica también puede dar lugar a un sentido de culpa y ansiedad, creando así un ciclo de procrastinación.

B. Autogestión del tiempo: Un aspecto crucial lo constituye la gestión personal del tiempo, la que se refiere de manera concreta, a la dificultad en la organización, planeación y distribución del tiempo. La problemática de la gestión de tiempo es multifacética, dado que abarca desde la incapacidad de cumplir con los plazos establecidos hasta una muy baja efectividad en la producción de actividades. Al menos algunos estudiantes que procrastinan en sus actividades suelen tener problemas para jerarquizar tareas, así como para gestionar su tiempo entre obligaciones académicas y de tipo personal, lo que sin duda aumenta el riesgo de postergar actividades programadas (Moreta et al., 2021). En este sentido, la procrastinación puede tener su origen en el contexto descrito, donde la sobrecarga produce la imposibilidad de dar inicio a tareas por carecer de una planificación efectiva.

Esta dimensión también se relaciona con un déficit en el autocontrol y la regulación emocional, en donde los alumnos en la mayor parte de las ocasiones realizan postergaciones como un mecanismo de elusión ante la tensión o ansiedad que produce hacer dichas tareas.

C. Evitación del esfuerzo: La ausencia del esfuerzo propio es un elemento más que enriquece el fenómeno de la procrastinación académica, que en sí mismo es la evasión de realizar cualquiera que sea la tarea que demanda un esfuerzo cognitivo, emocional o físico que resulta ser considerable. En la mayoría de los casos, los estudiantes que suelen procrastinar eligen actividades que requieren un bajo nivel de esfuerzo en donde no se necesita pensar, como el uso de dispositivos móviles o actividades deportivas menos exigentes, en lugar de realizar alguna actividad escolar que ellos consideren que es difícil o desafiante. Esta conducta de evitación puede estar relacionada con una baja tolerancia al dolor o con la sensación incapacitante ante tareas de alta complejidad (Manchado & Hervías, 2021).

Dificultades para sobrellevar el miedo al fracaso, acompañado de ansiedad anticipatoria, son dos de los más comunes que se asocian junto a esta dimensión, ya que hay muchos estudiantes que evitan asumir responsabilidades que son consideradas complejas debido al miedo a no satisfacer los resultados que ellos mismos se han impuesto o otros esperan de ellos (Zepeda et al., 2023). Así, en este caso, la dilación se convierte en una estrategia más para manejar el problema y el estrés que la misma tarea provoca. Pero al final, a la larga esta situación hace que se incremente el malestar y la ansiedad.

Eludir tareas difíciles resulta en una satisfacción a corto plazo, pero es necesario reconocer que hay consecuencias a nivel emocional muy desfavorables una vez que estas se comienzan a acumular (Tuckman, 1991).

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

2.3.2 Hipótesis específicas

Hipótesis específica 1

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Hipótesis específica 2

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Hipótesis específica 3

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

La presente investigación se seleccionó el método hipotético-deductivo, que implica la formulación de hipótesis fundamentadas en el marco teórico y su posterior verificación o rechazo mediante el análisis de los datos recolectados. Conforme a Arias (2019), este método se fundamenta en la formulación de hipótesis derivadas de conocimientos teóricos previos, los cuales se contrastan empíricamente para arribar a conclusiones sobre el fenómeno en estudio.

El método de investigación se define como la serie de procedimientos o estrategias implementadas con el fin de lograr un objetivo específico, de forma sistemática y gradual. De acuerdo con Losada y Zambrano (2022), este proceso es progresivo y se desarrolla mediante una serie de etapas que tienen como objetivo generar conocimiento válido y provechoso. Según Sánchez (2019), la metodología se fundamenta en premisas generales que sirven como fundamento para llegar a conclusiones específicas y particulares. En otras palabras, se inicia con un marco teórico o una serie de principios generales que orientan la investigación hacia hallazgos tangibles.

3.2. Enfoque investigativo

El enfoque adoptado por esta investigación es el cuantitativo, porque se basa en la recolección y posterior análisis de datos numéricos que nacen de la recolección de datos por medio de los instrumentos, estos datos posibilitan medir correlaciones, y tendencias de las variables. Según Sánchez (2019), el enfoque cuantitativo se caracteriza por ser una serie de procesos sistemáticos y estructurados que se llevan a cabo a lo largo de diversas etapas secuenciales. Cada una de estas etapas contribuye a la obtención y análisis de datos con el objetivo de llegar a conclusiones objetivas. Este método se distingue por la recolección de datos numéricos de forma precisa y sistemática, los cuales posteriormente son examinados mediante instrumentos estadísticos. De acuerdo con Vidal (2022), el enfoque cuantitativo se fundamenta

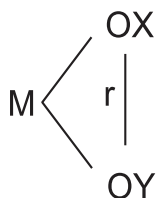
en los preceptos del positivismo, una escuela filosófica que postula que el conocimiento genuino únicamente puede ser extraído de la observación empírica y la experiencia directa.

3.3. Tipo de investigación

Este estudio es de tipo como básica o pura, dado que su propósito es la generación de conocimientos sobre la interrelación entre las variables examinadas, sin pretender modificar de forma directa la realidad observada. De acuerdo con Haro et al. (2024), la finalidad primordial de la investigación básica radica en la expansión del corpus teórico existente en relación a un fenómeno, sin aspirar a una aplicación inmediata. Simultáneamente, Ander-Egg (2011) señala que este tipo de investigación “es el que se realiza con el propósito de acrecentar los conocimientos teóricos para el progreso de una ciencia específica, sin interesarse directamente en sus posibles aplicaciones o consecuencias prácticas” (p. 42). En otras palabras, los hallazgos de la presente investigación no buscan abordar los problemas de manera inmediata, sino que se orientan hacia el incremento del conocimiento y la formulación de soluciones que pueden ser consideradas en el futuro.

3.4. Diseño de la investigación

La investigación es de diseño no experimental y de corte transversal. Esto implica que las variables de estudio no son manipuladas y que los datos son recopilados en un único momento temporal. De acuerdo con Ñaupas et al. (2018), el diseño de investigación se define como la estructura que, además de responder a las preguntas de investigación, debe especificar las variables a examinar, su control y manipulación, así como el número de observaciones y su correspondiente interpretación. En el presente estudio, el nivel o alcance corresponde a una investigación correlacional. Estas se emplean para determinar el grado de correlación o asociación entre una variable (X) y otra variable (Z) que no sean dependientes una de la otra. El esquema que se utiliza es el siguiente:



M: muestra

X, Y: variables

O_x: observación o medición de la variable X

r: coeficiente de correlación entre variables

O_y: observación o medición de la variable Y

Fuente: Tomado de Ñaupas, H. et al. (2018). Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis, p. 368.

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

De acuerdo con Arias (2019), se define la población “es un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación, esta queda delimitada por el problema y por los objetivos del estudio” (p. 81). En la actualidad, el grupo de interés comprende a todos los alumnos inscritos en los niveles señalados, quienes poseen las particularidades requeridas para alcanzar los objetivos determinados en la presente investigación.

En este caso, la población corresponde al conjunto de alumnos de tercero a quinto grado de secundaria, cuyas edades están entre los 14 a 17 años, pertenecientes a la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau de Abancay, el total de la población es de 909 estudiantes del nivel secundario.

Tabla 1.*Total de estudiantes por grado y sección en el nivel secundario*

Año	A	B	C	D	E	F	G	Total
1°	33	32	32	32	30	29		188
2°	32	33	31	31	30	30		187
3°	29	32	31	29	30	29	28	208
4°	30	26	21	29	30	29		165
5°	28	28	25	28	26	26		161
Total								909

*Fuente: Datos obtenidos de los registros académicos de la I. E. E. Miguel Grau para el 2025.***3.5.2. Muestra**

De acuerdo con Supo (2014), una muestra se define “una parte de la población que tenemos que estudiar para llevar sus conclusiones desde la muestra hacia la población” (p. 1). El propósito de seleccionar una muestra es realizar inferencias acerca de la población sin la necesidad de examinar a todos sus integrantes.

En la presente circunstancia, la muestra fue seleccionada a través del muestreo no probabilístico, precisamente el muestreo por conveniencia, siguiendo de lo que señala Supo (2014), el muestreo por conveniencia se realiza cuando “no hay ningún procedimiento, ninguna acción ni razón, es simplemente deliberado” (p. 55). De manera conveniente, la muestra fue integrada por 534 estudiantes de tercero a quinto de secundaria.

Tabla 2.*Distribución de estudiantes por grado y sección del ciclo séptimo*

Año	A	B	C	D	E	F	G	Total
3°	29	32	31	29	30	29	28	208
4°	30	26	21	29	30	29		165
5°	28	28	25	28	26	26		161
Total								534

Fuente: Datos obtenidos de los registros académicos de la I. E. E. Miguel Grau para el 2025.

3.5.3. Muestreo

Para la selección de la muestra, se ha utilizado una metodología de muestreo no probabilística, concretamente a través del uso de muestreo por conveniencia. Este procedimiento fue elegido por su efectividad en circunstancias donde la accesibilidad y la disponibilidad de los individuos son las principales restricciones. En el muestreo por conveniencia, se seleccionan a los participantes en función de su accesibilidad, lo que facilita la recolección de datos de forma asequible (Pérez-Flores, 2024). Por lo tanto, para simplificar la ejecución de este estudio, se eligió como muestra a todos los alumnos de tercer a quinto año del nivel secundario de la institución educativa citada.

A. Criterios de inclusión

- Estudiantes matriculados en los grados de tercero a quinto de secundaria en la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau de Abancay.
- Estudiantes con edades entre los 14 y 17 años, que es el rango de edad típico para los grados seleccionados.
- Estudiantes dispuestos a participar en la investigación, que firmaron el consentimiento informado o fueron representados por sus padres o tutores legales.

B. Criterios de exclusión

- Estudiantes que no estuvieran matriculados en el ciclo escolar correspondiente al momento de la investigación.
- Estudiantes que, por cualquier motivo, no pudieran asistir o participar en las actividades de la investigación.
- Estudiantes que no aceptaron participar o no contaron con el consentimiento informado adecuado.

3.6. Variables y operacionalización

Tabla 3.

Operacionalización de variable adicción a los video juegos

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Adicción a los videos juegos	La adicción a los videojuegos es un patrón de comportamiento caracterizado por un uso excesivo y compulsivo de los videojuegos, que interfiere en la vida diaria del individuo (Lemmens et al., 2009).	Evalúa el uso excesivo y compulsivo de los videojuegos mediante un cuestionario de 21 ítems, distribuidos en 7 dimensiones. Aplicación individual con escala de Likert (Nunca, Raramente, Algunas veces, A menudo, Muy a menudo).	- Prominencia	1, 2, 3	ORDINAL
			- Tolerancia	4, 5, 6	
			- Modificación del estado de ánimo	7, 8, 9	
			- Retirada	10, 11, 12	
			- Recaída	13, 14, 15	
			- Conflicto	16, 17, 18	
		- Problemas	19, 20, 21		

Fuente: Elaboración propia

Tabla 4.

Operacionalización de variable procrastinación académica

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Ítems	Escala de medición
Procrastinación académica	La procrastinación académica es el acto de retrasar o posponer tareas académicas de manera intencional, a pesar de las consecuencias negativas que pueda traer (Tuckman, 1991).	Mide la tendencia a posponer tareas académicas intencionalmente mediante un cuestionario de 15 ítems, estructurado en 3 dimensiones. Se aplica de manera individual con escala de likert (Nunca, Poco, A veces, Bastante, Siempre).	- Postergación de tareas	1, 2, 3, 4, 15	ORDINAL
			- Autogestión del tiempo	5, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14	
			- Evitación del esfuerzo	6, 8	

Fuente: Elaboración propia

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1 Técnica

De acuerdo con Feria et al. (2020), la encuesta es una técnica que facilita la obtención de información de una población mediante preguntas directas y estandarizadas, con el propósito de cuantificar características, opiniones o comportamientos de interés. En el presente estudio, el método utilizado para la recolección de información fue la encuesta. Esta técnica implica el uso de un grupo de preguntas estructuradas, creadas específicamente para recopilar información pertinente y cuantificable acerca de las variables de interés. En ambas situaciones, para medir las variables adicción a los videojuegos y la procrastinación académica, se empleó la encuesta como principal instrumento, de forma censal, lo que implica que toda la población fue objeto de estudio.

3.7.2 Descripción

Para medir las variables principales del estudio, se utilizaron los siguientes instrumentos:

Escala de Adicción a los Videojuegos (GAS), adaptada a la realidad peruana, para evaluar el nivel de adicción a los videojuegos en los estudiantes.

Tabla 5.

Ficha técnica de Escala de Adicción a los Videojuegos

Nombre	Game Addiction Scale for Adolescents (GAS)
Autor	Lemmens, J.; Valkenburg, P.; y Peter, J. (2009)
Adaptación Perú	Castañeda, S.; y Velarde, J. (2020)
Administración	La escala se administra de manera individual o colectiva en sesiones presenciales.

Duración	Aproximadamente 11-15 minutos.
Aplicación	La aplicación se realiza de forma física y el participante completa la escala por sí mismo.
Escala	Ordinal: 1 (Nunca) a 5 (Muy a menudo)

Fuente: Elaboración propia

Escala de Procrastinación Académica de Tuckman (ATPS), adaptada a la realidad peruana, para medir el nivel de procrastinación académica en los estudiantes de secundaria

Tabla 6.

Ficha técnica de Escala de Procrastinación Académica de Tuckman

Nombre	Tuckman Academic Procrastination Scale (TPS)
Autor	Tuckman, B. (1991)
Versión condensada	Furlan, L.; Heredia, D.; Piemontesi, S.; Illbele, A.; y Sánchez, J. (2010)
Adaptación Perú	Galindo, J.; y Olivas, L. (2022)
Administración	La escala se administra de manera individual o colectiva, ya sea de forma presencial o en línea, dependiendo del contexto del estudio.
Duración	Aproximadamente 10-15 minutos.
Aplicación	La aplicación es autoadministrada en formato físico o digital, permitiendo que los estudiantes respondan por sí mismos a las preguntas.
Escala	Ordinal: 1 (Nunca) a 4 (Siempre)

Fuente: Elaboración propia

3.7.3 Validación

Ambos instrumentos utilizados en este estudio, la Escala de Adicción a los Videojuegos (GAS) y la Escala de Procrastinación Académica de Tuckman (ATPS), fueron previamente validados. Esto asegura que las herramientas midan adecuadamente las variables propuestas en el contexto de la población estudiada.

La validez del instrumento es un recurso audiovisual dirigido a estudiantes e investigadores en un trabajo de grado, cuyo propósito es brindar información sobre el proceso de validación de los instrumentos empleados en una investigación (López et al., 2019). La validez constituye un elemento crucial, considerando que el instrumento es el instrumento que recopila la información requerida, directamente de la realidad en estudio, para identificar las soluciones al problema propuesto. De acuerdo con Carvajal et al. (2011), el proceso de validación confirma que el instrumento mencionado ha sido diseñado conforme a la estructura habitual para este tipo de formato, cumpliendo con los criterios preestablecidos y vinculado al contenido tratado en el trabajo de grado.

3.7.4 Confiabilidad

Para determinar la fiabilidad de los dispositivos, se utilizó el Alfa de Cronbach, un coeficiente bien reconocido para medir la consistencia interna de un instrumento. Según Rodríguez y Reguant (2020), “El Alfa de Cronbach” se refiere a un indicador que evalúa el grado de heterogeneidad de los ítems en un instrumento, es decir, el grado en el que un instrumento particular mide una variable específica.

Además, se aplicó el Alfa de Cronbach como parte del procedimiento sobre la fiabilidad del dispositivo. Antes de esto, se realizó una prueba piloto con 20 estudiantes de la misma escuela con el fin de determinar la consistencia interna de los instrumentos. A continuación se presentan los resultados:

Escala de Adicción a los Videojuegos (GAS): El coeficiente obtenido fue de $a=0.85$, lo que indica una alta confiabilidad.

Escala de Procrastinación Académica de Tuckman (ATPS): El coeficiente alcanzado fue de $a=0.83$, lo que también refleja una alta consistencia interna.

Estos resultados evidencian que los instrumentos empleados son confiables para medir las variables de interés, permitiendo obtener datos precisos y replicables.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

Primero, se obtuvieron los permisos requeridos con la institución educativa Emblemática Miguel Grau de Abancay para asegurar la autorización adecuada para realizar el estudio. Además, se realizó la coordinación con los profesores y el personal administrativo a fin de seleccionar los horarios más adecuados para la administración de las encuestas para que no choquen con las actividades escolares de los estudiantes.

Las encuestas se administraron en formato papel utilizando instrumentos ya validados y adaptados al contexto peruano. Este método facilitó la interacción directa con los estudiantes, así como supervisar la calidad de las respuestas dadas. Después de que se hayan recopilado los datos, se trasladaron a una hoja de cálculo utilizando Microsoft Excel, y los datos se organizaron para facilitar el análisis posterior. En esta etapa, los datos se limpiaron corrigiendo errores como la incompletitud y otros fallos.

Los datos ordenados se llevaron al software SPSS donde se realizó todo el análisis descriptivo relevante para diferentes variables. Se utilizaron las pruebas de Shapiro-Wilk o Kolmogorov-Smirnov para medir la normalidad de la información dependiendo del tipo de variable.

Finalmente, se llevó a cabo el análisis correlacional utilizando las pruebas estadísticas más adecuadas para medir la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación

académica, de acuerdo con los propósitos del estudio. Esta etapa concluyó con la confirmación de las hipótesis propuestas, lo que ayudó a obtener los resultados necesarios para la discusión y formulación de conclusiones del estudio de investigación.

3.9. Aspectos éticos

La presente investigación se llevó a cabo de acuerdo con los estándares éticos establecidos para la investigación académica. Seguiré las pautas del Manual de Tesis con Orientación Cuantitativa de la Universidad Norbert Wiener. En lo que respecta a la autoría intelectual, los participantes académicos en la investigación fueron reconocidos bajo las Normas de Citación APA 7. Todas las citas se citaron según lo indicado por las regulaciones establecidas para evitar el plagio y garantizar la responsabilidad en la erudición.

Además, se garantizó el cumplimiento de los estándares éticos y profesionales establecidos por el Colegio de Psicólogos del Perú, conforme se dispone en el Capítulo III del Código de Ética y Deontología. Esto incluye cumplir con las leyes locales e internacionales diseñadas para salvaguardar los derechos de los sujetos y la naturaleza propietaria de la información recopilada durante el estudio, asegurando el consentimiento informado y la aprobación de un comité de revisión ética acreditado para cualquier investigación en sujetos humanos (Colegio de Psicólogos del Perú, 2018).

De conformidad con la política de privacidad de los trabajadores dentro del proyecto, la información personal de los estudiantes fue tratada de manera anónima. En lo que respecta a obtener el consentimiento informado, los estudiantes participantes recibieron información detallada acerca de los objetivos de la investigación antes de proceder con las encuestas. De igual forma, la información recabada fue utilizada únicamente en investigaciones científicas resguardando la privacidad y la identidad de los sujetos de investigación.

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1. Resultados

4.1.1 Análisis descriptivo de resultados

4.1.1.1. Variable adicción a los video juegos

Tabla 7.

Nivel de adicción a los video juegos

Variable/dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Adicción a los videojuegos	152	28,5%	214	40,1%	168	31,5%
Dimensión prominencia	159	29,8%	155	29,0%	220	41,2%
Dimensión tolerancia	101	18,9%	230	43,1%	203	38,0%
Dimensión modificación del estado de ánimo	150	28,1%	218	40,8%	166	31,1%
Dimensión retirada	146	27,3%	81	15,2%	307	57,5%
Dimensión recaída	129	24,2%	221	41,4%	184	34,5%
Dimensión conflicto	132	24,7%	226	42,3%	176	33,0%
Dimensión problemas	152	28,5%	116	21,7%	266	49,8%

La tabla anterior indica que la mayor parte de los estudiantes se encuentra en un nivel medio de adicción a los videojuegos (40,1%). Con respecto a la dimensión prominencia, la mayor parte de los estudiantes se encuentra en el nivel alto (41,2%). En la dimensión de tolerancia, el promedio resulta ser el más común con un 43,1% de los participantes obteniendo dicho resultado. En cuanto a la modificación del estado de ánimo, el 40,8% se encuentra en el medio, mientras que el 31,1% se ubica en un nivel alto. En lo que respecta al aislamiento, una mayoría significativa (57,5%) muestra un alto nivel de dependencia. Las dimensiones restantes presentan distribuciones equilibradas, con recaídas en un 41,4%, conflictos en un 42,3% en rango medio y, por último, la dimensión de problemas con casi la mitad (49,8%) categorizada como de alto nivel.

4.1.1.2. Variable procrastinación académica

Tabla 8.

Nivel de procrastinación académica

Variable/dimensiones	Bajo		Medio		Alto	
	f	%	f	%	f	%
Procrastinación académica	148	27,7%	210	39,3%	176	33,0%
Dimensión postergación de tareas	154	28,8%	178	33,3%	202	37,8%
Dimensión autogestión del tiempo	99	18,5%	253	47,4%	182	34,1%
Dimensión evitación del esfuerzo	90	16,9%	136	25,5%	308	57,7%

En la anterior se evidencia que, en general, la mayor parte de los alumnos presenta un promedio de procrastinación académica de 39,3%. Por lo que respecta a las dimensiones en postergación de tareas, en el nivel alto el porcentaje es 37,8%, es decir, que gran parte de los estudiantes retrasan el cumplimiento de sus tareas. En cuanto a autogestión del tiempo, el nivel medio es el predominante (47,4%), y en evitación del esfuerzo, un 57,7% se sitúa en un nivel alto, lo que indicaría que hay una marcada tendencia a la evasión del esfuerzo académico.

4.1.2 Prueba de hipótesis

Prueba de normalidad

Tabla 9.

Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov de la variable adicción a los video juegos

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Adicción a los video juegos	0,122	534	0,000
Prominencia	0,130	534	0,000
Tolerancia	0,116	534	0,000
Modificación del estado de ánimo	0,150	534	0,000
Retirada	0,174	534	0,000
Recaída	0,170	534	0,000
Conflicto	0,141	534	0,000
Problemas	0,196	534	0,000

Nota: sig. < .05.

Tabla 10.

Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov de la variable procrastinación académica

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Procrastinación académica	0,117	534	0,000
Postergación de tareas	0,124	534	0,000
Autogestión del tiempo	0,134	534	0,000
Evitación del esfuerzo	0,206	534	0,000

Nota: sig. < .05.

Dado que el tamaño de la muestra es mayor a 50 participantes, se optó por la prueba Kolmogorov-Smirnov para comprobar el supuesto de normalidad. Los hallazgos mostraron que la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, tuvieron niveles de significancia menores a .05 ($p < .05$), lo cual demuestra que estas variables tienden a no cumplir con la normalidad. Por eso, se utilizó el coeficiente correlacional Rho de Spearman que es indicado para datos no paramétricos.

Prueba de hipótesis

Tabla 11.

Interpretación del coeficiente de correlación de Spearman.

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

Para interpretar los resultados de las correlaciones en el estudio actual, se utilizó la tabla que contiene los rangos del coeficiente de correlación de Spearman, que permite ordenar la fuerza y la dirección de la relación entre las variables (Szmidt & Kacprzyk, 2010).

Hipótesis general:

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Tabla 12.

Correlación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica

		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Adicción a los video juegos	Coeficiente de correlación	0,722
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	534

Nota: sig. < .05.

En la tabla se observa que la correlación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica es de 0.722, con un nivel de significancia de 0.000, menor al nivel de significancia de 0.05. Esto evidencia una correlación positiva alta y estadísticamente significativa. Por lo tanto, se acepta la hipótesis general, evidenciando una relación positiva alta entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en alumnos de educación secundaria.

Hipótesis específica 1:

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Tabla 13.

Correlación entre adicción a los videos juegos y la dimensión postergación de tareas

		Postergación de tareas	
Rho de Spearman	Adicción a los video juegos	Coefficiente de correlación	0,791
		Sig. (bilateral)	0,000
		N	534

Nota: sig. < .05.

En la tabla se presenta una correlación de 0.791 entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas, con un nivel de significancia de 0.000, inferior a 0.05. Este resultado refleja una correlación positiva alta y estadísticamente significativa. En consecuencia, se acepta la hipótesis específica 1, donde se establece que existe una relación significativa entre adicción a los videojuegos y postergación de tareas en estudiantes de secundaria.

Hipótesis específica 2:

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Tabla 14.

Correlación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo

		Autogestión del tiempo	
Rho de Spearman	Adicción a los video juegos	Coefficiente de correlación	0,066
		Sig. (bilateral)	0,128
		N	534

Nota: sig. < .05

En la tabla se observa una correlación de 0.066 entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo, con un nivel de significancia de 0.128, que es mayor al nivel de significancia de 0.05. Esto indica que la correlación no es estadísticamente significativa. Por lo tanto, se rechaza la hipótesis específica 2, ya que no se evidencia una relación significativa entre la adicción a los videojuegos y la autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria.

Hipótesis específica 3:

Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Tabla 15.

Correlación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo

		Evitación del esfuerzo	
		Coefficiente de correlación	0,664
Rho de Spearman	Adicción a los video juegos	Sig. (bilateral)	0,000
		N	534

Nota: sig. < .05.

En la tabla se presenta una correlación de 0.664 entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo, con un nivel de significancia de 0.000, inferior a 0.05. Este resultado indica una correlación positiva moderada y estadísticamente significativa. Por lo tanto, se acepta la hipótesis específica 3, se comprueba que hay una relación positiva moderada entre la adicción a los videojuegos y la evitación de esfuerzo en estudiantes de secundaria.

4.1.3 Discusión de resultados

Los resultados obtenidos en este estudio muestran una relación positiva alta y significativa entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica entre estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública ubicada en Abancay, lo cual coincide con hallazgos reportados anteriormente tanto a nivel internacional como nacional. En particular, la fuerza de la asociación es bastante fuerte dado el coeficiente de correlación de 0.722, lo que apoya estudios anteriores como el de García y Roque (2023) en Ecuador, donde encontraron una correlación moderada ($r = 0.47$) entre el juego problemático y la procrastinación. De la misma manera, Pavez (2023) de España también reportó correlaciones moderadas entre el tiempo dedicado a los videojuegos y la procrastinación, aunque en su caso, algunos resultados no alcanzaron significancia estadística, lo que indica el potencial de relaciones no consistentes dependiendo de los contextos específicos. Estos resultados se alinean con la teoría conductista (Watson, 1925; Skinner, 1953) que explica cómo la adicción a los videojuegos provoca la procrastinación a través del refuerzo positivo inmediato recibido de las recompensas en los juegos, llevando a los estudiantes a preferir estas actividades sobre el trabajo escolar. En una línea similar, la teoría cognitiva de Beck (1976) sugiere que el pensamiento distorsionado, creer que los videojuegos ofrecen gratificación instantánea, tiene un efecto adverso en el rendimiento escolar y refuerza la procrastinación al alentar a los estudiantes a retrasar tareas para escapar del estrés relacionado con las demandas académicas.

En cuanto a la dimensión específica de postergación de tareas, la correlación positiva alta (0.791) encontrada en este estudio es consistente con los resultados de Galán (2024), quien documentó una relación significativa ($r = 0.62$) entre el uso excesivo de tecnologías y dificultades en la planificación y procrastinación. Esta convergencia fortalece la evidencia de que la adicción a videojuegos no solo está relacionada con la procrastinación global, sino que afecta particularmente la postergación directa de actividades académicas, un fenómeno que

puede impactar negativamente en el rendimiento y bienestar escolar. Estos resultados se basan en evidencia previa que sugiere que la adicción a los videojuegos, explicada por la teoría del comportamiento (Watson, 1925; Skinner, 1953), refuerza la procrastinación académica a través de la satisfacción inmediata proporcionada por los videojuegos, lo que hace que los estudiantes den más prioridad a estas actividades en lugar de al trabajo académico. Además, la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) de Ellis y Knaus (1950) se centra en cómo la percepción de las tareas académicas como fácilmente posponibles o poco agradables refuerza la procrastinación. Esta teoría apoya la noción de que la evitación activa del trabajo escolar está impulsada en gran medida por emociones negativas, lo que, en última instancia, resulta en un pobre rendimiento académico y socava el bienestar general de una persona.

Sin embargo, la falta de una relación significativa entre la adicción a los videojuegos y la autogestión del tiempo ($r = 0.066$, $p > 0.05$) ofrece un contraste interesante en comparación con otras dimensiones estudiadas. Este hallazgo concuerda con lo que Bedón y Flores (2023) reportaron, en donde también se evidenció que la dependencia, en este caso, a las redes sociales no presentó una correlación significativa con la autorregulación académica. Lo que parece indicar que la adicción a los videojuegos, en este caso, no posee una relación directa sobre la autogestión del tiempo. La baja o casi nula relación indica que, en los estudiantes con alta adicción a los videojuegos, no se percibe una mayor capacidad para controlar el tiempo, lo que podría indicar que dicha adicción deteriora la habilidad de organización y priorización de las tareas académicas. Desde la perspectiva de la teoría cognitiva de Beck (1976), las creencias irracionales sobre la incapacidad para gestionar el tiempo o la creencia de que algunas tareas se pueden “dejar para después” pueden contribuir a la procrastinación. La falta de una relación significativa en este estudio entre la adicción a los videojuegos y la auto-regulación en la gestión del tiempo podría indicar que, aunque la adicción podría ser relevante, no siempre influye directamente en la procrastinación de los estudiantes o en la gestión del tiempo. La

débil correlación observada parece indicar que, en este caso, no es necesario asumir la adicción como una fuerza impulsora de la procrastinación. Además, a la luz de la teoría biopsicosocial de Engel (1977), la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica no dependen únicamente de factores individuales o de la adicción en sí, sino que son el resultado de la complicada interacción entre factores biológicos, psicológicos y socio-sociales.

Por otro lado, la correlación positiva moderada y significativa entre la adicción a videojuegos y la evitación del esfuerzo ($r = 0.664$) coincide con las observaciones de Moyoz (2024) y Ascoy (2024) a nivel nacional, que evidenciaron la influencia del uso problemático de videojuegos en dimensiones relacionadas con la procrastinación y conductas de evasión académica. Este hallazgo resalta cómo la adicción a los videojuegos puede suscitar conductas de evitación, reforzando patrones negativos que afectan el cumplimiento de responsabilidades académicas. Desde la perspectiva de la teoría psicodinámica de Freud (1967), es posible argumentar que los videojuegos sirven como un mecanismo de defensa que protege a los estudiantes de la ansiedad o el miedo a fracasar académicamente, lo que les hace evadir el esfuerzo necesario para realizar el trabajo. Esta evasión de la responsabilidad podría ser una estrategia para afrontar algunos conflictos emocionales no resueltos. Además, la teoría de la motivación temporal (TMT) de Steel y König (2006) ofrece una comprensión de la procrastinación como la tendencia a priorizar recompensas instantáneas, como las obtenidas al jugar videojuegos, por sobre las recompensas a largo plazo asociadas con el trabajo académico.

Comparando con estudios internacionales, los hallazgos aquí presentados se alinean con la evidencia de Pavez (2023) y Galán (2024) en España, quienes reportaron correlaciones significativas entre uso problemático de videojuegos y procrastinación, aunque con magnitudes variables. Mientras tanto, investigaciones como la de Ramos y Cyran (2023) en Arequipa sugieren que, aunque existe relación, esta puede ser de baja intensidad, reflejando posibles diferencias culturales, contextuales o metodológicas que impactan los resultados.

Finalmente, este estudio demuestra que es esencial poner atención en la procrastinación académica, y sus subtipos como la postergación o la evitación de esfuerzos, como elementos relevantes dentro de la evaluación y el tratamiento de la adicción a los videojuegos en adolescentes de educación secundaria. Esto se suma a la preocupación creciente que se ha manifestado en la literatura nacional e internacional en torno a la incidencia del uso excesivo de tecnologías en el rendimiento escolar y el bienestar, lo que lleva a la necesidad de acciones educativas que fomenten el uso prudente de la tecnología.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

Primera. Se encontró un valor de $p = 0.000$, la cual es altamente significativa y de esta forma se acepta la H_1 . Se observó que el valor de $\rho = 0.722$, existe una correlación significativa, positiva y alta, según Szmidt y Kacprzyk (2010). Por lo que concluye que, a cuanto mayor es el nivel de adicción a los videojuegos, mayor es el nivel de procrastinación académica entre los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Abancay.

Segunda. Para la hipótesis específica 1, Se encontró un valor de $p = 0.000$, el cual es altamente significativo, y de esta forma se acepta la H_1 . Se observó que el valor de $\rho = 0.791$, existe una correlación significativa, positiva y alta, según Szmidt y Kacprzyk (2010). Por lo que se concluye que, a mayor es el nivel de adicción a los videojuegos, mayor es la tendencia a procrastinar actividades académicas entre los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Abancay.

Tercera. Para la hipótesis específica 2, se encontró un valor de $p = 0.128$, el cual no es estadísticamente significativo, por lo que se rechaza la H_1 . Se observó que el valor de $\rho = 0.066$, lo que indica una correlación positiva muy baja, según Szmidt y Kacprzyk (2010), pero no significativa, entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo. Por lo tanto, se concluye que no existe una relación significativa entre la adicción a los videojuegos y la capacidad de autogestión del tiempo de los estudiantes de secundaria.

Cuarta. Para la hipótesis específica 3, se encontró un valor de $p = 0.000$, el cual es altamente significativo, y de esta forma se acepta la H_1 . Se observó que el valor de $\rho = 0.664$, lo que indica una correlación significativa, positiva y moderada, según Szmidt y

Kacprzyk (2010). Por lo que se concluye que, a mayor es el nivel de adicción a los videojuegos, mayor es la tendencia a evitar tareas académicamente desafiantes entre los estudiantes de secundaria de una institución educativa pública en Abancay.

5.2. Recomendaciones

Primera: Se recomienda que la autoridad de la institución educativa implemente programas de control y prevención sobre la adicción a los videojuegos a través de campañas informativas, talleres y charlas dirigidas a los estudiantes y sus padres para concienciar sobre las consecuencias negativas que esta adicción tiene en la procrastinación y el rendimiento académico.

Segunda. Se recomienda que la dirección y los coordinadores académicos diseñen talleres y actividades de seguimiento que analicen la postergación de tareas a través de estrategias motivacionales e individualizadas con el fin de reducir la alta correlación entre la procrastinación y la adicción a los videojuegos.

Tercera. Se recomienda que los padres y tutores aumenten el nivel de supervisión y monitoreo sobre cómo sus hijos pasan su tiempo, permitiendo la práctica de habilidades de autogestión a través del establecimiento de rutinas y límites claros, ya que estas acciones pueden ayudar a reducir los posibles efectos negativos de la adicción a los videojuegos en el rendimiento académico.

Cuarta. Se recomienda que los profesores empleen estrategias de motivación y proporcionen refuerzo positivo para ayudar a reducir la necesidad de comportamientos de evitación del esfuerzo académico mediante el uso de actividades gamificadas y objetivos graduales, ya que este comportamiento está moderadamente vinculado a la adicción a los videojuegos, lo que puede obstaculizar su rendimiento académico.

REFERENCIAS

- Álvarez, O. (13 de Mayo de 2024). *¿La adicción a los videojuegos es una enfermedad mental?* informador.mx: <https://www.informador.mx/estilo/Salud-La-adiccion-a-los-videojuegos-es-una-enfermedad-mental-20240513-0071.html>
- American Psychiatric Association. (2020). *DSM-5 Manual Diagnostico y Estadistico de los Trastornos Mentales*. Panamericana.
- Ander-Egg, E. (2011). *Aprender a investigar. Nociones básicas para la investigación social*. Editorial Brujas. <https://abacoenred.org/wp-content/uploads/2017/05/Aprender-a-investigar-nociones-basicas-Ander-Egg-Ezequiel-2011.pdf>
- Arias, F. (2019). *Cómo hacer Tesis Doctorales y Trabajos de Grado. Investigación Científica y Tecnológica*. Episteme.
- Ascoy, A. (2024). *Adicción a los videojuegos, procrastinación y agresividad en estudiantes de una institución educativa en Chimbote, 2024*. Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/151658>
- Atalaya, C., & García, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Ayala, A., Rodríguez, R., Rodríguez, W., Hernández, M., & Campos, M. (2020). La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Muro de la Investigación*, 2(2), 40-52. <https://doi.org/10.17162/rmi.v5i2.1324>
- Bautista, J., Velazco, B., & Estrada, E. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular. *Revista Universidad y Sociedad*, 15(3), 509-517. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v15n3/2218-3620-rus-15-03-509.pdf>
- Beck, A. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. International Universities Press. <https://psycnet.apa.org/record/1976-28303-000>
- Bedón, J., & Flores, V. (2023). Procrastinación académica y riesgo de adicción a las redes sociales e internet en estudiantes de bachillerato. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 598. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.276>

- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. University of Guelph.
- Carvajal, A., Centeno, C., & Watson, R. (2011). How is an instrument for measuring health to be validated? *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 34(1), 63-72. <https://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v34n1/revision1.pdf>
- Cassiani, C. (2018). Trastornos adictivos como enfermedades del cerebro: Análisis de la evidencia e implicaciones prácticas. *Revista Salud Uninorte*, 34(1), 185-193. <https://doi.org/10.14482/sun.34.1.8600>
- Castañeda, S., & Velarde, J. (2020). *Traducción y Adaptación de la Escala de Adicción a los Videojuegos (GAS) en Adolescentes de Lima*. Universidad César Vallejo.
- Chumbes, J. (2021). *Dependencia a videojuegos y agresividad en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública del distrito de Curahuasi, Abancay, 2021*. Universidad Cesar Vallejo. <https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/66923>
- Chura, G., Calderón, S., Castro, M., & Verástegui, A. (2021). Procrastinación académica: un estudio descriptivo con estudiantes de secundaria. *Apuntes Universitarios*, 11(4), 40–59. <https://doi.org/10.17162/au.v11i4.759>
- Colegio de Psicólogos del Perú. (2018). *Código de ética y deontología*. Adaptado al Estatuto Nacional y a la Ley N. 30702 del 21 de Diciembre de 2017. https://www.cpsp.pe/documentos/marco_legal/codigo_de_etica_y_deontologia.pdf
- Domínguez, S., Villegas, G., & Villegas, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68632617010>
- Ellis, A. (1950). An introduction to the principles of scientific psychoanalysis. *Genetic Psychology Monographs*(141), 147–212.
- Ellis, A., & Knaus, W. (1979). *Overcoming Procrastination: Or, How to Think and Act Rationally in Spite of Life's Inevitable Hassles*. Signet. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2129382>
- Engel, G. (1977). The need for a new medical model: a challenge for biomedicine. *Science*, 196(4286), 129-136. <https://doi.org/10.1126/science.847460>

- Estrada, E. (2021). Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes del séptimo ciclo de educación básica regular. *Investigación en Educación*, 11(20), 195-205. <https://doi.org/0.26490/uncp.horizonteciencia.2021.20.777>
- Feria, H., Matilla, M., & Mantecón, S. (2020). La entrevista y la encuesta ¿métodos o técnicas de indagación empírica? *Didasc@lia: Didáctica y Educación*, 11(3), 62-79. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7692391>
- Freud, S. (1967). *Obras completas*. Biblioteca Nueva. <https://ministeriodeeducacion.gob.do/docs/biblioteca-virtual/edMv-freud-sigmund-obras-completaspdf.pdf>
- Furlan, L., Heredia, D., Piemontesi, S., Illbele, A., & Sánchez, J. (2010). Adaptación de la escala de procrastinación de Tuckman para estudiantes universitarios. *II Congreso internacional de investigación sexto encuentro de investigadores en Psicología del Mercosur*. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-031/929.pdf>
- Galán, M. (2024). *Asociación entre el uso del teléfono móvil, internet y videojuegos con la planificación, toma de decisiones y la procrastinación académica*. Universidad de Jaén. <https://crea.ujaen.es/handle/10953.1/22926>
- Galindo, J., & Olivas, L. (2022). Escala de Procrastinación de Tuckman (ATPS): evidencias psicométricas y datos normativos en estudiantes de secundaria de Lima, Perú. *Propósitos y Representaciones*, 10(1), e1381. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1381>
- García, M., & Roque, Y. (2023). Adicción a videojuegos y procrastinación académica en la Unidad Educativa Comunitaria Intercultural Bilingüe Emaus. *Puriq*, 5(e461), 1-9. <https://doi.org/10.37073/puriq.5.461>
- Garzón, A., De la Fuente, J., & Acelas, L. (2019). Características y dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes universitarios colombianos. In G. Campos, M. Castaño, M. Gaitán, & V. Sánchez, *Diálogos en investigación en la Konrad Lorenz* (pp. 51-80). Fundación Universitaria Konrad Lorenz. <https://doi.org/10.14349/k12019001.3>

- Griffiths, M. (2009). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Haro, A., Chisag, E., Ruiz, J., & Caicedo, J. (2024). Tipos y clasificación de las investigaciones. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 5(2), 956. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1927>
- It Comunicacion. (29 de Febrero de 2024). *Mercado de videojuegos en América Latina*. itcomunicacion.com.mx: <https://itcomunicacion.com.mx/merc>
- Kardefelt-Winther, D. (2017). Conceptualizing Internet use disorders: Addiction or coping process? *Psychiatry and Clinical Neurosciences*(71), 459-466. <https://doi.org/10.1111/pcn.12413>
- Kardefelt-Winther, D. (2017). *How Does The Time Children Spend Using Digital Technology Impact Their Mental Well-Being, Social Relationships And Physical Activity? An Evidence-Focused Literature Review*. UNICEF. <https://ideas.repec.org/p/ucf/indipa/indipa925.html>
- Lemmens, J., Valkenburg, P., & Peter, J. (2009). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- López, R., Avello, R., Palmero, D., Sánchez, S., & Sánchez, M. (2019). Validación de instrumentos como garantía de la credibilidad en las investigaciones científicas. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 1(12), 441-450. <http://scielo.sld.cu/pdf/mil/v48s1/1561-3046-mil-48-s1-e390.pdf>
- Losada, A., & Zambrano, C. (2022). Clasificación de métodos de investigación en psicología. *Psicología UNEMI*, 6(1), 13-31. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol6iss11.2022pp13-31p>
- Lozano, V. (8 de Setiembre de 2024). *Gaming: entre la diversión y los negocios*. elperuano.pe: <https://elperuano.pe/noticia/251779-gaming-entre-la-diversion-y-los-negocios#:~:text=El%20Per%C3%BA%20no%20es%20ajeno,de%20Deportes%20Electr%C3%B3nicos%20y%20Videojuegos>.

- Manchado, M., & 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>
- Maslow, A. (1954). *Motivation and Personality*. Harper & Row Publishers. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1983768>
- MINCUL. (2020). *Análisis de los resultados de adquisición de bienes y servicios de videojuegos de la ENAPRES 2019*. Ministerio de Cultura. <https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/1485765/%C2%BFC%C3%B3mo%20vamos%20en%20el%20consumo%20de%20videojuegos%20en%20el%20Per%C3%BA%3F.pdf.pdf>
- MINSA. (2021). *Minsa: la pandemia por la covid-19 ha incrementado la adicción a los videojuegos en niños y adolescentes*. Ministerio de Salud. <https://larcoherrera.gob.pe/wp-content/uploads/2021/04/012-Minsa-pandemia-ha-incrementado-adiccion-de-videojuegos-en-ninos-y-adolescentes.pdf>
- Montag, C., Lachmann, B., Herrlich, M., & Zweig, K. (2019). Addictive Features of Social Media/Messenger Platforms and Freemium Games against the Background of Psychological and Economic Theories. *International Journal of Environmental Research and Public Health (IJERPH)*, 14(2612), 16. <https://doi.org/10.3390/ijerph16142612>
- Moreta, R., Montes, C., Navarro, L., & Villegas, N. (2021). Validez factorial con estimación robusta de la Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (Eapesa) en universitarios ecuatorianos. *Ciencias Psicológicas*, 15(1), 1-12. <https://doi.org/10.22235/cp.v15i1.2153>
- Muñoz, V. (2024). *Dependencia a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa de la ciudad Moyobamba, 2022*. Universidad Católica Sedes Sapientiae. <https://hdl.handle.net/20.500.14095/2602>
- Nizama, M. (2015). Innovación conceptual en adicciones. (Primera parte). *Rev Neuropsiquiatr*, 78(1), 22-29. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v78n1/a04v78n1.pdf>
- Ñaupas, H., Valdivia, M., Palacios, J., & Romero, H. (2018). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. Ediciones de la U.

http://www.biblioteca.cij.gob.mx/Archivos/Materiales_de_consulta/Drogas_de_Abuso/Articulos/MetodologiaInvestigacionNaupas.pdf

OMS. (1 de Mayo de 2018). *Clasificación estadística internacional de enfermedades y problemas relacionados con la salud (CIE)*. who.int:
<https://www.who.int/classifications/classification-of-diseases>

OMS. (15 de Febrero de 2022). *La adicción a los videojuegos es ahora una enfermedad mental*. dw.com:
<https://www.dw.com/es/la-oms-clasifica-la-adicci%C3%B3n-a-los-videojuegos-como-una-enfermedad-mental/a-60787737>

Pacheco, N. (2024). *Adicción a videojuegos y conducta agresiva en púberes de la I.E. de San Jerónimo – Apurímac – 2022*. Universidad Católica de Trujillo.
<https://repositorio.uct.edu.pe/handle/123456789/5416>

Pavez, I. (2023). *Procrastinación por videojuegos en el alumnado de pedagogía de la Universidad de La Laguna*. Universidad de la Laguna.
<https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/33001/>

Pérez-Flores, A. (2024). Respuesta carta editor “Población y muestra”. *Int. J. Inter. Dent*, 17(2), 67. <https://www.scielo.cl/pdf/ijoid/v17n2/2452-5588-ijoid-17-02-67.pdf>

Pontes, H., & Griffiths, M. (2015). Measuring DSM-5 internet gaming disorder: Development and validation of a short psychometric scale. *Computers in human behavior*, 45, 137-143. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.12.006>

Ramos, M., & Cyran, B. (2023). *Uso problemático de videojuegos, procrastinación académica y rendimiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa Arequipa*. Universidad Católica de Santa María.
<https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/12458>

Rodríguez, J., & Reguant, M. (2020). Calcular la fiabilidad de un cuestionario o escala mediante el SPSS. *REIRE Revista d'Innovació i Recerca en Educació*, 13(2), 1-13.
<https://doi.org/10.1344/reire2020.13.230048>

Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy; its current practice, implications, and theory*. Houghton Mifflin. <https://psycnet.apa.org/record/1952-01516-000>

- Sánchez, F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v13n1/a08v13n1.pdf>
- Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿moda o trastorno? *Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías*, 20(2), 149-159. <https://www.redalyc.org/pdf/2891/289122057007.pdf>
- Sandí, L., & Castillo, H. (2021). La conducta adictiva, un trastorno de inhabilitación mental. *Revista de Ciencias Sociales*, 1(171). <https://www.redalyc.org/journal/153/15369755007/html/>
- Skinner, B. (1953). *Science and Human Behavior*. Macmillan. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=3240597>
- Solomon, L., & Rothblum, E. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of counseling psychology*, 31(4), 503. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Statista. (12 de Setiembre de 2024). *Principales mercados de videojuegos en América Latina en 2022*. statista.com: <https://es.statista.com/estadisticas/1075051/mercados-lideres-sector-videojuegos-america-latina-por-pais/>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: a meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 131(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- Steel, P., & König, C. (2006). Integrating theories of motivation. *Academy of management review*, 31(4), 889–913. <https://doi.org/10.5465/amr.2006.22527462>
- Supo, J. (2014). *Cómo elegir una muestra – Técnicas para seleccionar una muestra representativa*. Bioestadístico EIRL. https://www.academia.edu/15865249/C%C3%B3mo_elegir_una_muestra_T%C3%A9cnicas_para_seleccionar_una_muestra_representativa
- Szmídt, E., & Kacprzyk, J. (2010). The Spearman rank correlation coefficient between intuitionistic fuzzy sets. *Intelligent Systems (IS)*, 276-280. <https://doi.org/10.1109/IS.2010.5548399>

- Toaza, T., & Lara, M. (2022). Dependencia a los videojuegos y su relación con las habilidades sociales en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10593. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4151
- Tuckman, B. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>
- Van Rooij, A., Schoenmakers, T., Van den Eijnden, R., & Vermulst, A. (2012). Video Game Addiction Test: Validity and Psychometric Characteristics. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 507(11), 1-5. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0007>
- Vargas, A., & Solis, R. (2024). *Adicción a Internet y Procrastinación en Estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Estatal de la Provincia de Chota-Cajamarca*. Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802>
- Vidal, T. (2022). Enfoque cuantitativo: taxonomía desde el nivel de profundidad de la búsqueda del conocimiento. *Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 2(1), 13–27. <https://doi.org/10.32911/llalliq.2022.v2.n1.936>
- Watson, J. (1925). *Behaviorism*. W.W. Norton & Company. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2079978>
- Zepeda, P., da Silva, R., Costa, F., & Colauto, R. (2023). Miedo al éxito y miedo al fracaso: intensidad de los motivos de procrastinación en la elaboración de la disertación y tesis. *Calidad en la educación*(58), 5-34. <https://www.scielo.cl/pdf/caledu/n58/0718-4565-caledu-58-5.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025?</p> <p>Problemas específicos - ¿Cuál es la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025? - ¿De qué manera se relacionan la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025? - ¿Qué relación existe entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025?</p>	<p>Objetivo general Analizar la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.</p> <p>Objetivos específicos - Determinar la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025. - Establecer la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025. - Determinar la relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.</p>	<p>Hipótesis general Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.</p> <p>Hipótesis específicas - Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de postergación de tareas en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025. - Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de autogestión del tiempo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025. - Existe relación entre la adicción a los videojuegos y la dimensión de evitación del esfuerzo en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.</p>	<p>INSTRUMENTOS Variable 1: Adicción a los videojuegos Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Prominencia ▪ Tolerancia ▪ Modificación del estado de ánimo ▪ Retirada ▪ Recaída ▪ Conflicto ▪ Problemas <p>Variable 2: Procrastinación académica Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Postergación de tareas ▪ Autogestión del tiempo ▪ Evitación del esfuerzo 	<p>Tipo: básico Método: Hipotético-deductivo Enfoque: Cuantitativo Diseño: No experimental – transversal Correlacional Población 909 estudiantes de secundaria Muestra 534 estudiantes de tercero a quinto Muestreo No probabilístico, por conveniencia Técnica Censal Estadísticos Alfa de Cronbach´s Prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov Correlación rho de spearman</p>

Anexo 2: Instrumentos

ESCALA DE ADICCIÓN A LOS VIDEOJUEGOS (GAS)

Original: Lemmens, J.; Valkenburg, P.; y Peter, J. (2009)

Adaptación peruana: Castañeda, S.; y Velarde, J. (2020)

Edad: _____ Sexo: Femenino () Masculino () grado: sección:

El presente cuestionario está conformado por 21 preguntas las cuales servirán para medir la adicción a los videojuegos. Por favor a continuación encontrará con una serie de preguntas responda con total sinceridad.

Marqué con qué frecuencia lo (hace) o lo (hacia), según las opciones.

Nunca	Raramente	Algunas veces	A menudo	Muy a menudo
1	2	3	4	5

No.	ÍTEMS	1	2	3	4	5
1	¿Pensabas en jugar todo el día?					
2	¿Pasabas mucho tiempo libre jugando?					
3	¿Te has sentido adicto a un juego?					
4	¿Jugabas más de lo previsto?					
5	¿Pasabas cada vez más tiempo en juegos?					
6	¿Fuiste capaz de parar cuando empezaste a jugar?					
7	¿Jugaste juegos para olvidarte de la vida real?					
8	¿Has jugado juegos para liberar el estrés?					
9	¿Has jugado juegos para sentirte mejor?					
10	¿No pudiste reducir tu tiempo de juego?					
11	¿Otros han intentado sin éxito reducir su uso del juego?					
12	¿Has fallado al intentar reducir el tiempo de juego?					
13	¿Te has sentido mal cuando no has podido jugar?					
14	¿Te has enojado cuando no has podido jugar?					
15	¿Te has estresado cuando no has podido jugar?					
16	¿Tuviste peleas con otros (por ejemplo, familiares, amigos) por el tiempo que pasabas en los juegos?					
17	¿Has descuidado a otros (por ej., familia, amigos) porque estabas jugando?					
18	¿Has mentido sobre el tiempo dedicado a los juegos?					
19	¿Tu tiempo en los juegos te ha causado falta de sueño?					
20	¿Has descuidado otras actividades importantes (por ejemplo, escuela, trabajo, deportes) para jugar?					
21	¿Te sientes mal después de jugar durante mucho tiempo?					

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN DE TUCKMAN ATPS

Original: Tuckman, B. (1991)

Versión condensada: Furlan, L.; Heredia, D.; Piemontesi, S.; Illbele, A.; y Sánchez, J. (2010)

Adaptación peruana: Galindo, J.; y Olivas, L. (2022)

Durante tu etapa académica debes cumplir diferentes actividades de aprendizaje, como leer textos, resolver ejercicios, prepararse para rendir, redactar y presentar trabajos, etc.

Las siguientes frases describen algunas cosas que te pasan cuando debes realizarlas.

Marca una de las siguientes alternativas, para indicar con qué frecuencia te ocurre:

Nunca	Poco	A veces	Bastante	Siempre
1	2	3	4	5

No.	ÍTEMS	1	2	3	4	5
1	Demoro innecesariamente en terminar trabajos, incluso cuando son importantes.					
2	Pospongo el comenzar con cosas que no me gusta hacer.					
3	Cuando tengo una fecha límite, espero hasta el último minuto.					
4	Sigo posponiendo el mejorar mis hábitos de trabajo.					
5	Empiezo a trabajar de inmediato, incluso en actividades que me resultan displacenteras.					
6	Me las arreglo para encontrar excusas para no hacer algunas cosas.					
7	Destino el tiempo necesario a las actividades aunque me resulten aburridas.					
8	Derrocho mucho tiempo y me parece que no puedo hacer nada al respecto.					
9	Cuando algo me resulta muy difícil de abordar, pienso en postergarlo.					
10	Me propongo que haré algo y luego no logro comenzar o terminarlo.					
11	Siempre que hago un plan de acción, lo sigo.					
12	Desearía encontrar una forma fácil de ponerme en movimiento.					
13	Aunque me enojo conmigo cuando no hago las cosas, no logro motivarme.					
14	Siempre termino las actividades importantes con tiempo de sobra.					
15	Aunque sé que es importante comenzar con una actividad, me cuesta arrancar.					

Muchas gracias

Anexo 3: Aprobación del Comité de ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 20 de marzo de 2025

Investigador(a)
Elizabeth Rojas Cáceres
Exp. N°: 0480-2025

De mi consideración:

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

- Protocolo titulado: **“Adición a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025” con fecha 13/03/2025.**

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Elizabeth Rojas Cáceres.

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. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEIC-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
3. 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,

Raúl Antonio Rojas Ortega
Presidente
Comité Institucional de Ética e Integridad Científica
UPNW



Anexo 4: formato de consentimiento informado

 Universidad Norbert Wiener	FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO(FCI) EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIEI-VRI		
	CÓDIGO: UPNW-EES-FOR-068	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 11/08/2022

Título de proyecto de investigación : Adicción a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025.

Investigadores : Elizabeth Rojas Cáceres
Institución(es) : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: "Adicción a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025". de fecha //2025 y versión.0 1. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener(UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es Analizar la relación entre la adicción a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Abancay, 2025. Su ejecución permitirá conocer cómo el uso excesivo de videojuegos influye en la postergación de actividades académicas, lo que puede afectar el rendimiento escolar y la salud mental de los estudiantes.

Duración del estudio (meses): 4 meses

N° esperado de participantes: 567 estudiantes de secundaria

Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de 3°, 4° y 5° de secundaria de la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau de Abancay.
- Edades comprendidas entre 14 y 17 años.
- Estudiantes que acepten participar voluntariamente y cuenten con el consentimiento informado de sus padres o tutores.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que no pertenezcan a los grados seleccionados.
- Estudiantes que no deseen participar o no cuenten con el consentimiento de sus tutores.

Procedimientos del estudio: Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Encuesta de adicción a los videojuegos: Se responderá un cuestionario validado sobre el uso y frecuencia de videojuegos.
- Encuesta de procrastinación académica: Se evaluará la postergación de actividades académicas mediante preguntas estructuradas.

Las encuestas tendrán una duración aproximada de 15 a 20 minutos y se realizarán en horario escolar, sin afectar el desarrollo de clases. Los resultados serán utilizados exclusivamente con fines de investigación, manteniendo la confidencialidad y el anonimato de su hijo/a.

V1- 07/03/2025	Página 1 de 3
-------------------	----------------------

Prohibida la reproducción de este documento, este documento impreso es una copia no controlada.

 Universidad Norbert Wiener	FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO(FCI) EN UN ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN DEL CIEI-VRI	
	CÓDIGO: UPNW-EES-FOR-068	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01

Riesgos: La participación de su hijo/a en el estudio no representa ningún riesgo, ni físico ni psicológico. Sin embargo, si en algún momento alguna pregunta le resulta incómoda, podrá negarse a responder o retirarse del estudio sin necesidad de dar explicaciones.

Beneficios: Usted se beneficiará del presente proyecto al contribuir a la comprensión del impacto de los videojuegos en el rendimiento académico, lo que permitirá desarrollar estrategias para una mejor gestión del tiempo y hábitos de estudio en los estudiantes.

Costos e incentivos: La participación en este estudio **no** tiene ningún costo para usted ni su hijo/a. Asimismo, no se otorgará ningún incentivo económico ni material a cambio de la participación.

Confidencialidad: La información recopilada a través de este estudio será gestionada de manera anónima y confidencial utilizando códigos para proteger las identidades de los participantes. Si se publican los informes del estudio, no habrá ninguna información que pueda llevar a la identificación de su hijo. Los datos se mantendrán de forma segura y no serán accesibles para personas ajenas al equipo de investigación.

Derechos del participante: La participación en este estudio es voluntaria. Usted puede negarse a que su hijo/a participe o retirar su consentimiento en cualquier momento, sin que esto implique ninguna penalización ni afecte los derechos o beneficios educativos de su hijo/a.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal (Elizabeth Rojas Cáceres, teléfono +51 928 200 213)

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio, Contacto del Comité de Ética: Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, Presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, **Email:** comité.etica@uwiener.edu.pe

II. 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)

 (Firma)
 Nombre **investigador:**
 DNI:
 Fecha: (dd/mm/aaaa)

 (Firma)
 Nombre testigo o representante legal:
 DNI:
 Fecha: (dd/mm/aaaa)

Anexo 5: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos



CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN

Yo RODAS BENITES HENRY, identificado(a) con D.N.I 44762840, en mi calidad de Director general de la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau, ubicado en Av. Seoane, distrito de Abancay, provincia de Abancay departamento de Apurímac.

Otorgo la AUTORIZACIÓN, a la Srta. Rojas Cáceres Elizabeth, identificado(a) con D.N.I. 75361629, de la Facultad de Ciencias de la salud, Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Privada Norbert Wiener S.A, para que ejecute su investigación titulada "Adicción a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución Educativa Pública de Abancay, 2025" dentro de las instalaciones o utilice la información de nuestra Institución Educativa Emblemática Miguel Grau.

Asimismo, autorizo expresamente el uso de la información con fines académicos, contribuyendo con la comunidad educativa.

Finalmente, respecto al uso del nombre y/o cualquier distintivo de la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau, se determina:

- (X) Mantener en RESERVA el nombre y/o información sensible y/o cualquier distintivo de la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau.
- (X) Autorizo mencionar el nombre y/o información y/o cualquier distintivo de la Institución Educativa Emblemática Miguel Grau.

Lima, 26 de Mayo del 2025

RODAS BENITES HENRY
Director general
Institución Educativa Emblemática Miguel Grau
D.N.I.44762840

Anexo 6: Informe del asesor de Turnitin:






14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 10%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 11%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.




14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Texto citado
- ▶ Texto mencionado
- ▶ Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 10%  Fuentes de Internet
- 6%  Publicaciones
- 11%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 10% Fuentes de Internet
- 6% Publicaciones
- 11% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

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

1	Internet	repositorio.uwiener.edu.pe	4%
2	Internet	hdl.handle.net	1%
3	Publicación	Arcaya Catacora, Tania. "Estrategias formativas del acompañamiento pedagógico..."	<1%
4	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	<1%
5	Internet	repositorio.uct.edu.pe	<1%
6	Trabajos entregados	POSGRADO on 2025-09-15	<1%
7	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2020-08-21	<1%
8	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2024-12-06	<1%
9	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2025-02-12	<1%
10	Trabajos entregados	Universidad Wiener on 2024-10-26	<1%
11	Trabajos entregados	uwiener on 2025-08-28	<1%