



Universidad
Norbert Wiener

Powered by **Arizona State University**

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

Tesis

Dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de
secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024

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

Presentado por:

Autora: Peña Flores, Estefani Aracelli

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7845-8148>

Asesor: Mg. Paico Ruiz, Marcos José

Código ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1707-663X>

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, Estefani Aracelli Peña Flores 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 “DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA METROPOLITANA, 2024” Asesorado por el docente: Mg.Paico Ruiz Marcos José...DNI 46177559 ORCID 0000-0002-1707-663X tiene un índice de similitud de **15 (quince) %** con código 14912:456598934 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
 Estefani Aracelli Peña Flores
 DNI: 72524416



.....
 Firma
 Nombres y apellidos del Asesor
 DNI: 46177559.

Lima, 28 de Junio del 2025

Dedicatoria

A mis padres, Esperanza y Víctor, cuyo incansable esfuerzo y dedicación han sido la base de la sólida educación que me han brindado. Este logro académico es un reflejo de su amor, compromiso y sacrificio, valores que atesoro profundamente y que me inspiran cada día. Honrarlos de esta manera es para mí un motivo de inmenso orgullo.

A mis hermanos, Matías, Fredy y Rosa, gracias por su apoyo incondicional y por estar siempre a mi lado en este camino. Finalmente, a mis hijos Ámbar y Thomas disfrute mucho su compañía en las noches que elaboraba cada página de este trabajo. Los amo profundamente.

Agradecimiento

Primero agradezco a Dios por guiarme en cada paso de este viaje académico y darme la fuerza para perseverar. A mi familia especialmente a mis padres, le agradezco profundamente su amor incondicional y su apoyo constante. A mis hermanos, por sus palabras de aliento por su presencia y cariño, a mis hijos por ser mi pilar en los momentos difíciles. Sin ustedes, este logro no habría sido posible. A la Universidad Norbert Wiener, a cada uno de mis docentes por transmitirme los conocimientos fundamentales y valioso acompañamiento de mi formación universitaria. De igual manera, valoro ampliamente al Mg. Paico Ruiz, Marcos José por sus conocimientos que fueron guiados en sus asesorías y por su tiempo dedicado a este trabajo. Muy agradecida inmensamente por su apoyo.

Índice

Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Índice.....	v
Índice de tablas	vii
Resumen....	viii
Abstract....	ix
Introducción	x
CAPITULO I: EL PROBLEMA	12
1.1. Planteamiento del Problema	12
1.2. Formulación del problema	14
1.2.1. Problema general	14
1.2.2. Problemas específicos	14
1.3. Objetivo de la investigación	14
1.3.1. Objetivo general	14
1.3.2. Objetivos específicos	14
1.4. Justificación de la investigación	15
1.4.1. Teórico	15
1.4.2. Metodológico	15
1.4.3. Práctica	15
1.5. Limitaciones de la investigación	16
1.5.1. Temporal	16
1.5.2. Espacial	16
1.5.3. Recursos	16
CAPITULO II: MARCO TEÓRICO	17
2.1. Antecedentes de la investigación	17
2.2. Bases teóricas	21
2.2.1. Dependencia a videojuegos	21
2.2.2. Procrastinación académica	29
2.3. Formulación de hipótesis	37
2.3.1. Hipótesis general	37
2.3.2. Hipótesis específicas	37
CAPITULO III: METODOLOGÍA	39

3.1. Método de investigación	39
3.2. Enfoque de la investigación	39
3.3. Tipo de investigación	39
3.4. Diseño de la investigación	39
3.5. Población, muestra y muestreo	39
3.6. Variables y operacionalización	42
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	43
3.7.1. Técnica	43
3.7.2. Descripción de instrumentos	43
3.8. Procesamiento y análisis de datos	48
3.9. Aspectos éticos	48
CAPITULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	50
4.1. Análisis descriptivo de resultados	50
4.2. Prueba de hipótesis	54
4.3. Discusión de resultados	56
CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	63
5.1. Conclusiones	63
5.2. Recomendaciones	64
REFERENCIAS	65
ANEXOS...	75

Índice de tablas

Tabla 1	40
Tabla 2	41
Tabla 3	41
Tabla 4	42
Tabla 5	44
Tabla 6	45
Tabla 7	47
Tabla 8	47
Tabla 9	50
Tabla 10	50
Tabla 11	51
Tabla 12	51
Tabla 13	51
Tabla 14	52
Tabla 15	52
Tabla 16	53
Tabla 17	53
Tabla 18	54
Tabla 19	55
Tabla 20	56
Tabla 21	81
Tabla 22	82

Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre dependencia a videojuegos y la procrastinación académica. La metodológica fue de tipo básico con diseño no experimental y de alcance correlacional, además, la muestra fue de 494 estudiantes que cursan entre 2do a 4to grado de secundaria en una institución educativa de Lima Metropolitana. Se empleó el Test de Dependencia de videojuegos - TDV de Choliz y Marco (2011) y la Escala de Procrastinación Académica - EPA de Busko (1998). Los resultados hallados determinaron que la dependencia a videojuegos y procrastinación académica se correlacionan positivamente ($\rho = 0.141$), así mismo, se encontró que dependencia de videojuegos se asocia con las dimensiones de procrastinación académicas en autorregulación académica ($\rho = 0.08$) y postergación de actividad ($\rho = 0.214$). Acorde a lo hallado, se concluye que el uso desmedido del videojuego se relaciona con la procrastinación en los adolescentes.

Palabras clave: Dependencia, adicción, videojuegos, procrastinación, postergación.

Abstract

The objective of this study was to determine the relationship between video game addiction and academic procrastination. The methodology was of a basic type with a non-experimental design and a correlational scope. The sample consisted of 494 students from 2nd to 4th grade of secondary education in a school in Metropolitan Lima. The Video Game Dependency Test (TDV) by Chóliz and Marco (2011) and the Academic Procrastination Scale (EPA) by Busko (1998) were used. The results showed that video game addiction and academic procrastination are positively correlated ($\rho = 0.141$). Additionally, it was found that video game addiction is associated with the dimensions of academic procrastination, particularly in academic self-regulation ($\rho = 0.08$) and task postponement ($\rho = 0.214$). Based on these findings, it is concluded that excessive video game use is related to procrastination in adolescents.

Keywords: Dependence, addiction, video games, procrastination, postponement.

Introducción

Durante los últimos años el uso de los videojuegos se ha convertido en una práctica desmedida en los adolescentes, debido a los efectos negativos que pueden causar como el rendimiento escolar, salud y bienestar general. Estos comportamientos pueden reducir la productividad en esta etapa, afectar los hábitos de estudios y generar niveles elevados de estrés y ansiedad. Por ende, generan una imprescindible curiosidad en realizar estudios de dependencia a videojuegos y procrastinación académica. Además, investigar ambas variables ayudará a identificar factores subyacentes, crear estrategias preventivas y promover un desarrollo saludable en varias esferas de vida en esta etapa.

Comprender que en la actualidad el uso excesivo de juegos virtuales puede provocar alteraciones emocionales y comportamentales, tales como la ira, frustración o en su defecto producir trastornos mentales; es fundamental brindarles herramientas en base de mantener un equilibrio saludable del uso de sus tiempos en los videojuegos y las responsabilidades académicas en base a sus hábitos de estudios dentro de su proyecto de vida. Es por ello que, este trabajo se desarrolla en los siguientes capítulos:

En el capítulo I, se analiza la realidad problemática enfoca en las variables, luego se formula las interrogantes en base al estudio y se plantean los objetivos, luego se realiza la justificación y las limitaciones del trabajo.

En el capítulo II, se precisa los antecedentes de investigaciones internacionales y nacionales, luego se explican las bases teóricas de cada variable, formulando de esta manera las hipótesis de esta investigación.

En el capítulo III, se explica la metodológica como el método, enfoque, tipo y diseño de la investigación, luego se descifra la población, muestra y muestreo, además se precisan las variables con su operacionalización y los procesamientos para la ejecución del estudio, por último, se valida con los acuerdos de los aspectos éticos.

En el capítulo IV, se deduce e interpreta los resultados estadísticos descriptivos mediante la frecuencia y porcentaje, posteriormente se estimó la prueba de normalidad por el estadístico Kolmogorov Smirnov, luego se contrastaron las hipótesis por medio del coeficiente Rho de Spearman, por último, se desarrolló la discusión de los resultados con los datos de otros estudios.

En el capítulo V, se describen las conclusiones según los hallazgos estadísticos, conforme a ello se elaboran las recomendaciones.

CAPITULO I: EI PROBLEMA

1.1. Planteamiento del Problema

Si bien los videojuegos contribuyen al desarrollo de las habilidades y enriquecen la imaginación y las áreas de pensamiento en los adolescentes (Marín et al., 2020), esta conectados por mucho tiempo aumenta el riesgo de dependencia, por tratarse de un grupo que fácilmente desarrolla problemas con patrones de consumo digital (Ortega y Pinto, 2021). Lo cual se evidencia en problemas de conducta, disminución de habilidades sociales, patrones agresivos, trastornos del sueño y postergación de sus actividades escolares.

En la población adolescente, el uso de videojuegos tuvo un crecimiento significativo del 65% en comparación al 2019 a nivel mundial (Ortiz et al., 2020), debido al alto consumo que tuvieron los adolescentes (Rodríguez y Padilla, 2021; Álvarez, 2020). A nivel nacional, Mamani (2020) encontró una prevalencia de niveles altos de dependencia a los videojuegos del 21.4% en adolescentes de un centro educativo de Lima Este.

La dependencia a videojuegos se ubica dentro de las adicciones comportamentales (Ofly y Yalcin, 2019) y se caracteriza por la dependencia psicológica que llevan al desinterés por otras actividades gratificantes, que pueden ser placenteras al comienzo, pero se tornan cada vez más peligrosas (Rodríguez y Padilla, 2021). Esto se produce mediante cuatro dimensiones: abstinencia, que es la molestia ante la interrupción del juego, o por poco tiempo; abuso y tolerancia, que consiste en jugar cada vez más y en exceso; problemas ocasionados por los videojuegos, que son las consecuencias del uso excesivo y dificultad en el control, que implica lo difícil que es dejar el juego, incluso cuando es inapropiado (Chen et al., 2021).

Otro punto a señalar es que el bajo éxito académico de los estudiantes dependerá de una mejor disposición de sus capacidades, que será un factor determinante, enfrentando múltiples desafíos durante su educación, incluidas situaciones que requieren el uso de recursos conductuales y cognitivos (Ramos et al., 2017). Si bien el ideal es que el estudiante cumpla

satisfactoriamente con todos los requisitos del entorno de aprendizaje, esto no es una realidad absoluta, especialmente porque existe una alta proporción de estudiantes que no logran el éxito académico por diversas razones, entre ellas el de procrastinar, es decir, dejar para el último momento el llevar a cabo las labores escolares como estudiar, completar un trabajo o prepararse para una evaluación (Ramos et al., 2017).

De acuerdo a un estudio realizado en Ecuador se obtuvo un 50.5% de los alumnos de nivel secundaria mostraron un marcado grado de aplazamiento en sus tareas académicas (García y Rosque-Herrera, 2023). Mientras que en otra investigación realizada en Colombia se descubrió que un 75% de los adolescentes presentaron niveles altos y muy altos, manifestando conductas en postergar sus actividades académicas de forma muy recurrente (Vergara et al., 2022). A nivel nacional, se reportó una prevalencia del 73.2% de niveles altos de procrastinación en estudiantes de un colegio de Lima (Queveralú y Echabaudes, 2020). Asimismo, en otra investigación se menciona que la procrastinación académica constituye un elemento que aumenta el riesgo en el proceso de desarrollo de las actividades escolares en un 80.9% de los estudiantes (Yana et al., 2022).

Por lo tanto, la procrastinación académica podría estar relacionado a otros problemas como la disfunción familiar, la baja autoestima y la dependencia a videojuegos, este último debido a que al mostrar estas dificultades usan el tiempo en otras actividades de manera excesiva; siendo esta una de las variables con mayor relación al problema de postergar tareas académicas entre los estudiantes (García y Roque, 2023). Al respecto, García et al. (2019) vinculan la procrastinación académica con el uso excesivo de videojuegos y advierten que se puede desarrollar niveles altos de adicción en esta población. Esto se debe a la atracción y gratificación que aporta los videojuegos a los usuarios, ocasionando que los mismos retrasen el cumplimiento de sus actividades escolares (Alarcón y Salas, 2022). Por lo tanto, es necesario

poder seguir investigando la conexión de la procrastinación académica y la dependencia al videojuego, en búsqueda de poder comprender mejor ambas problemáticas.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

¿Cuál es la relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024?

1.2.2. Problemas específicos

¿Cuál es el grado de dependencia a videojuegos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024?

¿Cuál es el grado de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024?

¿Cuál es la relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024?

¿Cuál es la relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024?

1.3. Objetivo de la investigación

1.3.1. Objetivo general

Determinar la relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

1.3.2. Objetivos específicos

Identificar el grado de dependencia a videojuegos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

Identificar el grado de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

Determinar la relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

Determinar la relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

1.4. Justificación de la investigación

1.4.1. Teórico

La presente investigación cuenta con justificación teórica debido a que se desea demostrar como el videojuego usado de forma desmesurada podría estar relacionado con los comportamientos de dependencia en los adolescentes, activando los procesos cerebrales asociados con la recompensa y la gratificación instantánea, proporcionando una salida atractiva a los estudiantes que desean eludir sus responsabilidades académicas. Por lo tanto, las teorías planteadas en este proyecto buscan establecer una conexión sólida de la dependencia a los videojuegos y la procrastinación académica en los adolescentes, explorando cómo estas dos problemáticas se entrelazan en el contexto de este estudio.

1.4.2. Metodológico

Desde una perspectiva metodológica, se brindará evidencia empírica que pueda ser empleada por investigadores afines a la línea de investigación propuesta e interesados en replicar el estudio o utilizarla como antecedente. Estas variables, en la actualidad gozan de gran relevancia en el campo de la psicología humana, la información recopilada puede contribuir a la expansión y esclarecimiento del conocimiento científico en este ámbito.

1.4.3. Práctica

Desde una perspectiva práctica, la investigación servirá como evidencia a las autoridades del centro educativo para justificar la implementación de programas enfocados en la prevención de la dependencia a los videojuegos, en donde se deberá incluir sesiones de trabajo orientados a abordar los comportamientos de procrastinación académica.

1.5. Limitaciones de la investigación

1.5.1. Temporal

Una de las principales limitaciones fue el aspecto temporal, ya que la recolección de datos se realizó en un periodo específico del año 2023 y parte del 2024, lo cual restringe la posibilidad de observar variaciones en otras etapas del ciclo escolar.

1.5.2. Espacial

En cuanto a la limitación espacial, los resultados obtenidos corresponden únicamente a estudiantes del colegio evaluado, ubicado en el distrito de Villa María del Triunfo, por lo tanto, no pueden generalizarse a otras poblaciones con contextos distintos.

1.5.3. Recursos

Finalmente, en relación con los recursos, el estudio fue financiado y desarrollado únicamente por la investigadora, lo que pudo restringir el acceso a herramientas metodológicas más amplias o especializadas.

CAPITULO II: MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

Internacionales

Uno de los primeros estudios encontrados en relación con esta investigación fue en Ecuador, García y Roque (2023) investigaron si existe asociación entre el uso de videojuegos y la procrastinación académica en 91 alumnos de séptimo a décimo grado de la Unidad Educativa Intercultural Bilingüe. El estudio fue de diseño no experimental y de nivel correlacional. Los resultados indicaron que existe asociación significativa entre ambas variables ($\chi^2=96.60$; Sig.= 0.009), concluyendo que efectivamente la experiencia de adicción a videojuegos se asocia con el problema de la postergación de actividades académicas.

Igualmente, en Ecuador, Guamán y Ticsalema (2022) estudiaron la relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica en 243 adolescentes de 15 a 18 años procedentes de la unidad educativa municipal Calderón. Este estudio se enmarcó en una investigación de diseño no experimental y de nivel correlacional. Se evidenció en los resultados una correlación positiva, de nivel baja y significativa ($r=0.34$; $p<0.001$). En base a los hallazgos, se concluyó que, a mayor uso problemático del internet, mayor procrastinación académica en los adolescentes.

Por su parte en México, Morales (2022) llevó a cabo un estudio con el propósito de analizar las conductas de riesgo relacionadas con la búsqueda de sensaciones, la adicción a internet y la procrastinación académica. La investigación tuvo un enfoque correlacional con un diseño no experimental y contó con una muestra de 702 estudiantes de secundaria de diferentes colegios en México. Para la recolección de datos, se emplearon la Escala de Búsqueda de Sensaciones – FORM V, el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Internet y la Escala EPA. Los resultados indicaron que los niveles moderados de adicción a internet en las dimensiones interpersonal e intrapersonal fueron los más frecuentes, con un 35% y 41%,

respectivamente. Asimismo, se encontró que el 43% de los estudiantes presentaba un alto nivel de procrastinación académica. Además, se identificó una correlación positiva entre la procrastinación académica y las dimensiones de adicción a internet, tanto interpersonal ($\rho = .472$) como intrapersonal ($\rho = .375$). En conclusión, la procrastinación académica se relaciona directamente con la adicción a internet en sus dimensiones interpersonal e intrapersonal en adolescentes.

Así mismo en Colombia, Zabala (2021) analizó la relación entre procrastinación y síntomas de adicción a las redes sociales en 75 adolescentes (47 mujeres y 28 varones) procedentes de la ciudad de Villavicencio. Este estudio fue de diseño no experimental y de alcance descriptivo-correlacional. El producto de los análisis correspondientes mostró una relación negativa y estadísticamente significativa entre la adicción a las redes sociales y la autorregulación académica ($r=-0.365$, $p=0.001$) y directa con el aplazamiento de actividades ($r=0.109$, $p=0.352$), lo que refiere que un mayor incremento en la adicción a las redes sociales en los estudiantes existe una tendencia a disminuir la regulación en sus actividades académicas y en aumentar la postergación de la variable mencionada.

Por último, en España, Gómez et al. (2020) llevaron a cabo un estudio titulado “El tiempo de uso de los videojuegos en el rendimiento académico de los adolescentes de la comunidad Valenciana”, con el propósito de analizar la relación entre el uso de videojuegos y el desempeño escolar en adolescentes. La investigación contó con una muestra de 1502 estudiantes de educación secundaria obligatoria, con edades entre 11 y 19 años. Se desarrolló bajo un enfoque descriptivo correlacional y no experimental, empleando un instrumento diseñado específicamente por los autores para evaluar el uso de videojuegos y el rendimiento académico. Los hallazgos revelaron que los efectos en el desempeño escolar pueden ser tanto positivos como negativos, dependiendo del tiempo dedicado a los videojuegos. En particular, aquellos que juegan más entre semana presentan un mayor número de asignaturas reprobadas,

mientras que quienes los utilizan principalmente los fines de semana obtienen mejores calificaciones.

Nacionales

De igual forma en Moyobamba, Muñoz (2024) tuvo como objetivo determinar entre la dependencia a los videojuegos y la procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa en la ciudad de Moyobamba. En cuanto a la metodología, se trató de una investigación correlacional con un diseño no experimental y de corte transversal. Para la recolección de datos, se utilizaron el Test de Dependencia a los Videojuegos (TDV) y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). La muestra estuvo conformada por 164 estudiantes con edades entre 16 y 18 años. El análisis estadístico se realizó mediante el software STATA versión 12 y la prueba de chi-cuadrado. Los resultados mostraron una correlación significativa entre la dependencia a los videojuegos y la procrastinación académica ($p=0.002$). Asimismo, se encontró relación entre las dimensiones de abstinencia ($p=0.010$), abuso y tolerancia ($p=0.037$), problemas asociados a los videojuegos ($p=0.000$) y dificultad de control ($p=0.001$) con la procrastinación académica. Además, se identificó una asociación entre la dependencia a los videojuegos y variables sociodemográficas, evidenciando una leve adicción según el sexo ($p=0.000$) y la preferencia por jugar ($p=0.005$), mientras que en relación con el tiempo de juego diario se observó un uso normal ($p=0.000$). Estos hallazgos sugieren que el uso excesivo de videojuegos, como un mecanismo de evasión de responsabilidades académicas, contribuye al incremento de la procrastinación académica.

Por otro lado, se identificó el estudio en Lima, Navarro (2023) llevo a cabo un estudio llamado Adicción al internet y procrastinación académica en estudiantes en adolescentes de una institución educativa; la muestra fue de 200 estudiantes que cursan entre 1ro a 5 to grado de secundaria. Se empleó la Escala de Adicción a Internet-EAIL de Lam et al. (2010) y la Escala de Procrastinación Académica- EPA de Busko (1998). Los resultados obtenidos

indicaron que existe una correlación positiva entre la adicción a Internet y la procrastinación académica ($\rho = .162$). Asimismo, se identificó una relación entre la adicción a Internet y las dimensiones de la procrastinación académica, específicamente con la autorregulación académica ($\rho = -.250$) y la postergación de actividades ($\rho = .242$). Con base en estos hallazgos, se concluye que el uso excesivo de Internet está vinculado con la tendencia a procrastinar en los adolescentes.

Igualmente, en Arequipa, Ramos y Cyran (2023) El objetivo principal de este estudio fue analizar la posible relación entre el uso problemático de videojuegos, la procrastinación académica y el rendimiento escolar en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Arequipa. La muestra estuvo conformada por 256 estudiantes de una institución educativa pública, con una distribución equitativa según sexo y edades comprendidas entre los 12 y 17 años. Se aplicó un muestreo por cuotas. La investigación adoptó un diseño no experimental, de enfoque cuantitativo y de tipo correlacional comparativo transversal. Como instrumentos de recolección de datos, se emplearon la Ficha Sociodemográfica, el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con los Videojuegos (CERV), la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Ficha de Registro de Calificaciones. Los resultados indicaron que no existe una relación significativa entre el uso problemático de videojuegos, la procrastinación y el rendimiento académico. Sin embargo, se identificó una relación significativa positiva entre el uso problemático de videojuegos y la procrastinación académica ($p < .05$, $\rho = .190$), así como entre el rendimiento y la procrastinación académicos ($p < .05$, $\rho = .185$).

De igual manera en Lima Sur, Camacho (2022) estudió si la adicción a las redes sociales se relaciona con la conducta de procrastinar en las actividades escolares, para ello evaluó a 325 adolescentes de un colegio público. Aplicando el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales (ARS) y la Escala de Procrastinación Académica (EPAI). Para llevar a cabo esta investigación, se empleó un diseño no experimental de tipo correlacional. Los hallazgos exhibieron una

correlación directa, con una intensidad baja y significativa ($\rho=0.197$; $p<0.001$) entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación académica. En base a estos hallazgos, se concluyó que un mayor puntaje de adicción a las redes sociales se relaciona a mayores puntajes de procrastinación académica en los escolares evaluados.

Finalmente, en Huancayo, Arzozano (2020) estudió adicción a videojuegos en adolescentes aplicado en una muestra de 340 escolares de un colegio nacional Mariscal Castilla de Huancayo, se utilizó el tipo de estudio descriptivo, transversal, con enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo simple. Se evaluó con el Test de Dependencia de Videojuegos (TDV), cuarta versión revisada (DSM-IV-TR). Se obtiene el resultado que resultado de adicción a los videojuegos es 45%, 45% presenta nivel de adicción bajo, 26,1% medio y 28,8% nivel alto, de ellos 19,7% son menores de 12 a 13 años; 37,4% son varones; 20,9% utilizan el videojuego todos los días; 26,8% juegan entre 2 a 4 horas; el nivel de la abstinencia es alto en el 32%, el nivel de abuso y tolerancia es alto en 42,5%, el nivel de problemas derivados del uso excesivo de los videojuegos es alto en el 54,2%. El nivel de dificultad en el control de la adicción es alto en el 30,7%. Concluyendo que la incidencia de adicción a los videojuegos es alta en los escolares adolescentes del Centro educativo Mariscal Castilla.

2.2. Bases teóricas

2.2.1. Dependencia a videojuegos

Definición.

Núñez et al. (2025) definen la dependencia a los videojuegos como un patrón de comportamiento caracterizado por la obsesión y el uso desmedido de estos, donde la persona experimenta una pérdida de control que interfiere con actividades esenciales como el estudio, la interacción social y la práctica de ejercicio físico, además de afectar el bienestar emocional y la salud física. Esta conducta compulsiva se manifiesta a través de la incapacidad de limitar el tiempo de juego y la sustitución de responsabilidades cotidianas por la actividad lúdica, lo

que evidencia un desequilibrio que repercute negativamente en el desarrollo integral del individuo.

Por otro lado, Kim et al. (2022) definen la dependencia a los videojuegos como una pérdida de control sobre el comportamiento de juego, donde el individuo experimenta una fuerte necesidad de jugar que se manifiesta a través de síntomas como la tolerancia, el deseo creciente de prolongar el tiempo de juego para obtener satisfacción, y la aparición de síntomas de abstinencia como ansiedad e irritabilidad al no jugar; además, el juego adquiere prioridad sobre otras actividades e intereses cotidianos, manteniéndose a pesar de las consecuencias negativas que genera, lo que evidencia una similitud con las adicciones relacionadas con sustancias, pues el jugador continúa con esta conducta compulsiva que interfiere en su vida diaria y relaciones sociales.

Adicionalmente, Jin et al. (2021) definen la dependencia a los videojuegos como un comportamiento adictivo caracterizado por el uso excesivo e incontrolable de los juegos en línea durante periodos prolongados, lo que impide que la persona se desligue de dicha actividad y genera efectos físicos, psicológicos y sociales significativos. Esta adicción se manifiesta en la pérdida de control sobre el tiempo de juego, la disminución de la prioridad a otras actividades fundamentales como los estudios y las relaciones sociales, así como en la persistencia del juego a pesar de sus consecuencias negativas, evidenciando un deterioro en las funciones físicas, emocionales y sociales del individuo.

Modelos teóricos.

Griffiths (2005) propone el modelo de componentes de la adicción, el cual se enmarca en un enfoque biopsicosocial y sostiene que la dependencia a los videojuegos es un proceso complejo que resulta de la interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales, donde el comportamiento adictivo surge cuando el juego adquiere un papel central en la vida del individuo y se mantiene a pesar de las consecuencias negativas. Este modelo explica que la

adicción no se limita al consumo de sustancias, sino que puede manifestarse en conductas como el uso excesivo de videojuegos, evidenciando patrones persistentes que afectan el bienestar personal, las relaciones sociales y las responsabilidades diarias, lo que refleja una pérdida de control y un deseo constante de continuar con la actividad.

Por su parte, Sachu et al. (2024) proponen el modelo de compromiso del jugador para explicar la dependencia a los videojuegos, el cual se centra en la relación entre los elementos de diseño de los juegos en línea y la implicación de los jugadores. Este modelo sostiene que la adicción no se genera directamente por las características del diseño, sino por la manera en que estas interactúan con la motivación, la inmersión, la mecánica del juego y la interacción social, lo que influye en la experiencia del usuario. Así, la dependencia emerge cuando los jugadores desarrollan un fuerte vínculo emocional con el juego, priorizando la actividad lúdica sobre otras responsabilidades y manteniéndose inmersos en la dinámica virtual como vía de escape y satisfacción personal.

De manera similar, Chuang y Cheng (2016) presentan un modelo teórico de la dependencia a los videojuegos basado en la teoría del flujo y los motivos de comunicación mediada por computadora, el cual explica que la adicción surge cuando los jugadores experimentan un estado de inmersión total que los lleva a repetir la actividad para prolongar la sensación de placer y evasión. Este modelo sostiene que las motivaciones mediáticas, como el entretenimiento, el deseo de pasar el tiempo y la necesidad de escapar de la realidad, junto con las motivaciones interpersonales, como la interacción social y el juego cooperativo, influyen directamente en la experiencia de flujo, lo que favorece la aparición de conductas adictivas, ya que el jugador prioriza la actividad lúdica sobre otras responsabilidades y encuentra en el entorno virtual un espacio de satisfacción personal que refuerza su uso continuado.

Dimensiones.

Según Chóliz y Marco (2011), la primera dimensión de la dependencia a los videojuegos es la abstinencia, la cual se manifiesta cuando los usuarios se desconectan de sus plataformas virtuales y experimentan alteraciones tanto fisiológicas como emocionales. Esta dimensión se caracteriza por síntomas como ansiedad, irritabilidad y cambios de humor, que surgen al pasar un tiempo prolongado sin jugar, lo que refleja la necesidad compulsiva de retomar la actividad para aliviar el malestar que provoca la falta de interacción con los videojuegos.

La segunda dimensión es abuso y tolerancia, entendida como la disminución progresiva del placer obtenido tras el uso prolongado de videojuegos. A medida que el individuo pasa más tiempo conectado, la satisfacción inicial se reduce, lo que lo lleva a incrementar la duración y la frecuencia de las sesiones de juego para intentar alcanzar nuevamente las sensaciones gratificantes que experimentaba al inicio, evidenciando así un proceso de adaptación que refuerza el comportamiento adictivo (Chóliz y Marco, 2011).

En tercer lugar, se encuentran los problemas asociados a los videojuegos, que abarcan las consecuencias negativas derivadas del uso excesivo y descontrolado de estas plataformas. Esta dimensión comprende la aparición de conductas inadaptativas, como la disminución de las relaciones sociales, el aislamiento, la limitación de las actividades recreativas ajenas a los videojuegos, así como el descuido de las responsabilidades personales, académicas y laborales, lo cual repercute significativamente en la calidad de vida del individuo (Chóliz y Marco, 2011).

Finalmente, la dimensión de dificultad de control ante el uso de videojuegos hace referencia a la incapacidad para regular el tiempo y la frecuencia de juego, lo que se traduce en una necesidad persistente de permanecer conectado. Este fenómeno se acompaña de una marcada frustración e irritabilidad cuando la persona enfrenta dificultades para acceder a los videojuegos, como problemas de conexión en plataformas en línea, lo que refleja la pérdida de

control sobre la conducta y la dependencia emocional hacia esta actividad (Chóliz y Marco, 2011).

Factores asociados a la dependencia a videojuegos.

Chávez y Salvatierra (2024) explican que los factores que influyen en la dependencia a los videojuegos se dividen en tres categorías principales: individuales, sociales y del entorno. Los factores individuales comprenden aspectos psicológicos y emocionales como la baja autoestima, la ansiedad y la depresión, los cuales llevan a los adolescentes a utilizar los videojuegos como un medio de escape y búsqueda de satisfacción personal. Los factores sociales se relacionan con la presión de grupo, la falta de habilidades sociales y la influencia de amigos que incentivan el uso prolongado de videojuegos, lo que refuerza la conducta adictiva a través de la interacción en línea. Por último, los factores del entorno abarcan la fácil accesibilidad a la tecnología, la disponibilidad de dispositivos en el hogar y la influencia cultural que normaliza el uso excesivo de videojuegos, lo que facilita el desarrollo de la dependencia al integrarse en las rutinas diarias de los adolescentes y ser considerado como una forma habitual de entretenimiento.

De manera similar, Carreño y Luna (2021) explican que los factores de la dependencia a los videojuegos se dividen en tres categorías principales: personales, sociales y contextuales. Los factores personales incluyen la falta de habilidades sociales, la impulsividad y el uso de los videojuegos como medio de desahogo emocional, lo cual lleva a los adolescentes a preferir la interacción virtual sobre las relaciones reales. En cuanto a los factores sociales, el aislamiento y la escasa relación afectiva con familiares o amigos cercanos impulsan a los jóvenes a refugiarse en los videojuegos, encontrando en ellos una vía para satisfacer la necesidad de pertenencia y aceptación. Por último, los factores contextuales se refieren a la dependencia tecnológica, la facilidad de acceso a dispositivos electrónicos y la exposición prolongada a pantallas, lo que favorece conductas sedentarias, descuido de la higiene personal y problemas

de salud física como molestias musculares y fatiga visual, mientras las relaciones personales y familiares se deterioran progresivamente

Desde otra perspectiva, Capafons (2021) explica que los factores que influyen en la dependencia a los videojuegos se agrupan en variables psicológicas, sociodemográficas y características propias del juego. Entre las variables psicológicas, destaca la baja tolerancia a la frustración, que predispone a las personas a buscar en los videojuegos un escape a emociones negativas, lo cual intensifica su uso compulsivo. Las variables sociodemográficas, como la edad y el sexo, también desempeñan un papel importante, ya que los jóvenes y los hombres tienden a mostrar mayores niveles de adicción. Por otro lado, las características del juego influyen significativamente, siendo más adictivos aquellos que incluyen contenido violento, ofrecen sistemas de clasificación (ranking) o promueven la colaboración entre jugadores, lo que refuerza la motivación y la implicación continua en la actividad lúdica. Además, se evidencia que, a mayor número de horas dedicadas al juego, especialmente durante los fines de semana, mayor es la propensión a desarrollar conductas adictivas.

Consecuencias de los videojuegos.

Yáñez (2024) explica que las consecuencias de la dependencia a los videojuegos abarcan tanto el ámbito físico como el psicológico, afectando la vida cotidiana de los adolescentes. En el plano físico, se manifiestan problemas como fatiga, dolores musculares, alteraciones en la visión y trastornos del sueño, lo que repercute en el rendimiento académico y laboral. En el aspecto psicológico, se observan síntomas de ansiedad, irritabilidad, cambios de humor, aislamiento social y pérdida de interés en actividades que antes resultaban placenteras, lo que lleva a una disminución en la calidad de vida y en las relaciones interpersonales. Además, esta adicción puede derivar en un uso problemático de dispositivos electrónicos y en la pérdida de control sobre el tiempo dedicado al juego, generando un círculo vicioso que agrava las consecuencias mencionadas.

De forma parecida, Anguiano et al. (2024) explican que las consecuencias abarcan efectos psicológicos, sociales y físicos que afectan la vida cotidiana de los individuos. A nivel psicológico, se observa un aumento en los niveles de ansiedad, depresión y estrés, vinculados a la pérdida de control y la evasión de situaciones problemáticas, lo que lleva a los usuarios a recurrir a los videojuegos como forma de escape emocional. En el ámbito social, la adicción genera aislamiento y deterioro en las relaciones interpersonales, mientras que en el aspecto físico se presentan problemas como trastornos del sueño, fatiga y dolores musculares, consecuencias que, en conjunto, afectan el rendimiento académico y la calidad de vida del individuo.

En cambio, Valle (2022) explica que las consecuencias se manifiestan principalmente a nivel psicosocial, afectando la interacción personal y la percepción de la realidad. Esta dependencia genera disociación entre la vida virtual y la real, lo que puede provocar frustración, ansiedad e inseguridades cuando la identidad mostrada en los juegos no coincide con la vida cotidiana. Además, la exposición prolongada a plataformas digitales influye en la autoimagen y puede originar aislamiento social, deterioro de las relaciones interpersonales y dificultades para desenvolverse fuera del entorno virtual, lo que repercute negativamente en el bienestar emocional y social del individuo.

Impacto de la adicción a videojuegos en adolescentes.

Lino et al. (2023) explican que el impacto de la dependencia a los videojuegos se manifiesta en diversas áreas de la vida de los adolescentes, afectando tanto su entorno personal como social. Esta adicción genera un uso disfuncional que interfiere con las relaciones familiares, la vida social, el rendimiento escolar y el bienestar emocional, lo que provoca conductas impulsivas, aislamiento, irritabilidad y dificultades para mantener hábitos saludables. Además, la dependencia prolongada puede ocasionar alteraciones en el sueño, problemas físicos como fatiga y dolores musculares, así como una disminución en la capacidad

de concentración, lo que repercute negativamente en el desarrollo integral del individuo y agrava su vulnerabilidad a otros problemas psicosociales.

En contraste, Pérez et al. (2024) explican que el impacto de la dependencia a los videojuegos en adolescentes se manifiesta principalmente en la asistencia escolar, el rendimiento académico y las diferencias de género. Los adolescentes con altos niveles de adicción tienden a presentar más ausencias escolares, lo que afecta su desempeño académico y limita su participación en actividades educativas. Además, se evidenció que los varones son más propensos a desarrollar esta dependencia en comparación con las mujeres, lo cual se relaciona con preferencias lúdicas y patrones culturales. Asimismo, la adicción influye negativamente en la motivación estudiantil y genera dificultades para mantener hábitos de estudio, lo que se traduce en un aumento de suspensos y un deterioro en la calidad del aprendizaje, afectando así su desarrollo integral y proyección futura.

En el mismo sentido, Valarezo (2024) explica que el impacto de la dependencia a los videojuegos en adolescentes se manifiesta principalmente en el ámbito personal, social y emocional, afectando su desarrollo integral. A nivel personal, se evidencia un deterioro en la salud mental que se refleja en la aparición de ansiedad, depresión y cambios abruptos de humor, mientras que en el plano social se observa un aislamiento progresivo y dificultades para establecer relaciones interpersonales. En el aspecto emocional, los adolescentes experimentan frustración e irritabilidad al interrumpir el uso de videojuegos, lo que interfiere con sus responsabilidades académicas y familiares, generando así un desequilibrio en sus hábitos cotidianos y un impacto negativo en su calidad de vida.

Prevención y tratamiento de la dependencia a videojuegos.

Sotés y Mesa (2022) explican que la prevención y tratamiento de la dependencia a los videojuegos requieren un enfoque integral que considere tanto la identificación temprana como la intervención oportuna. La prevención se basa en la promoción de hábitos saludables, la

educación sobre el uso responsable de las tecnologías y la participación activa de la familia y la comunidad educativa para reducir la exposición excesiva a los videojuegos. En cuanto al tratamiento, se destacan estrategias que combinan la atención psicológica, la modificación de conductas y la orientación familiar, enfocándose en recuperar el equilibrio en las actividades cotidianas del individuo. Además, se enfatiza la importancia de realizar diagnósticos certeros mediante instrumentos validados, lo que facilita el diseño de intervenciones ajustadas a las necesidades específicas de cada paciente y su entorno social.

Seguidamente, Planells (2022) menciona que la prevención se centra en evitar patrones de uso abusivo a través de programas educativos dirigidos a adolescentes, padres y docentes, promoviendo hábitos saludables y fomentando la reflexión sobre los riesgos asociados. En cuanto al tratamiento, se enfatiza la importancia de la psicoeducación, el desarrollo de habilidades sociales, la mejora en la comunicación familiar y la gestión del tiempo, lo que contribuye a reducir la conducta adictiva y recuperar el equilibrio en las actividades cotidianas del individuo. Además, se destaca la relevancia de trabajar conjuntamente con el entorno del adolescente para fortalecer los factores de protección y minimizar los de riesgo.

Sumado a ello, Montiel (2022) refiere que la prevención se basa en la sensibilización de los adolescentes, sus familias y la comunidad educativa a través de talleres que promueven la toma de conciencia sobre los riesgos asociados al uso excesivo de videojuegos, fomentando habilidades de regulación emocional, resolución de problemas y comunicación asertiva. Por otro lado, el tratamiento se orienta a la identificación temprana de conductas problemáticas mediante herramientas de diagnóstico, seguido de intervenciones cognitivo-conductuales que buscan modificar patrones de pensamiento disfuncionales, mejorar la autoestima y promover alternativas de ocio saludable.

2.2.2. Procrastinación académica

Definición.

González et al. (2023) definen la procrastinación académica como la acción voluntaria de postergar actividades esenciales o responsabilidades inaplazables hacia momentos futuros, lo cual genera un impacto negativo en el equilibrio personal y afecta la toma de decisiones objetivas. Esta conducta se vincula con un sesgo cognitivo centrado en el presente, donde el individuo prioriza la satisfacción inmediata sobre las necesidades a largo plazo, lo que perjudica su bienestar.

Por otro lado, Frayon et al. (2023) explican que la procrastinación académica se manifiesta principalmente cuando una tarea es percibida como evitable, lo que facilita su postergación. Desde la psicología motivacional, esta conducta persiste debido a pensamientos irracionales, sentimientos de angustia y estados emocionales negativos que influyen en la disposición para iniciar la actividad. Este comportamiento se acompaña de patrones desadaptativos que afectan la rutina de estudio, ya que la persona busca evitar el malestar asociado con la tarea asignada, lo que refuerza la tendencia a posponer las obligaciones.

Conjuntamente, Shaket y Altarac (2022) sostienen que, aunque la procrastinación fue concebida en sus primeras investigaciones como un acto vinculado a la falta de voluntad, en la actualidad se reconoce como un problema relacionado con la autorregulación emocional más que con la gestión del tiempo. Esta conducta se presenta como un mecanismo para aliviar temporalmente el malestar emocional, dado que la persona elige realizar actividades gratificantes que le proporcionan un estado de ánimo positivo a corto plazo, aunque ello implique posponer responsabilidades relevantes

Modelos teóricos.

Busko (1998) presenta un modelo teórico de la procrastinación académica que la concibe como la tendencia voluntaria a retrasar el cumplimiento de tareas escolares, lo que

genera altos niveles de ansiedad y afecta el proceso de aprendizaje. Este modelo enfatiza la relación entre la procrastinación y el perfeccionismo, señalando que las personas con elevados estándares autoimpuestos pueden experimentar menor postergación, mientras que aquellas que buscan satisfacer expectativas externas tienden a procrastinar más. Asimismo, considera factores como la autoeficacia, la influencia de la autoridad parental en la infancia, el contexto socioeconómico, la edad, el número de hermanos y el nivel educativo, ya que estos elementos configuran las experiencias personales que inciden en la forma en que los individuos enfrentan sus responsabilidades académicas y gestionan su rendimiento.

Desde otra perspectiva, Araya et al. (2023) proponen un modelo multidimensional de procrastinación académica en estudiantes que busca explicar los factores que influyen en la postergación voluntaria de tareas escolares y su impacto en el rendimiento académico. Este modelo considera la procrastinación como un fenómeno complejo y multifactorial, determinado tanto por variables internas como externas que afectan la toma de decisiones y el cumplimiento de las responsabilidades académicas. Además, enfatiza que la postergación no solo responde a la falta de gestión del tiempo, sino que está relacionada con aspectos psicológicos, sociales y contextuales que interactúan entre sí, dificultando el inicio o la finalización oportuna de las tareas.

Por su parte, Kandemir (2014) propone un modelo teórico para explicar la procrastinación académica, el cual se basa en la interacción de diversos factores personales y motivacionales que inciden directamente en la postergación de tareas escolares. Este modelo establece que las características de personalidad, las metas de logro, la autoeficacia académica y la autoestima actúan como predictores del comportamiento procrastinador. Además, destaca que la responsabilidad personal se relaciona negativamente con la procrastinación, mientras que la percepción de críticas familiares perfeccionistas y la baja autoeficacia académica la incrementan. Así, el modelo plantea que la procrastinación no solo surge de una mala gestión

del tiempo, sino también de la interacción entre aspectos emocionales, motivacionales y contextuales que afectan la toma de decisiones y el rendimiento académico.

Dimensiones de la procrastinación académica.

Álvarez (2010) propone dos dimensiones, en donde la dimensión de autorregulación de actividades se refiere a la capacidad del estudiante para gestionar de forma consciente y planificada el desarrollo de sus tareas académicas, lo que implica mantener la motivación y la voluntad antes, durante y después de la realización de las actividades. Esta dimensión abarca la intención de concluir las tareas con anticipación, la constancia en la obtención de resultados, la correcta administración del tiempo, el establecimiento de hábitos de estudio, la prevención de situaciones de presión, la asistencia regular a clases, la búsqueda de apoyo cuando es necesario y la preparación previa para enfrentar las demandas académicas (Moreta y Durán, 2018).

Por otro lado, la dimensión de postergación de actividades hace referencia a la inclinación a retrasar deliberadamente tareas importantes, priorizando actividades menos relevantes o más agradables. Esta conducta se manifiesta en la decisión consciente de dejar las responsabilidades para el último momento, lo que se relaciona con la percepción de las asignaturas como poco motivadoras o desagradables. Además, esta dimensión refleja la preferencia por reemplazar las obligaciones académicas con actividades que requieren menor esfuerzo, lo que contribuye a la postergación sistemática de las tareas asignadas (Moreta y Durán, 2018).

Factores asociados a la procrastinación.

Rojas (2025) señala que los factores que inciden en la procrastinación académica se agrupan en tres dimensiones principales: personal, ambiental e institucional. La dimensión personal comprende aspectos como el género, la edad y las actividades extracurriculares, observándose que los varones y estudiantes con escasa ocupación tienden a postergar más sus

tareas. La dimensión ambiental incluye la procedencia y las condiciones socioeconómicas, donde los adolescentes provenientes de zonas rurales y con viviendas en condiciones limitadas presentan mayores niveles de procrastinación. Por último, la dimensión institucional involucra factores como la carga académica, la programación de cursos y la relación con los docentes, siendo estos determinantes en la postergación de actividades escolares.

Aparte, Cevállos et al. (2021) explican que los factores asociados a la procrastinación académica en adolescentes se relacionan principalmente con aspectos sociodemográficos, académicos y familiares. Entre estos, la situación económica familiar muestra una influencia significativa, dado que los estudiantes que perciben mejores condiciones económicas tienden a procrastinar menos. Asimismo, la ocupación desempeña un papel importante, ya que aquellos que combinan sus estudios con apoyo en negocios familiares presentan niveles más bajos de postergación. Además, se observa que el año escolar incide en la procrastinación, aumentando especialmente en los últimos años de bachillerato, lo que podría atribuirse a la presión académica y emocional que enfrentan los estudiantes en esta etapa.

Adicionalmente, Murga y Pinto (2022) explican que los factores que influyen en la procrastinación académica están vinculados principalmente con la edad y el sexo. Los resultados de su estudio revelan que el sexo es un factor determinante, ya que los estudiantes varones presentan niveles más altos de procrastinación en comparación con las mujeres, quienes tienden a mostrar un mejor manejo de la autorregulación académica. Por otro lado, la edad no evidenció una relación con la postergación de actividades, lo que sugiere que la tendencia a procrastinar no varía considerablemente entre los estudiantes jóvenes y mayores, siendo el comportamiento procrastinador común en ambos grupos etarios.

Consecuencias de la procrastinación académica.

Según Chavarría (2023), las consecuencias de la procrastinación académica abarcan diversas áreas que afectan tanto el ámbito personal como el escolar de los estudiantes. En

primer lugar, se evidencian repercusiones emocionales que se manifiestan a través de sentimientos de culpa, ansiedad y frustración, ya que la postergación constante de tareas genera un conflicto interno que deteriora el bienestar psicológico del estudiante, lo que repercute en su motivación y autoconfianza. Además, la acumulación de actividades pendientes incrementa la presión emocional y puede desencadenar episodios de estrés prolongado, afectando negativamente el estado de ánimo y la estabilidad emocional del individuo.

En segundo lugar, se destacan las consecuencias académicas, que se reflejan en un bajo rendimiento escolar debido a la falta de preparación y cumplimiento oportuno de las tareas asignadas. La procrastinación conduce a la entrega de trabajos de baja calidad y a un desempeño deficiente en evaluaciones, lo que limita la adquisición de conocimientos y habilidades. Esta situación puede provocar la deserción escolar, ya que la acumulación de fracasos académicos disminuye la motivación para continuar con los estudios y genera una percepción negativa sobre las propias capacidades, afectando así el logro de metas educativas a largo plazo (Chavarría, 2023).

Finalmente, la procrastinación académica incide en las relaciones interpersonales, especialmente en el entorno familiar y social. La evasión de responsabilidades puede generar conflictos con padres, docentes y compañeros, debidos a la falta de compromiso y responsabilidad. En el ámbito familiar, la tensión se incrementa cuando los padres deben insistir constantemente para que se cumplan las obligaciones escolares, lo que deteriora la comunicación y la convivencia. Asimismo, la disminución del tiempo destinado a actividades sociales y recreativas, como consecuencia de la postergación de tareas, limita la interacción social y puede llevar al aislamiento, afectando el desarrollo integral del estudiante (Chavarría, 2023).

Impacto de la procrastinación académica.

Juárez (2024) explica que el impacto de la procrastinación académica se manifiesta principalmente en la salud mental de los estudiantes, ya que genera sentimientos de culpa, vergüenza y malestar por no cumplir con las actividades a tiempo, lo que se asocia con altos niveles de estrés y ansiedad; este fenómeno afecta el bienestar integral, provocando problemas como trastornos del sueño, bajo rendimiento escolar e impuntualidad. Además, cuando la procrastinación se convierte en un hábito crónico, se relaciona con comportamientos poco saludables, como la disminución de la actividad física y la desorganización en los hábitos alimenticios, lo que deteriora la calidad de vida de los estudiantes y su desempeño académico.

Por su parte, Chavarría y Umerenkova (2024) explican que el impacto se genera en diversos ámbitos del estudiante, ya que afecta tanto el rendimiento escolar como la salud mental y las relaciones interpersonales. Esta conducta se relaciona con la baja motivación, la falta de autorregulación y la percepción de incapacidad para afrontar las tareas académicas, lo que genera sentimientos de ansiedad, estrés y culpa. Además, incrementa la tendencia a evitar responsabilidades escolares, lo cual repercute en el desempeño académico y puede influir en la deserción escolar, especialmente en estudiantes con bajos niveles de autoeficacia.

Según Sarmiento (2023), el impacto de la procrastinación académica se evidencia en diversos aspectos del desempeño estudiantil, afectando tanto la gestión del tiempo como el rendimiento académico. Esta conducta genera dificultades para planificar, priorizar y ejecutar las tareas, lo que conlleva a la acumulación de actividades pendientes y, por ende, a un incremento en los niveles de estrés, ansiedad y frustración. Además, la desorganización derivada de la procrastinación limita la capacidad de autorregulación y provoca un sentimiento de incapacidad, afectando la motivación y la satisfacción personal del estudiante, lo que repercute negativamente en su desarrollo académico y bienestar emocional.

Tratamiento para la procrastinación académica.

Según Yepez (2021), el tratamiento para la procrastinación académica se basa en la implementación de estrategias psicoeducativas que buscan modificar los patrones conductuales y cognitivos asociados a este comportamiento. El enfoque principal consiste en promover habilidades de autorregulación, manejo adecuado del tiempo y establecimiento de metas realistas, lo que permite a los estudiantes desarrollar mayor autonomía y responsabilidad en sus actividades académicas; además, se incluyen técnicas de motivación intrínseca y estrategias para superar la desorganización y la evasión de responsabilidades, favoreciendo así un cambio integral en la conducta procrastinadora, lo que repercute positivamente en el rendimiento académico y el bienestar emocional.

Por otro lado, Martínez (2024) plantea un tratamiento para la procrastinación académica basado en la implementación del programa pedagógico "Ama Quella", el cual se orienta a promover la autorregulación, la planificación y la motivación en los estudiantes a través de estrategias prácticas y dinámicas que favorecen el compromiso académico. Dicho programa busca que los estudiantes desarrollen habilidades para gestionar su tiempo, enfrentar la postergación de actividades y fortalecer la autonomía en sus responsabilidades escolares, utilizando recursos pedagógicos adaptados a sus necesidades y promoviendo la reflexión sobre sus hábitos de estudio para generar cambios sostenibles en su rendimiento académico.

En cambio, Asprilla (2024) plantea que el tratamiento para la procrastinación académica se basa en la implementación del programa ProMind, fundamentado en la técnica mindfulness, cuyo propósito es reducir los niveles de procrastinación en estudiantes universitarios de primer semestre. Este programa, estructurado en cinco sesiones, busca promover la conciencia plena y la gestión adecuada del tiempo mediante ejercicios prácticos enfocados en la respiración, la identificación de pensamientos que inciden en la postergación y la aceptación de situaciones generadoras de estrés. Así, se favorece la autorregulación

emocional y se potencia la motivación intrínseca, lo cual facilita el cumplimiento oportuno de las responsabilidades académicas.

Procrastinación académica en pandemia.

Delgado y Fernández (2023) explican que la procrastinación académica durante la pandemia se manifestó como una conducta recurrente en los adolescentes, impulsada principalmente por el cambio abrupto de la modalidad presencial a la educación remota. Esta transición provocó que muchos estudiantes experimentaran dificultades para organizar su tiempo y adaptarse a las nuevas exigencias, lo cual fue acentuado por el uso excesivo de tecnologías para fines no académicos. Así, la falta de un entorno estructurado y el acceso constante a distracciones digitales influyeron en la postergación de responsabilidades escolares, afectando negativamente el rendimiento y la autorregulación académica de los estudiantes.

Adicionalmente, Cruz et al. (2022) explican que la procrastinación durante la pandemia se intensificó debido a la transición repentina a la educación virtual, lo que provocó un aumento en el uso de redes sociales y otras plataformas digitales como principales distractores, afectando la concentración y la responsabilidad estudiantil. Esta situación generó dificultades en la planificación y ejecución de tareas, pues los estudiantes priorizaban actividades recreativas sobre sus deberes escolares, lo que, sumado al aislamiento social, desmotivación y estrés, impactó negativamente en su desempeño académico y en sus relaciones sociales.

2.3. Formulación de hipótesis

2.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

2.3.2. Hipótesis específicas

Existe mayor prevalencia del grado alto de dependencia a videojuegos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

Existe mayor predominio del grado alto de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

Existe relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

Existe relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

CAPITULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

El método seleccionado fue el hipotético-deductivo, el cual implicó la formulación de una hipótesis para explicar el fenómeno bajo estudio. Posteriormente, dicha hipótesis se sometió a pruebas estadísticas con el objetivo de deducir resultados (Hernández y Mendoza, 2018).

3.2. Enfoque de la investigación

El enfoque de la investigación fue cuantitativo, puesto que implicó la interpretación precisa y numérica de las variables de estudio a través de métodos estadísticos (Hernández y Mendoza, 2014).

3.3. Tipo de investigación

El tipo de estudio fue básico, caracterizándose por aportar nuevos conocimientos sobre un tema específico (Hernández y Mendoza, 2018).

3.4. Diseño de la investigación

El diseño fue no experimental, ya que no se realizaron manipulaciones en ninguna variable para observar sus efectos en otra. Además, tuvo un corte transversal, dado que la medición se llevó a cabo en un único punto en el tiempo (Hernández y Mendoza, 2018). Por otro lado, se trató de un estudio de naturaleza correlacional, en el cual se examinaron de manera individual las conductas de las variables, para luego analizar el grado de correlación y dirección entre ellas (Hernández y Mendoza, 2018).

3.5. Población, muestra y muestreo

3.5.1. Población

La población de estudio estuvo conformada por 1910 estudiantes de nivel secundaria, de ambos sexos y procedentes de la Institución Educativa República del Educador.

3.5.2. Muestra

La muestra fue una parte de la población (Hernández y Mendoza, 2018), la cual fue conformada por 494 estudiantes de segundo a cuarto de secundaria, siendo calculada utilizando una fórmula matemática para muestras finitas con un nivel de confianza del 99% y un margen de error del 5%.

3.5.3. Muestreo

El muestreo que se empleó en la investigación fue no probabilístico por conveniencia, el cual se caracteriza en la elección de la muestra según el criterio del propio investigador, quien tiene la libertad de seleccionar de manera arbitraria a los participantes que conforman la muestra (Hernández y Mendoza, 2018). Así mismo, se consideró los siguientes criterios de investigación:

Criterios de inclusión:

- Estudiantes de ambos sexos de nivel secundario.
- Estudiantes que cursan el año académico 2024.
- Estudiantes que decidan ser parte del estudio.

Criterios de exclusión:

- Estudiantes que presenten algún tipo de discapacidad física o mental.
- Estudiantes que no deseen colaborar con la investigación.
- Estudiantes que no completen todas las preguntas de la investigación.

Tabla 1

Distribución de participantes según sexo

Sexo	f	%
Femenino	251	50.8%
Masculino	243	49.2%
Total	494	100%

Nota. f= Frecuencia, %=porcentajes.

En la tabla 1, se visualiza la muestra evaluada conforme al sexo, en donde el 50.8% (251 estudiantes) son femeninos y el 49.2% (243 estudiantes) son varones.

Tabla 2

Distribución de participantes según edad

Edad	f	%
13	69	14.0 %
14	230	46.6%
15	161	32.6 %
16	34	6.9%
Total	494	100%

Nota. F=frecuencias, %=porcentajes.

En la tabla 2, se observa la edad de los evaluados, de los cuales el 14% tienen 13 años (69 estudiantes), el 46.6% poseen 14 años (230 estudiantes), el 32.6 % oscilan en 15 años (161 estudiantes) y el 6.9 % cuentan con 16 años (34 estudiantes).

Tabla 3

Distribución de participantes según el grado

Grado	f	%
2do	268	54.3%
3ro	204	41.3%
4to	22	4.5%
Total	494	100%

Nota. f=frecuencias, %=porcentajes.

En la tabla 3, Se observa que el mayor porcentaje corresponde a estudiantes de segundo grado, con un 54.3 % (268 estudiantes), seguido por los estudiantes de tercer grado con un 41.3 % (204 estudiantes). Finalmente, el 4.5 % (22 estudiantes) pertenecen al cuarto grado.

3.6. Variables y operacionalización

Tabla 4

Operacionalización de dependencia a videojuegos y procrastinación académica

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición	Escala Valorativa
Dependencia de Videojuegos	Es definido como el hábito excesivo y gradual de utilizar los videojuegos, en donde la persona le es difícil dejar de jugar debido al tiempo dedicado, utilizando estos de manera constante (Chóliz y Marco, 2011).	La variable se medirá utilizando el Test de Dependencia de Videojuegos (TDV) de Chóliz y Marco (2011).	-Abstinencia -Abuso y Tolerancia -Problemas ocasionados por los videojuegos -Dificultad en el control	-Irritabilidad, Ansiedad, tristeza. -Necesidad de jugar, Tiempo excesivo -Problemas físicos, deterioro del rendimiento académico. -Jugar más tiempo, romper límites establecidos.	Ordinal	Escala Likert
Procrastinación Académica	La procrastinación académica se refiere a la tendencia irracional de postergar o evitar la ejecución de tareas que son necesarias, y esta misma tendencia también se manifiesta en la demora en abordar asuntos académicos (Busko, 1998).	La variable se medirá utilizando la Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998).	-Autorregulación académica -Postergación de actividades	-Conocer, controlar, regular cogniciones y motivaciones. -Suspensión, cognitivo y conductual.	Ordinal	Escala Likert Siempre(5) Casi siempre(4) A veces(3) Pocas veces(2) Nunca(1)

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

La técnica que se empleó fue la encuesta, la cual se ejecutó de manera directa mediante el uso de dos cuestionarios estructurados (Alvira, 2011).

3.7.2. Descripción de instrumentos

Ficha técnica

Nombre:	Test de Dependencia a Videojuegos (TDV)
Autor:	Mariano Chóliz y Claro Marco
Año:	2011
Procedencia:	Madrid, España
Objetivo:	Identificar el nivel de adicción a videojuegos
Dimensiones:	(D1) Abstinencia, (D2) Abuso y tolerancia, (D3) Problemas asociados a los videojuegos, y (D4) Dificultad de control
Ítems:	25 ítems
Aplicación:	Individual o colectivo
Tiempo:	15 a 20 minutos
Dirigido:	Adolescentes entre 11 y 18 años
Medición:	Likert

Descripción del instrumento

La presente prueba fue elaborado por Chóliz y Marco (2011), tiene como objetivo evaluar la dependencia a los videojuegos en adolescentes de 11 a 18 años de edad, consta de cuatro dimensiones (abstinencia, abuso y tolerancia, problemas ocasionados por los videojuegos y dificultad en el control) que son medido a partir de 25 preguntas con alternativas de respuesta de tipo Likert, su aplicación puede darse de manera individual y grupal, en un tiempo de 8 minutos.

El instrumento cuenta con una adaptación en población peruana desarrollada por Salas-Blas et al. (2017) en donde se analizó la evidencia de validez de estructura interna por medio

del Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) encontrándose índices de ajuste aceptables para el modelo de cuatro dimensiones (RMSEA=0.05, CFI=0.99, SRMR=0.05). En cuanto a la fiabilidad, el instrumento obtuvo un coeficiente de α de Cronbach a nivel general de 0.94, mientras que todas las dimensiones presentaron valores α de Cronbach por encima de 0.70.

Para el presente estudio se realizará una revisión de las propiedades psicométricas por medio de un estudio piloto en donde se evaluará a una muestra de 100 estudiantes.

Validez y confiabilidad

Validez de estructura interna

En este estudio, se analizó la validez de estructura del Test de Adicción de Videojuegos mediante el análisis factorial confirmatoria del constructo original, el cual se presenta a continuación:

Tabla 5

Índice de ajuste del Test de Adicción de Videjuegos-TDV

X ²	gl	p	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
.896	265	<.001	.919	.909	0.07	0.04

En la tabla 5, el modelo tetradimensional de la estructura de adicción de videojuegos se adecuan a los datos, por lo tanto, el modelo es aceptable para su análisis (X²=896, gl=.265, p<.001). Conjuntamente, se evidencia que los índices de ajuste como el CFI y TLI obtuvieron valores críticos mayores a .90 ($\geq .90$), así mismo, el índice de SRMR y RMSEA reportaron valores menores a .08 ($\leq .08$), esto indica que el modelo propuesto proporciona un buen ajuste según los datos observados.

Confiabilidad por consistencia interna

Seguidamente, se estimó la confiabilidad de la escala y sus dimensiones según el modelo principal:

Tabla 6*Estadísticos de confiabilidad del Test de Adicción a Videojuegos-TDV*

Variable/Dimensiones	Nº ítem	α [IC95%]	ω [IC95%]
Abstinencia	10	.913 [.898; .928]	.914 [.899; .929]
Abuso y tolerancia	5	.843 [.817; .869]	.844 [.819; .869]
Problemas asociados	4	.798 [.766; .830]	.806 [.775; .837]
Dificultad de control	6	.849 [.824; .874]	.853 [.829; .877]
Escala total	25	.960 [.953; .967]	.961 [.954; .968]

En la tabla 6, se observa que la escala total de adicción a videojuegos ($\alpha=.960$; $\omega=.961$) y sus dimensiones como abstinencia ($\alpha=.913$; $\omega=.914$), abuso y tolerancia ($\alpha=.843$; $\omega=.844$), problemas asociados ($\alpha=.798$; $\omega=.806$) y dificultad de control ($\alpha=.849$; $\omega=.853$) evidencian una confiabilidad fuerte y consistente, lo que determina que los ítems del constructo se correlacionan entre sí.

B. Escala de Procrastinación Académica

Ficha técnica

Nombre:	Escala de procrastinación académica – EPA
Autor:	Busko
Año:	1998
Procedencia:	Canadá
Objetivo:	Identificar el nivel de postergación de actividades académicas
Dimensiones:	(D1) Autorregulación académica y (D2) postergación de académicas
Ítems:	12
Aplicación:	Individual o colectivo
Tiempo:	15 minutos
Dirigido:	Adolescentes mayores de 16 años
Medición:	Likert

Descripción del instrumento

Este instrumento, desarrollado por Busko en 1998 en Canadá, tiene como objetivo evaluar el nivel de procrastinación en las actividades académicas de los estudiantes. Su

estructura consta de 12 ítems organizados en dos dimensiones: autorregulación académica (9 ítems) y postergación de actividades (2 ítems). La medición se realiza mediante una escala tipo Likert, que va desde (1) Nunca/No me ocurre hasta (5) Siempre/Me ocurre siempre. Cabe destacar que la mayoría de los ítems se puntúan de forma directa, excepto los ítems 6 y 7, que se califican de manera inversa. En lo que respecta a su administración, este instrumento está diseñado para estudiantes mayores de 16 años y puede aplicarse de 15 minutos para completarlo.

Busko (1998) evaluó las propiedades psicométricas del instrumento en estudiantes de entre 22 y 36 años, obteniendo una confiabilidad aceptable por consistencia interna, con coeficientes de .82 para la procrastinación general y .86 para la procrastinación académica. Además, señaló errores de medición que oscilaron entre .123 y .191. Más adelante, Álvarez (2010) realizó una evaluación psicométrica del instrumento en el contexto peruano. El análisis del constructo general mediante análisis factorial exploratorio (AFE) mostró una validez de estructura adecuada ($KMO = .82$; $p = .001$) y cargas factoriales aceptables en los ítems, explicando un 30.99% de la varianza. Asimismo, se estimó la confiabilidad, obteniendo un coeficiente Alfa de .87. En cuanto a la procrastinación académica, se confirmó la validez de estructura a través del AFE, con un $KMO = .80$ y un $p = .001$. Los ítems presentaron cargas factoriales aceptables, ratificando la bifactorialidad del instrumento. Finalmente, la confiabilidad para esta dimensión arrojó un coeficiente Alfa de .80.

Validez y confiabilidad

Validez de estructura

En este estudio, se analizó la validez de estructura de la Escala de Procrastinación académica mediante el análisis factorial confirmatorio del constructo original, el cual se presenta a continuación:

Tabla 7*Índices de ajuste de la Escala de Procrastinación Académica*

X ²	Gl	p	CFI	TLI	RMSEA	SRMR
.161	51	<.001	.932	.913	.07	.05

En la tabla 7, se halló que el modelo bidimensional de la estructura de procrastinación académica se ajusta bien a los datos. Además, los valores respaldan el modelo, lo que señala que es aceptable llevar a cabo este análisis ($X^2=.161$, $gl=51$, $p<.001$). Adicionalmente, se evidencia que los índices de ajuste como el CFI y TLI alcanzaron valores críticos mayores a .90 ($\geq .90$), del mismo modo, el índice de SRMR y RMSEA adquirieron valores menores o iguales a .08 ($\leq .08$), esto determina que el modelo propuesto ofrece un buen ajuste en función a los datos analizados.

Confiabilidad por consistencia interna

Posteriormente, se estimó la confiabilidad de la escala total y sus dos dimensiones según el modelo principal:

Tabla 8*Estadísticos de confiabilidad de la Escala de procrastinación Académica*

Variable/Dimensiones	Nº ítem	α [IC95%]	ω [IC95%]
Autorregulación	10	.780 [.745; .815]	.808 [.777; .839]
Postergación de actividades	2	.819 [.790; .848]	.819 [.790; .848]
Escala total	12	.786 [.752; .820]	.810 [.780; .840]

En la tabla 8, se observa que la escala total de procrastinación académica ($\alpha=.786$; $\omega=.810$) y sus dimensiones como autorregulación ($\alpha=.780$; $\omega=.808$) y postergación de actividades ($\alpha=.819$; $\omega=.819$), reportaron una confiabilidad buena y consistente, esto concluye que los ítems del constructo se encuentran correlacionados.

3.8. Procesamiento y análisis de datos

Se presentó la documentación de la solicitud a la autoridad mayor de la institución para obtener la autorización y realizar el proceso de evaluación. Posteriormente, se adquirió los permisos necesarios para utilizar los instrumentos de estudio, procediendo a imprimir y fotocopiar estos materiales para su aplicación presencial. Durante este proceso, se proporcionó las instrucciones verbales y se resolvieron las preguntas de los participantes.

El análisis de datos se dividió en dos niveles, tal como lo definieron Salazar y Castillo (2018). En primer lugar, se llevó a cabo un análisis descriptivo, que implica una evaluación integral de los datos y proporciona una visión general de los mismos. Luego, se comenzó creando tablas de frecuencias y porcentajes para las variables de investigación, igualmente, se calcularon los estadísticos descriptivos como la media, la mediana y la desviación estándar.

Seguidamente, se procedió con el análisis inferencial, para ello se inició evaluando la normalidad de la muestra mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnoff (teniendo en cuenta que la muestra es mayor de 50) en donde la distribución fue no normal, por ende, se optó por aplicar el modelo no paramétrico. Todo este análisis se llevó a cabo utilizando el software estadístico IBM - SPSS Statistics, en su versión 25.

3.9. Aspectos éticos

La investigación se desarrolló conforme a los principios bioéticos establecidos en la Declaración de Helsinki, considerando la protección de los derechos y el respeto por la autonomía de los participantes, quienes formaron parte del estudio únicamente si aceptaron voluntariamente mediante la firma del consentimiento informado, el cual fue acompañado por una declaración de autenticidad y responsabilidad, lo que garantizó la confidencialidad y el tratamiento grupal de los datos recolectados; además, se atendió el principio de beneficencia al buscar generar conocimiento sobre la relación entre la adicción a los videojuegos y la

procrastinación académica, y se respetó el principio de justicia al asegurar igualdad de condiciones en la selección de los participantes.

CAPITULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

4.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 9

Niveles de dependencia a videojuegos

Niveles	f	%
Bajo	130	26.3%
Medio	237	48%
Alto	127	25.7%
Total	494	100%

En la tabla 9 se aprecia que existe mayor frecuencia de estudiantes con niveles medios de dependencia a videojuegos con un 48%, seguido de niveles bajos con un 26.3% y solo el 25.7% presentó niveles altos.

Tabla 10

Niveles de la dimensión abstinencia

Niveles	f	%
Bajo	143	28.9%
Medio	211	42.7%
Alto	140	28.3%
Total	494	100%

En la tabla 10 se aprecia que existe mayor frecuencia de estudiantes con niveles medios de comportamientos de abstinencia hacia los videojuegos, con un 42.7%, seguido de niveles bajos con un 28.9% y solo el 28.3% presentó niveles altos.

Tabla 11*Niveles de la dimensión abuso y tolerancia*

Niveles	f	%
Bajo	156	31.6%
Medio	181	36.6%
Alto	157	31.8%
Total	494	100%

En la tabla 11 se aprecia que existe mayor frecuencia de estudiantes con niveles medios de abuso y tolerancia hacia los videojuegos, con un 36.6%, seguido de niveles altos con un 31.8% y el 31.6% presentó niveles bajos.

Tabla 12*Niveles de la dimensión problemas ocasionados por los videojuegos*

Niveles	f	%
Bajo	168	34%
Medio	160	32.4%
Alto	166	33.6%
Total	494	100%

En la tabla 12 se aprecia que existe mayor frecuencia de estudiantes con niveles bajos de problemas ocasionados por los videojuegos, con un 34%, seguido de niveles altos con un 33.6% y el 32.4% presentó niveles medios.

Tabla 13*Niveles de la dimensión dificultad de control*

Niveles	f	%
Bajo	136	27.5%
Medio	187	37.9%
Alto	171	34.6%
Total	494	100%

En la tabla 13 se aprecia que existe mayor frecuencia de estudiantes con niveles medios de dificultad de control hacia los videojuegos, con un 37.9%, seguido de niveles altos con un 34.6% y el 27.5% presentó niveles bajos.

Tabla 14

Niveles de procrastinación académica

Niveles	f	%
Bajo	127	25.7%
Medio	204	41.3%
Alto	163	33%
Total	494	100%

En la tabla 14 se presentan los niveles de procrastinación académica, en donde existe mayor cantidad de estudiantes con niveles medios (41.3%), seguido de niveles altos (33%) y niveles bajos (25.7%).

Tabla 15

Niveles de la dimensión regulación académica

Niveles	f	%
Bajo	125	25.3%
Medio	200	40.5%
Alto	169	34.2%
Total	494	100%

En la tabla 15 se presentan los niveles de regulación académica, en donde existe mayor cantidad de estudiantes con niveles medios (40.5%), seguido de niveles altos (34.2%) y niveles bajos (25.3%).

Tabla 16*Niveles de la dimensión postergación de actividades*

Niveles	f	%
Bajo	162	32.8%
Medio	74	15%
Alto	258	52.2%
Total	494	100%

En la tabla 16 se presentan los niveles de postergación de actividades, en donde existe mayor cantidad de estudiantes con niveles altos (55.2%), seguido de niveles bajos (32.8%) y niveles medios (15%).

Tabla 17*Resultados de la prueba de normalidad de las variables*

	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Abstinencia	0.160	494	0.000
Abuso y Tolerancia	0.161	494	0.000
Problemas ocasionados por los videojuegos	0.179	494	0.000
Dificultad en el control	0.153	494	0.000
Dependencia a videojuegos	0.144	494	0.000
Auto regulación académica.	0.045	494	0.020
Postergación de actividades.	0.093	494	0.000
Procrastinación académica	0.049	494	0.007

En la tabla 17 se aprecia los resultados de la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, en donde las variables dependencia a video juegos y procrastinación académica presentan valores de significancia estadística menores a 0.05, lo cual indica que las puntuaciones de ambas variables presentan una distribución no normal, justificando el uso de estadísticos no paramétricos.

4.2. Prueba de hipótesis

Hipótesis general

Hg: Existe relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.

H0: No existe relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.

Nivel de significancia 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la H0.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la H0.

Tabla 18

Relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica

	Procrastinación académica		
	Muestra	rho	Significancia estadística
Dependencia a videojuegos	494	0.141	0.002

Nota: Coeficiente de correlación de Spearman=rho

En la tabla 18 se presenta el resultado obtenido por medio del coeficiente de correlación de Spearman, en donde se encontró que los puntajes de dependencia a videojuegos presentaron una correlación directa, de nivel muy bajo y estadísticamente significativa ($\rho = .141$; $p < 0.000$) (Hernández et al., 2018) con la variable procrastinación académica, es decir, cuando los estudiantes presentan mayor dependencia a videojuegos, tienden a presentar mayor procrastinación académica y viceversa. Así mismo se aceptó la hipótesis general ($p < 0.05$).

Hipótesis específica 1

H1: Existe relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.

H0: No existe relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.

Nivel de significancia 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la H0.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la H0.

Tabla 19

Relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades

	Muestra	Postergación de actividades	
		rho	Significancia estadística
Dependencia a videojuegos	494	0.214	0.000

Nota: Coeficiente de correlación de Spearman=rho

En la tabla 19 se presenta el resultado obtenido por medio del coeficiente de correlación de Spearman, en donde se encontró que dependencia a videojuegos presentó una correlación directa, de nivel bajo y estadísticamente significativa ($\rho=0.214$; $p<0.000$) (Hernández et al., 2018) con la variable postergación de actividades, es decir, cuando los estudiantes presentan mayor dependencia a videojuegos, tendrán mayor postergación de actividades y viceversa. Así mismo se aceptó la hipótesis específica 1.

Hipótesis específica 2

H2: Existe relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.

H0: No existe relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana.

Nivel de significancia 0.05

Regla de decisión: Si $p \leq 0.05$ entonces se rechaza la H0.

Si $p > 0.05$ entonces no se rechaza la H0.

Tabla 20

Relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica

	Muestra	Autorregulación académica	
		rho	Significancia estadística
Dependencia a videojuegos	494	0.08	0.070

Nota: Coeficiente de correlación de Spearman=rho

En la tabla 20 se presenta el resultado obtenido por medio del coeficiente de correlación de Spearman, en donde se encontró que la dependencia a videojuegos no presentó una correlación estadísticamente significativa ($p > 0.05$) (Hernández et al., 2018) con la variable autorregulación académica, por lo tanto, no se aceptó la hipótesis específica 2, aceptándose la hipótesis nula, la cual afirma que no existe relación entre ambas variables de estudio.

4.3. Discusión de resultados

Seguidamente se discuten los resultados hallados en función a los antecedentes y enunciados teóricos propuestos por diversos autores.

En el objetivo general, se encontró directa y muy bajo entre dependencia a videojuegos con procrastinación académica ($\rho = .141$) en estudiantes de secundaria, lo que significa que,

los adolescentes con una mayor inclinación hacia los videojuegos tienden a posponer sus actividades académicas con mayor frecuencia, lo que podría explicarse por la atracción que generan estas dinámicas interactivas al ofrecer recompensas inmediatas y una experiencia envolvente.

Estos resultados se asemejan con estudios nacionales como el de Ramos y Cyran (2023) quienes hallaron relación directa entre uso problemática de videojuegos y procrastinación académica ($\rho=.190$) en alumnos de un colegio de Arequipa. Así mismo, Muñoz (2024) reportó relación directa entre dependencia a los videojuegos y procrastinación académica ($p=0.002$) en estudiantes un colegio de Moyobamba. De manera similar, Navarro (2023) encontró relación directa entre adicción a internet y procrastinación académica ($\rho= .162$) en adolescentes de Lima. Por su parte, Camacho (2022) halló relación directa entre adicción a las redes sociales y procrastinación académica ($\rho= .197$) en adolescentes de un colegio de Lima Sur.

A nivel internacional, García y Roque (2023) hallaron relación significativa entre uso de videojuegos y procrastinación ($\chi^2=96.60$, $p<0.01$) en alumnos de un colegio intercultural bilingüe de Ecuador. Además, Guamán y Ticsalema (2022) reportaron relación directa entre adicción al internet y procrastinación académica ($r= .34$) en adolescentes de un colegio municipal de Ecuador. Por otro lado, Morales (2022) halló que procrastinación académica se correlaciona directamente con las dimensiones de adicción al internet, cómo interpersonal ($\rho= .472$) e intrapersonal ($\rho= .375$) en adolescentes de secundaria de un colegio de México.

Los resultados obtenidos son respaldados teóricamente por Núñez et al. (2025), quienes describen la dependencia a los videojuegos como un patrón de comportamiento marcado por la pérdida de control y la interferencia en actividades esenciales como el estudio, lo que podría favorecer la postergación de responsabilidades académicas. Asimismo, Jin et al. (2021) explican que el uso prolongado e incontrolable de videojuegos genera una disminución en la

prioridad de otras actividades, lo que coincide con la tendencia de algunos adolescentes a aplazar sus obligaciones escolares. Desde una perspectiva más amplia, Griffiths (2005) plantea que la adicción a los videojuegos se enmarca en un modelo biopsicosocial, donde la interacción de factores psicológicos y ambientales podría influir en la forma en que los adolescentes equilibran su tiempo entre el ocio digital y sus deberes académicos.

En cuanto los rangos descriptivos del primer objetivo específico, a nivel general se encontró mayor porcentaje de estudiantes que utilizan frecuentemente las plataformas de juegos virtuales (48%), adicionalmente, el 26.3% mantienen un uso ocasional sin afectar su rutina diaria y el 25.7% refleja una adicción, donde el videojuego interfiere con su vida académica, social y emocional, generando consecuencias negativas en su bienestar.

Conforme con las dimensiones, predominaron los niveles medios, en abstinencia, la mayoría sienten malestar al reducir el juego, pero puede adaptarse (42.7%), en abuso y tolerancia, juegan con frecuencia y requieren más tiempo para la misma satisfacción inicial (36.6%), y en dificultad de control, les cuestan limitar el juego, aunque aún cumplen ciertas obligaciones (37.9%). Sin embargo, en problemas ocasionales, un gran índice presentan dificultades leves sin ningún impacto adverso en su bienestar (34%).

Estos hallazgos, guardan cierta similitud con el estudio de Ramos y Cyan (2023) en Arequipa, quienes revelaron que el 54.5% de los alumnos no tienen problemas con el uso problemático de videojuegos, mientras que el 37.3% presentan problemas potenciales y el 8.2% severos. De manera similar, Muñoz (2024) en Moyobamba, encontró que el 46.95% de los estudiantes evidencian una adicción leve hacia los videojuegos y el 35.37% un uso normal. Así mismo, Artezano (2020) en Huancayo, identificó que el 45.1% de los escolares muestran niveles bajos de adicción a videojuegos y el 26.1% tienen un rango medio. Por su parte, Gómez et al. (2020) en España, determinó que el desempeño escolar depende del tiempo dedicado que los escolares les dan a los videojuegos.

Por otro lado, Navarro (2023) halló que la mayoría de los alumnos de Lima, tienen niveles moderados de adicción a internet (50.5%). Del mismo modo, Morales (2022) en México, identificó mayor predominio del nivel moderado en las dimensiones de adicción a internet como interpersonal (35%) e intrapersonal (41%) en adolescentes. Por su parte, Camacho (2022) en Lima, reveló un gran porcentaje de alumnos con niveles moderados de adicción hacia las plataformas sociales (71.7%).

Los hallazgos obtenidos encuentran respaldo en lo señalado por Chóliz y Marco (2011), quienes describen que la dependencia a los videojuegos no es homogénea y puede manifestarse en distintos niveles, desde un uso controlado hasta una adicción con implicaciones en el bienestar. Asimismo, Capafons (2021) destaca que factores individuales y contextuales, como la tolerancia a la frustración y el acceso a la tecnología, inciden en la intensidad con la que los jugadores experimentan síntomas como la abstinencia y la pérdida de control. De manera complementaria, Pérez et al. (2024) explican que, aunque algunos estudiantes presentan signos de adicción, la mayoría logra mantener un equilibrio entre el uso de videojuegos y sus responsabilidades académicas y sociales, lo que justifica la predominancia de niveles moderados en las dimensiones evaluadas.

De acuerdo con el segundo objetivo específico, en la procrastinación académica existe mayor porcentaje de estudiantes que retrasan actividades con frecuencia, afectando su organización y rendimiento, además, el 33% posponen constantemente sus deberes, generando estrés y bajo desempeño académico, por otro lado, el 25.7% de los alumnos postergan tareas ocasionalmente, pero cumplen con sus responsabilidades a tiempo.

Según sus dimensiones, en autorregulación académica, la mayoría de los estudiantes planifican y gestionan su tiempo de estudio de forma parcial, cumpliendo algunas metas, pero con dificultades para mantener una disciplina constante (40.5%). Por otro lado, en postergación de actividades, prevaleció el nivel alto en los alumnos (52.2%), lo que indica que un gran índice

suele retrasar tareas específicas de manera frecuente, lo que afecta la finalización oportuna de trabajos y compromisos académicos importante.

Estos hallazgos se asemejan al estudio de Navarro (2023), el cual reportó que la mayoría de los escolares de Lima, muestran niveles moderados de procrastinación académica (53%). Así mismo, Ramos y Cyran (2023) registraron un gran índice de estudiantes con niveles moderados de procrastinación académica (71.4%) en un colegio de Arequipa. De igual modo, Camacho (2022) reportó que la mayoría de los adolescentes tienen niveles moderados de procrastinación académica (52.3%) en un colegio de Lima. No obstante, en el estudio de Muñoz (2024) en Moyobamba, reportó que la mayoría tienen niveles bajos de procrastinación académica (48.17%), mientras que el 28.05% tienen niveles moderados. Por otro lado, Morales (2022) en México, encontró que el 43% de los escolares evidencian un nivel alto de procrastinación académica, lo que difiere con los hallazgos de este estudio.

Los resultados obtenidos guardan vinculación con lo expuesto por Araya et al. (2023), quienes sostienen que la procrastinación académica responde a múltiples factores internos y externos que inciden en la postergación de actividades, lo que afecta el rendimiento estudiantil. Asimismo, Kandemir (2014) enfatiza que la autorregulación académica y la procrastinación están determinadas por la interacción entre la autoeficacia y la motivación, explicando que los estudiantes pueden presentar dificultades en la gestión del tiempo sin llegar a una desorganización total. En esta línea, Murga y Pinto (2022) indican que la tendencia a postergar responsabilidades es una conducta frecuente en los estudiantes, manifestándose con mayor intensidad en quienes poseen bajos niveles de regulación académica, lo que respalda la predominancia de niveles altos en postergación de actividades.

En el tercer objetivo específico, se halló relación directa y baja entre dependencia a videojuegos con postergación de actividades ($\rho = .214$) en adolescente, esto implica que el tiempo dedicado al juego podría desplazar la realización de tareas importantes, no

necesariamente por desinterés, sino por una falta de equilibrio entre el ocio y las obligaciones. Además, es posible que el alto nivel de estimulación y gratificación inmediata que ofrecen los videojuegos hiciera que actividades menos estimulantes, pero necesarias, fueran constantemente relegadas.

Estos datos guardan cierta similitud con el estudio nacional de Navarro (2023), el cual reportó relación directa entre adicción a internet y postergación de actividades ($\rho = .242$) en adolescentes de secundaria de un colegio de Lima. De manera similar, Zabala (2021) en Colombia, reportó relación directa entre adicción a las redes sociales y aplazamiento de actividades ($r = .109$) en adolescentes. No obstante, el estudio nacional de Camacho (2022) difiere con lo hallado, ya que no reportó relación entre adicción a redes sociales y postergación de actividades ($p > 0.05$) en escolares de un colegio de Lima Sur.

Los resultados obtenidos son avalados teóricamente por Kim et al. (2022), quienes explican que la dependencia a los videojuegos implica una pérdida de control y un aumento en el tiempo de juego, lo que puede llevar a descuidar otras actividades importantes. Asimismo, Chuang y Cheng (2016) sostienen que la experiencia inmersiva y la gratificación inmediata que ofrecen los videojuegos pueden hacer que los jugadores prioricen esta actividad sobre sus responsabilidades diarias. Desde otra perspectiva, Sachu et al. (2024) plantean que el compromiso excesivo con los videojuegos puede generar un desequilibrio en la rutina de los adolescentes, lo que favorece la postergación de tareas académicas.

En el cuarto objetivo específico, no se reportó una relación significativa entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica ($p > 0.05$), lo que indica que, el uso excesivo de videojuegos no necesariamente afectaba la capacidad de los estudiantes para organizarse y gestionar su aprendizaje, esto puede explicarse por la influencia de otros factores individuales y contextuales que intervienen en la regulación del comportamiento académico, como la motivación personal, el apoyo familiar y las estrategias de estudio adquiridas.

A pesar que en este estudio no se reportó relación significativa, existen estudios que discrepa con los hallazgos, entre ellos tenemos a Navarro (2023) quien halló relación inversa entre adicción al internet y autorregulación académica ($\rho = -.250$) en adolescentes de un colegio de Lima. De manera similar, Camacho (2022) reportó relación inversa entre adicción a las redes sociales y autorregulación académica ($\rho = -.165$) en adolescentes de un colegio nacional de Lima Sur. A nivel internacional, Zabala (2021) reveló una relación inversa entre adicción a las redes sociales y autorregulación académica ($r = -.365$) en adolescentes de Colombia. Por lo tanto, estos estudios identificaron que, la presencia de conductas adictivas hacia el internet y a las redes sociales, repercute negativamente en la autorregulación de sus responsabilidades académicas de los alumnos.

Los resultados obtenidos encuentran sustento en los planteamientos de Chuang y Cheng (2016), quienes explican que la dependencia a los videojuegos no impacta de manera uniforme en las responsabilidades académicas, ya que su efecto varía según la experiencia de flujo y la motivación del jugador. De manera similar, Araya et al. (2023) sostienen que la autorregulación académica no depende exclusivamente del uso del tiempo, sino de factores psicológicos y contextuales que modulan la capacidad del estudiante para organizarse. Asimismo, Carreño y Luna (2021) argumentan que el entorno social y el apoyo familiar son determinantes en la regulación académica, lo que podría explicar por qué la dependencia a los videojuegos no se relaciona directamente con la gestión del aprendizaje en todos los casos.

CAPITULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1. Conclusiones

1. El análisis reveló una relación directa y muy baja entre la dependencia a los videojuegos y la procrastinación académica ($\rho = .141$), esto implica que, aunque los estudiantes con mayor inclinación hacia el juego suelen posponer sus responsabilidades académicas.
2. Se identificó que la mayoría de alumnos utiliza los videojuegos de manera regular (48%), además, el 26.3% lo emplea ocasionalmente, sin embargo, el 25.7% manifiesta adicción hacia dichas plataformas. Adicionalmente, se encontró mayor prevalencia del nivel medio en abstinencia (42.7%), abuso y tolerancia (36.6%) y dificultad de control (37.9%), mientras que en problemas ocasionados por los videojuegos prevaleció el nivel bajo (34%).
3. Se encontró que un gran índice de estudiantes retrasa sus actividades académicas regularmente (41.3%), además, el 33% suelen aplazarlo constantemente, mientras que el 25.7% postergan ocasionalmente sus tareas. Conjuntamente, se encontró mayor predominó del nivel medio (40.5%) en autorregulación académica, mientras que en postergación de actividades prevaleció el nivel alto (52.2%).
4. Existe relación directa y muy baja entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades ($\rho = .214$) en los alumnos. Esto indica que, el uso prolongado de los videojuegos está asociado con una menor capacidad para iniciar y completar tareas académicas en el tiempo previsto.
5. No existe relación significativa entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica ($p > 0.05$) en los estudiantes. Esto significa que, el uso excesivo de estas plataformas no necesariamente compromete la capacidad de planificar, organizar y gestionar el aprendizaje.

5.2. Recomendaciones

1. Fortalecer, desde el rol docente, las habilidades de autorregulación en los estudiantes mediante estrategias psicoeducativas que faciliten la identificación de conductas procrastinadoras y el uso adecuado del tiempo de estudio, con el propósito de lograr un balance saludable entre el entretenimiento digital y las responsabilidades académicas
2. Implementar, por parte de la dirección institucional, talleres formativos sobre gestión emocional y uso responsable de videojuegos dirigidos a los estudiantes, con la finalidad de prevenir patrones adictivos y favorecer su bienestar integral en los ámbitos personal, académico y social.
3. Diseñar, desde el área de Psicología Educativa, intervenciones orientadas al fortalecimiento de la planificación y el manejo del tiempo en los estudiantes, a fin de reducir la postergación académica y favorecer el cumplimiento oportuno de sus compromisos escolares.
4. Orientar, desde el equipo psicopedagógico, a los padres de familia en estrategias para establecer límites saludables en el uso de videojuegos, permitiéndoles acompañar a sus hijos en la regulación del tiempo libre sin que ello afecte su rendimiento académico.
5. Promover, desde la acción tutorial, el desarrollo de estrategias de estudio autónomo en los estudiantes mediante el uso de técnicas de organización académica, con el fin de que puedan mantener un desempeño eficiente aun cuando formen parte de entornos digitales recreativos.
6. Sugerir, a los investigadores del campo educativo y psicológico, la incorporación de nuevas variables relacionadas, como autoestima, estrés o dinámica familiar, además de replicar el estudio en otras regiones o niveles, con el propósito de enriquecer el análisis del fenómeno y ampliar la comprensión de sus implicancias.

REFERENCIAS

- Alarcón, G., & Salas, E. (2022). Adicción a redes sociales e inteligencia emocional en estudiantes de educación superior técnica. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 22(1), 152-166. <https://doi.org/10.21134/haaj.v22i1.640>
- Álvarez, L. (2020). Efectos en la salud mental durante la pandemia del coronavirus. *Derecho y Realidad*, 18(36), 203–218. <https://doi.org/10.19053/16923936.v18.n36.2020.12164>
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima Metropolitana. *Persona*, 1(13), 159-177. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Alvira, F. (2011). *La encuesta: una perspectiva general metodológica*. Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS).
- Anguiano, S., Olvera, J., Mendoza, M., Rosas, A., & Ocegüera, C. (2024). Evaluación y detección de las consecuencias psicológicas en el uso y abuso del internet y los videojuegos: hacia una definición de las adicciones conductuales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 26(4), 1488-1506. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=116442>
- Araya, L., Burgos, M., González, P., Rivera, Y., Barrientos, N., Jara, V., Ganga, F., & Sáez, W. (2023). Procrastination in University Students: A Proposal of a Theoretical Model. *Behavioral Sciences*, 13(2), 128. <https://doi.org/10.3390/bs13020128>
- Artezano, F. (2020) *Adicción a videojuegos en adolescentes en un Colegio Nacional de Huancayo* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Los Andes]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Los Andes. <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/1917>
- Asprilla, J. (2024). *Evaluación de la eficacia del programa ProMind en la disminución de los niveles de procrastinación en estudiantes de primer semestre de los programas de*

- pregrado de la Corporación Universitaria del Caribe CECAR* [Tesis de pregrado, Corporación Universitaria del Caribe]. Repositorio institucional de la Corporación Universitaria del Caribe. <https://repositorio.cecar.edu.co/items/eeafbc3b-ab70-494e-baf6-076937314d6e>
- Busko, D. (1998). *Causas y consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación: Un modelo de ecuación estructural* [Tesis doctoral, Universidad de Guelph]. Repositorio institucional de la Universidad de Guelph. https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Camacho, M. (2022). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes escolares de San Juan de Miraflores* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma del Perú. <https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1784?show=full>
- Capafons, J. (2021). *Factores relacionados con la adicción a los videojuegos: Un estudio empírico sobre las variables psicológicas y del juego* [Tesis de pregrado, Universidad de La Laguna]. Repositorio institucional de la Universidad de La Laguna. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/23980>
- Carreño, E., & Luna, D. (2021). *Factores de riesgo psicosociales en adolescentes debido al uso excesivo de los videojuegos en Villa del Rosario* [Tesis de pregrado, Universidad de Pamplona]. Repositorio institucional de la Universidad de Pamplona. <http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/4865>
- Cevállos, E., Larzabal, A., Mayorga, M., & Moreta, C. (2021). Factores sociodemográficos y educativos asociados a la procrastinación académica en adolescentes ecuatorianos. *Investig. psicol. (La Paz, En línea)*, 26 (1)119-129. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1348945>

- Chavarria, E. (2023). *Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria: evaluación, caracterización y análisis de variables asociadas* [Tesis doctoral, Fundación universitaria Konrad Lorenz]. Repositorio institucional de la Fundación universitaria Konrad Lorenz. <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/bitstreams/2ef4da8b-1777-4268-ba5c-3579b2c9da98/download>
- Chavarría, E., & Umerenkova, A. (2024). Frecuencia y motivos para procrastinar: impacto del curso, género, autorregulación y autoeficacia. *Revista Fuentes*, 26(2), 171-184. <https://revistascientificas.us.es/index.php/fuentes/article/view/23502>
- Chávez, A., & Salvatierra, K. (2024). *Factores de la adicción a videojuegos en adolescentes: revisión de literatura* [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_21c8a11507f3ec92ff95d61d62f501fd
- Chen, C., Zhang, K., Gong, X., Lee, M., & Wang, Y. (2021). Preventing relapse to information technology addiction through weakening reinforcement: A self-regulation perspective. *Information and Management*, 58(5), 103-165. <https://doi.org/10.1016/j.im.2021.103485>
- Chóliz, M., & Marco, C. (2011). Patrón de Uso y Dependencia de Videojuegos en Infancia y Adolescencia. *Anales de Psicología*, 27(2), 418-426. <http://www.redalyc.org/pdf/167/16720051019.pdf>
- Chuang, L., & Cheng, I. (2016). Model of online game addiction: The role of computer-mediated communication motives. *Telematics Informatics*, 33, 904-915. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2016.02.002>

- Cruz, J. A., Sevilla, J., Fabián, J., Guzmán, H., Coello, M., Rueda, G., & Collaguazo, E. (2022). Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 3658-3677. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2490>
- Delgado, E., & Fernández, L. (2023). Procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa en tiempos de pandemia. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(14), 42-53. <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/125>
- Domínguez, S., Villegas, G., & Centeno, S. (2014). Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *Liberabit*, 20(2), 293-304. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68632617010>
- Frayon, S., Swami, V., Wattelez, G., Nedjar, A., & Galy, O. (2023). An examination of procrastination in a multi-ethnic population of adolescents from New Caledonia. *BMC psychology*, 11(1), 1. <https://link.springer.com/article/10.1186/s40359-022-01032-y>
- García, M., & Roque, Y. (2023). Adicción a Videojuego y procrastinación académica en la unidad educativa comunitaria intercultural bilingüe EMAUS. *Revista de investigación de la Universidad Nacional Autónoma de Huanta*, 5(1), 12-22. <https://doi.org/10.37073/puriq.5.461>
- García, V., Silva, M., García, V., & Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura*, 11(2), 122–137. <http://dx.doi.org/10.32870/Ap.v11n2.1673>
- Gómez, F., Devis, J., & Molina, J. (2020). El tiempo de uso de los videojuegos en el rendimiento académico de los adolescentes. *Comunicar (Huelva, Spain)*, 28(65), 89-99. <https://doi.org/10.3916/C65-2020-08>

- González, M., Sánchez, A., & López, M. (2023). Academic procrastination in children and adolescents: A Scoping review. *Children*, 10(6), 1016. <https://www.mdpi.com/2227-9067/10/6/1016>
- Griffiths, M. (1993). Are computer games bad for children? *The Psychologist. Bulletin of the British Psychological Society*, 6(1), 401-407. https://www.academia.edu/429735/Griffiths_M_D_1993_Are_computer_games_bad_for_children_The_Psychologist_Bulletin_of_the_British_Psychological_Society_6_4_01_407
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, M. (2005). Adicción a los videojuegos: Una revisión de la literatura. *Psicología Conductual*, 13(3), 445-462. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/08.Griffiths_13-3oa-1.pdf
- Guamán, E., & Ticsalema, M. (2022). *Relación entre la adicción al internet y la procrastinación académica en los y las adolescentes de 15 a 18 año, de la Unidad Educativa Municipal “Calderón”, en la ciudad de Quito* [Tesis de pregrado, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio institucional de la Universidad Central del Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la Investigación*, 6ta edición. McGrawHill.
- Jin, Y., Qin, L., Zhang, H., & Zhang, R. (2021). *Social factors associated with video game addiction among teenagers: School, family and peers*. In 2021 4th International Conference on Humanities Education and Social Sciences (ICHESS 2021). Atlantis Press. <https://www.atlantis-press.com/proceedings/ichess-21/125967112>

- Juárez, M. (2024). *La procrastinación y su incidencia en el comportamiento educativo del adolescente* [Tesis de pregrado, Universidad de San Carlos de Guatemala]. Repositorio institucional de la Universidad de San Carlos de Guatemala. https://www.glifos.biblioteca.cunoc.edu.gt/library/images/5/56/Tesis-853-Acabal_Ju%C3%A1rez%2C_Mar%C3%ADa_Guadalupe.-_2024.pdf
- Kandemir, M. (2014). A Model Explaining Academic Procrastination Behavior. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 4(3), 51-72. <https://doi.org/10.14527/pegegog.2014.016>
- Kim, D., Nam, J., & Keum, C. (2022). Adolescent Internet gaming addiction and personality characteristics by game genre. *Plos one*, 17(2), e0263645. <https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0263645>
- Lino, W., Guerra, A., & Delgado, M. (2023). Conductas adictivas y su impacto en los adolescentes. *Polo del Conocimiento*, 8(10), 72-94. <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/6111>
- Mamani, R. (2020). *Dependencia a los videojuegos y estilos de crianza parental en los adolescentes de Lima Este* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/3782>
- Marín, V., Morales, M., & Reche, E. (2020). Aprendizaje con videojuegos con realidad aumentada en educación primaria. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2), 94-112. <https://doi.org/10.31876/rcs.v26i0.34116>
- Montiel, G. (2022). *Programa de prevención de la adicción a juegos virtuales en adolescentes* [Tesis de maestría, Universidad de Málaga]. Repositorio institucional de la Universidad de Málaga. <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/25241>

- Morales, M. (2022). Adolescentes en riesgo: Búsqueda de sensaciones, adicción al internet y procrastinación. *Informes Psicológicos*, 22(1),43-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8357795>
- Moreta, R., & Durán, T. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud & Sociedad*, 9(3), 236-247. <https://revistas.ucn.cl/index.php/saludysociedad/article/view/3321>
- Muñoz, V. (2024). *Dependencia a los videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de una institución educativa de la ciudad Moyobamba*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio institucional de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. <https://repositorio.ucss.edu.pe/handle/20.500.14095/2602>
- Murga, L., & Pinto, K. (2022). *La Edad y el Sexo como Factores Asociados a la Procrastinación Académica* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/bitstream/20.500.12920/12000/1/76.0476.PS.pdf>
- Navarro, C. (2023). *Adicción a internet y procrastinación académica en estudiantes adolescentes de una institución educativa de Lima Sur* [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio institucional de la Universidad Norbert Wiener. <https://repositorio.uwiener.edu.pe>
- Núñez, A., Sosa, Q., Jaramillo, E., Romero, D., & Nicolalde, D. (2025). La influencia del uso de videojuegos educativos en el desarrollo cognitivo infantil. *Digital Publisher CEIT*, 10(1), 51-64. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9988543>
- Oflu, A., & Yalcin, S. (2019). Uso de videojuegos en alumnos de la escuela secundaria y factores asociados. *Archivos Argentinos de Pediatría*, 117(6), 584-591. <https://doi.org/10.5546/aap.2019.e584>

- Ortega, F., & Pinto, F. (2021). Predicting wellbeing in children's use of Smart screen devices. *Comunicar*, 29(66), 119–128. <https://doi.org/10.3916/C66-2021-10>
- Ortiz, L., Tillerias, H., Chimbo, C., & Athenea, V. (2020). Impact on the video game industry during the COVID-19 pandemic. *Athenea*, 1(1), 5-13. <https://doi.org/10.47460/athenea.v1i1.1>
- Pérez, M., Fernández, A., Fuster, A., & Arráez, G. (2024). Impacto de la adicción a videojuegos en adolescentes: diferencias en función del sexo, la asistencia al instituto y el rendimiento académico. *European Public & Social Innovation Review*, 9, 01-15. <https://rua.ua.es/dspace/handle/10045/145199>
- Planells, N. (2022). *Programa de intervención preventiva para la adicción a los videojuegos en adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Valencia]. Repositorio institucional de la Universidad Católica de Valencia. <https://riucv.ucv.es/handle/20.500.12466/3134>
- Queveralú, F., & Echabaudes, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79-97.
- Ramos, C., Jadán, J., Paredes, L., Bolaños, M., & Gómez, A. (2017). Procrastinación, adicción al internet y rendimiento académico de estudiantes universitarios ecuatorianos. *Estudios pedagógicos*, 43(3), 275-289. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07052017000300016>
- Ramos, M., & Cyran, B. (2023). *Uso problemático de Videojuegos, procrastinación académica y Rendimiento en estudiantes de secundaria de una institución educativa en Arequipa* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Santa María]. Repositorio institucional de la Universidad Católica de Santa María. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/handle/20.500.12920/12458>

- Rodríguez, M., & Padilla, F. (2021). The use of video games in adolescents. A Public Health problema. *Enfermeria Global*, 20(2), 575–591. <https://doi.org/10.6018/EGLOBAL.438641>
- Rojas, L. (2025). *Factores escolares relacionados a la procrastinación académica en la institución educativa Agropecuario–Callería, 2023* [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Ucayali]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de Ucayali. <https://repositorio.unu.edu.pe/items/a4ecba09-8c58-46e0-a704-4521d0f8afd4>
- Sachu, B., Kadeswaran, S., & Jayseelan, R. (2024). Investigating online game addiction: an in-depth analysis of design elements through the player engagement model. *ShodhKosh: Journal of Visual and Performing Arts*, 5(3), 91-100. <https://doi.org/10.29121/shodhkosh.v5.i3.2024.1222>
- Salas, E., Merino, C., Chóliz, M., & Marco, C. (2017). Análisis psicométrico del test de dependencia de videojuegos (TDV) en población peruana. *Universitas Psychologica*, 16(4), 1-13. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-4.aptd>
- Salazar, C., & Del Castillo, S. (2018). *Fundamentos básicos de estadística*. Librodigital.
- Sarmiento, J. (2023). Teorías sobre la procrastinación y su incidencia en el ámbito educativo. *Revista Científica Saperes Universitas*, 6(1), 42-59. <https://publishing.fgu.edu.com/ojs/index.php/RSU/article/view/337>
- Sotés, J., & Mesa, Y. (2022). Adicción a los videojuegos: necesidad de abordar su prevención, diagnóstico y tratamiento. *Acta Médica del Centro*, 16(3), 577-579. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2709-79272022000300577&script=sci_arttext
- Valarezo, C. (2024). *Impacto de los videojuegos en la salud mental de los adolescentes y su abordaje psicoterapéutico* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Cuenca]. Repositorio institucional de la Universidad Católica de Cuenca. <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/be278fee-2528-4563-ada0-4af4260b8d15>

- Valle, M. (2022). Evolución y consecuencias de la hiperconectividad. *An industrial design journal*, 2, 58-75. <https://rodin.uca.es/handle/10498/28284>
- Vergara, L., Bennett, M., Serpa, A., Navarro, J., Martínez, I., & Montes, J. (2022). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista Innova Educación*, 5(1), 88-99.
- Yana, M., Adco, D., Alanoca, R., & Casa, M. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129-143.
- Yáñez, C. (2024). *Adicción a los videojuegos en adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Cuenca]. Repositorio institucional de la Universidad Católica de Cuenca. <https://dspace.ucacue.edu.ec/items/a66dfce9-b386-4a7e-82fe-9f2edaaa63ec>
- Yepez, A. (2021). *Diseño de un programa para mitigar la procrastinación académica en adolescentes* [Tesis de pregrado, Universidad de Pamplona]. Repositorio institucional de la Universidad de Pamplona. http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/bitstream/20.500.12744/3840/1/Yepez_2020_TG..pdf
- Zabala, S. (2021). *Ansiedad, síntomas de adicción a las redes sociales y procrastinación en adolescentes de colegio públicos de Villavicencio* [Tesis de pregrado, Universidad Santo Tomás]. Repositorio institucional de la Universidad Santo Tomás. <https://repository.usta.edu.co/>

ANEXOS

ANEXO 1. MATRIZ DE CONSISTENCIA

Título: Dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.

Formulación del problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es el grado de dependencia a videojuegos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024? ¿Cuál es el grado de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024? ¿Cuál es la relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.</p> <p>Objetivos específicos Identificar el grado de dependencia a videojuegos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024. Identificar el grado de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024. Determinar la relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.</p>	<p>Hipótesis general Existe relación entre dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.</p> <p>Hipótesis específicas Existe mayor prevalencia del grado alto de dependencia a videojuegos en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024. Existe mayor predominio del grado alto de procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024. Existe relación entre dependencia a videojuegos y postergación de actividades en</p>	<p>V1: Dependencia a videojuegos Dimensiones: ● Abstinencia ● Abuso y Tolerancia ● Problemas ocasionados por los videojuegos ● Dificultad en el control</p> <p>V2: Procrastinación académica Dimensiones: ● Auto regulación académica. ● Postergación de actividades.</p>	<p>Método: Hipotético deductivo Enfoque: Cuantitativo Tipo: Básico Diseño: No experimental Nivel: Correlacional Población: 1910 estudiantes de secundaria de un colegio público de Lima. Muestra: 949 estudiantes de segundo a cuarto. Muestreo: No probabilístico.</p>

<p>una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024? ¿Cuál es la relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024?</p>	<p>Determinar la relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.</p>	<p>estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024. Existe relación entre dependencia a videojuegos y autorregulación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024.</p>		
---	--	---	--	--

ANEXOS 2: INSTRUMENTOS

TEST DE DEPENDENCIA DE VIDEOJUEGOS (TDV)

(Salas-Blas et al., 2017)

I. DATOS GENERALES:

Sexo: F () M () Edad:..... años

Horas al día que se dedica al videojuego:

II. DATOS ESPECÍFICOS DEL INSTRUMENTO

- a) Indica en que medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las siguientes frases sobre el uso que haces de los videojuegos, tomando como referencia la siguiente escala:

0	1	2	3	4
Totalmente en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Totalmente de acuerdo

N°	ÍTEMS	RESPUESTAS				
		0	1	2	3	4
1	Juego mucho más tiempo con los videojuegos ahora que cuando comencé.	0	1	2	3	4
2	Si no me funciona la videoconsola o el PC le pido prestada una a parientes o amigos.	0	1	2	3	4
3	Me afecta mucho cuando quiero jugar y no funciona la videoconsola o el videojuego.	0	1	2	3	4
4	Cada vez que me acuerdo de mis videojuegos tengo la necesidad de jugar con ellos.	0	1	2	3	4
5	Dedico mucho tiempo extra con los temas de mis videojuegos, incluso cuando no estoy jugando con ellos (ver revistas, hablar con compañeros, dibujar los personajes, etc.)	0	1	2	3	4
6	Si estoy un tiempo sin jugar me encuentro vacío y no sé qué hacer.	0	1	2	3	4

7	Me irrita/enfada cuando no funciona bien el videojuego por culpa de la videoconsola o el PC.	0	1	2	3	4
8	Ya no es suficiente para mí jugar la misma cantidad de tiempo que antes, cuando comencé.	0	1	2	3	4
9	Dedico menos tiempo a hacer otras actividades, porque los videojuegos me ocupan bastante rato.	0	1	2	3	4
10	Estoy obsesionado por subir de nivel, ganar prestigio, etc. en los videojuegos.	0	1	2	3	4
11	Si no me funciona un videojuego, busco otro rápidamente para poder jugar.	0	1	2	3	4
12	Creo que juego demasiado a los videojuegos.	0	1	2	3	4
13	Me resulta muy difícil parar cuando comienzo a jugar, aunque tenga que dejarlo porque me llaman mis padres, amigos o tengo que ir a algún sitio.	0	1	2	3	4
14	Cuando me encuentro mal me refugio en mis videojuegos.	0	1	2	3	4

b) A continuación, Indica con qué frecuencia te ocurren los hechos que aparecen, tomando como criterio la siguiente escala:

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

Nº	ÍTEMS	RESPUESTAS				
15	Lo primero que hago los fines de semana cuando me levanto es ponerme a jugar con algún videojuego.	0	1	2	3	4
16	He llegado a estar jugando más de tres horas seguidas.	0	1	2	3	4
17	He discutido con mis padres, familiares o amigos porque dedico mucho tiempo a jugar con la videoconsola o PC.	0	1	2	3	4
18	Cuando estoy aburrido me pongo con un videojuego.	0	1	2	3	4
19	Me he acostado más tarde o he dormido menos por quedarme jugando con videojuegos.	0	1	2	3	4
20	En cuando tengo un poco de tiempo me pongo un videojuego, aunque sólo sea un momento.	0	1	2	3	4

21	Cuando estoy jugando pierdo la noción del tiempo.	0	1	2	3	4
22	Lo primero que hago cuando llega a casa después de clase o el trabajo es ponerme con mis videojuegos.	0	1	2	3	4
23	He metido a mi familia o a otras personas sobre el tiempo que he dedicado a jugar.	0	1	2	3	4
24	Incluso cuando estoy haciendo otras tareas (en clase, con mis amigos, estudiando, etc.) pienso en mis videojuegos (cómo avanzar, superar alguna fase o alguna prueba, etc.)	0	1	2	3	4
25	Cuando tengo algún problema me pongo a jugar con algún videojuego para distraerme.	0	1	2	3	4

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

A continuación, encontraras una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Lee cada frase y contesta según tus últimos 12 meses de tu vida como estudiantes, marcando con una X de acuerdo a la siguiente escala de valoración.

N	CN	AV	CS	S
Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre

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

ANEXOS 3: VALIDEZ DE ESTRUCTURA DE LOS INSTRUMENTOS

Test de adición a Videojuegos-TDV

Tabla 21

Estructura factorial del Test de Adicción a Videojuegos-TDV

Factor	Indicador	DE	Z	p	Cargas
Factor 1	D3	0.045	16.24	<.001	0.660
	D4	0.048	18.02	<.001	0.714
	D6	0.045	16.09	<.001	0.654
	D7	0.048	17.11	<.001	0.687
	D10	0.047	20.17	<.001	0.774
	D11	0.042	16.77	<.001	0.676
	D13	0.044	18.53	<.001	0.730
	D14	0.054	17.12	<.001	0.687
	D21	0.049	20.83	<.001	0.790
	D25	0.050	19.39	<.001	0.754
Factor 2	D1	0.050	18.84	<.001	0.744
	D5	0.047	17.04	<.001	0.689
	D8	0.046	17.81	<.001	0.711
	D9	0.047	16.71	<.001	0.678
	D12	0.049	20.14	<.001	0.778
Factor 3	D16	0.051	20.04	<.001	0.785
	D17	0.038	16.22	<.001	0.669
	D19	0.050	19.63	<.001	0.774
	D23	0.038	15.06	<.001	0.630
Factor 4	D2	0.037	9.67	<.001	0.426
	D15	0.041	18.00	<.001	0.716
	D18	0.051	20.44	<.001	0.783
	D20	0.048	19.86	<.001	0.769
	D22	0.039	20.59	<.001	0.787
	D24	0.039	18.00	<.001	0.714

Se observa la matriz de la estructura tetradimensional del instrumento, el cual reporta que los 25 ítems fueron altamente significativos ($p < .001$), además, sus cargas factoriales

oscilan entre .426 a .790, esto indica que los ítems se correlacionan con su respectivo factor, conforme a ello, se concluye que la estructura posee una validez aceptable.

Escala de Procrastinación Académica

Tabla 22

Estructura factorial de la Escala de procrastinación Académica

Factor	Indicador	EE	Z	p	Cargas	
Factor 1	P1	0.053	6.01	<.001	0.290	
	P2	0.046	12.14	<.001	0.547	
	P3	0.054	10.35	<.001	0.475	
	P4	0.071	10.50	<.001	0.273	
	P5	0.047	13.88	<.001	0.610	
	P8	0.045	13.58	<.001	0.599	
	P9	0.047	16.39	<.001	0.694	
	P10	0.043	17.71	<.001	0.737	
	P11	0.046	16.60	<.001	0.701	
	P12	0.055	13.25	<.001	0.588	
	Factor 2	P6	0.081	12.04	<.001	0.812
		P7	0.078	12.14	<.001	0.830

Se visualiza la matriz de la estructura bidimensional del instrumento de procrastinación académica, en donde los 12 ítems reportaron valores altamente significativos ($p < .001$), además, sus cargas factoriales oscilan entre .273 a .830, lo que señala que los ítems se correlacionan con sus factores correspondientes, en base a lo hallado, se concluye que la estructura dispone de una validez.

ANEXO 4: APROBACIÓN DE COMITÉ DE ÉTICA



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA E INTEGRIDAD CIENTÍFICA

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 01 de octubre de 2024

Investigador(a)
Estefani Aracelli Peña Flores
Exp. N°: 0648-2024

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: “**DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA METROPOLITANA, 2024**” Versión **01** con fecha **22/07/2024**.
- Formulario de Consentimiento Informado Versión **01** con fecha **22/07/2024**.

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Estefani Aracelli Peña Flores.

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 5: FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PARTICIPANTES

Título de proyecto de investigación: “*DEPENDENCIA A VIDEOJUEGOS Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE SECUNDARIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE LIMA METROPOLITANA, 2024*”

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación es conducida por **Estefani Aracelli Peña Flores** de la **Universidad Privada Norbert Wiener** con número de **DNI 72524416** y código universitario **2020102329**. La meta de este estudio es conocer la relación que existe entre Dependencia a videojuegos y Procrastinación Académica.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder preguntas en una entrevista (o completar una encuesta, o lo que fuera según el caso). Esto tomará aproximadamente de 10 a 15 minutos de su tiempo.

La participación de este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario y a la entrevista serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas.

Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas durante la entrevista le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas. Desde ya le agradecemos su participación. Un grato saludo.

CONSENTIMIENTO

Voluntariamente doy mi consentimiento para que mi hijo(a) o tutelado participe en este estudio, comprendo en qué consiste su participación en el proyecto, también entiendo que puede decidir no participar y que puede retirarse del estudio en cualquier momento, sin perjuicio alguno.

Nombre **participante:**

DNI:

Fecha: *(dd/mm/aaaa)*

Nombre **investigador:** **Estefani**

Aracelli Peña Flores

DNI: 72524416

Fecha: *(22/07/2024)*

ANEXO 6: CARTA DE APROBACIÓN DE LA INSTITUCIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE LOS DATOS



PERU

Ministerio de Educación

Constancia

Villa María del Triunfo, 11 de Diciembre del 2023

Que la subdirectora Cristina Churruca Tineo de la Institución Educativa "República del Ecuador" encargada del turno tarde del nivel secundaria; Nueva Esperanza, Villa María del Triunfo, Lima.

Hace constar:

Que, la señorita Estefani Peña Flores, identificada con DNI 72524416, realizó la aplicación de instrumentos "Test de dependencia a videojuegos -TDV y Escala de Procrastinación Académica-EPA" a los estudiantes de 2° y 4° del nivel secundaria, el día 11 de Diciembre del 2023.

Se expide la presente, a solicitud de la interesada para los fines que estime por conveniente.

Atentamente.



ANEXO 7: INFORME DEL ASESOR DE TURNITIN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Académico Profesional de Psicología

Tesis

"Dependencia a videojuegos y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2024"

Para optar el Título Profesional de:

Licenciada en Psicología

Presentado por:

Autora: PEÑA FLORES, ESTEFANI ARACELLI

CÓDIGO ORCID: 0000-0002-7845-8148

Compartir



Página 1 de 86

Fuentes principales Todas las fuentes

15%

Similitud general

1 hdl.handle.net 2%

INTERNET

2 repositorio.uwienner.edu.pe 2%

INTERNET

3 repositorio.autonoma.edu.pe 1%

INTERNET

4 Rodas Trujillo, Karem Justhin. "N..." <1%

PUBLICACIÓN

5 Universidad Peruana Los Andes ... <1%

TRABAJOS ENTREGADOS

6 Submitted on 1690849158018 <1%

TRABAJOS ENTREGADOS

7 Universidad Católica de Santa M... <1%

TRABAJOS ENTREGADOS

8 Universidad Peruana Los Andes ... <1%

TRABAJOS ENTREGADOS

0

Marcas de alerta

15%

Similitud general



Detalles del documento

20%

AI

Active Windows
Ve a Configuración para activar Windows.

● 15% de similitud general

Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:

- 12% Base de datos de Internet
- Base de datos de Crossref
- 14% Base de datos de trabajos entregados
- 6% Base de datos de publicaciones
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

FUENTES PRINCIPALES

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

1	hdl.handle.net Internet	2%
2	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	2%
3	repositorio.autonoma.edu.pe Internet	1%
4	Rodas Trujillo, Karem Justhin. "Nivel de satisfacción del usuario y calid... Publication	<1%
5	Universidad Peruana Los Andes on 2020-06-10 Submitted works	<1%
6	Submitted on 1690849158018 Submitted works	<1%
7	Universidad Católica de Santa María on 2023-01-23 Submitted works	<1%
8	Universidad Peruana Los Andes on 2021-07-13 Submitted works	<1%