

CÁTEDRA DE TALLER DE TRABAJO FINAL  
Proyecto de Investigación

**“ADICCIÓN A REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN  
ACADÉMICA”**

Estudio a realizarse con estudiantes de la carrera Lic. en Enfermería  
de la Escuela de Enfermería – FCM – UNC, durante el segundo  
semestre del 2022

**TT-60**

**ASESORA METODOLÓGICA:**

Lic. Esp. Valeria Soria

**AUTORES:**

Calderón, Florencia



Ducca, Emiliano



Ferrari, Enzo



Heredia, Gimena



**Córdoba, febrero 2022**

## DATOS DE LOS AUTORES

**Calderón, Florencia:** 30 años, Técnica en Enfermería Profesional, egresada de la Escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba, en el año 2018. Actualmente desempeñándose en el área de Ginecología, Obstetricia y Neonatología en el Hospital Universitario Maternidad Nacional (HUMN).

**Ducca, Emiliano:** 23 años, Enfermero técnico profesional, egresado de la Escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba, en el año 2018. Actualmente desempeñándose laboralmente en el área de Clínica médica de la Clínica Universitaria Reina Fabiola.

**Ferrari, Enzo:** 27 años, Enfermero técnico profesional, egresado de la Escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba, en el año 2018. Actualmente desempeñándose laboralmente en el área de salud mental, en la Clínica privada Saint Michel.

**Heredia, Gimena:** 31 años, Técnica en Enfermería Profesional, egresada de la Escuela de Enfermería, Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba, en el año 2018. Actualmente desempeñándose laboralmente en el área de Unidad de Terapia Intensiva Covid del Hospital Rawson.

## **AGRADECIMIENTOS**

*Queremos agradecer:*

*Principalmente a nuestra familia por apoyarnos, alentarnos y confiar en nosotros.*

*A nuestra tutora la Lic. Soria Valeria por guiarnos y acompañarnos en este proceso de finalización de una etapa de nuestras vidas.*

*A nuestros compañeros que han cursado el mismo camino con el mayor esfuerzo.*

*A la Universidad Nacional de Córdoba por permitir formarnos profesionalmente y dejar abierta la posibilidad a seguir perfeccionándonos.*

# ÍNDICE

<b>PRÓLOGO</b> .....	<b>1</b>
<b>CAPÍTULO I</b> .....	<b>2</b>
<b>EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	<b>2</b>
➤ Planteo del Problema.....	2
➤ Justificación .....	16
➤ Marco teórico.....	18
➤ Objetivo General:.....	33
➤ Objetivos específicos:.....	33
<b>CAPÍTULO II</b> .....	<b>34</b>
<b>DISEÑO METODOLÓGICO</b> .....	<b>34</b>
➤ Tipo de estudio .....	34
➤ Operacionalización de la variable .....	35
➤ Población y muestra .....	38
➤ Fuentes, técnicas, e instrumentos de recolección de datos .....	39
➤ PLANES .....	40
➤ Plan de recolección de datos: .....	40
➤ Plan de procesamiento de datos:.....	41
➤ Plan de presentación de datos.....	42
➤ Análisis de datos:.....	52
<b>CRONOGRAMA</b> .....	<b>52</b>
<b>PRESUPUESTO</b> .....	<b>52</b>
<b>REFERENCIAS</b> .....	<b>53</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>62</b>

## PRÓLOGO

A lo largo del siglo XXI, y más aún en los últimos dos años, se han establecido una serie de encuentros y desencuentros entre educación y el uso de las Tics como facilitador de la misma. El aprendizaje en ámbitos formales, utilizando los nuevos cambios que introducen las tecnologías de comunicación e información (con internet como su máximo exponente), requiere de un proceso de articulación entre ambos para que la educación no sea desplazada en su protagonismo, ya que con la irrupción de éstas tecnologías se produjeron modificaciones en el proceso tradicional de enseñanza y transmisión de conocimientos. Sin embargo, gran parte de los estudiantes pueden presentar conductas inadecuadas frente al uso de las nuevas tecnologías, como el abuso del internet y la procrastinación académica.

La constatación de la existencia de procrastinación académica en universitarios en relación al uso y dependencia de las TICs, no presenta hasta la fecha suficientes investigaciones, sin embargo, se empieza a vislumbrar como un problema emergente, producto de la nueva modernidad.

El objetivo de este estudio es Identificar la presencia de adicción a redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de 5to año de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba, durante el año 2022, con el propósito de generar conocimientos que resulten beneficiosos para todo el ámbito académico local y sea extensivo a demás instituciones educativas.

El tipo de estudio a realizar será cuantitativo, descriptivo y transversal, la técnica de recolección de datos será de fuentes primarias a través de cuestionarios auto-administrados basados en los instrumentos relacionados a las variables: Adicción a Redes Sociales, donde sus dimensiones son Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal y Uso excesivo; y Procrastinación académica que se dimensiona en la Autorregulación académica y la Postergación de actividades. La población estará compuesta por una muestra aleatoria de estudiantes de 5to año de la carrera de Licenciatura en Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba.

El Proyecto consta de 2 capítulos: El Capítulo I: El problema de investigación, donde se encuentra la contextualización temática enmarcando Adicción a redes sociales y Procrastinación académica a nivel mundial, nacional y local. Y el Capítulo II: El Diseño Metodológico, aplicación práctica de la teoría expuesta, recolección, representación y análisis de los datos.

# CAPÍTULO I

## EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### Planteo del Problema

Desde la creación de las primeras computadoras, la invención de internet y la aparición de los smartphones, el hombre fue adquiriendo, de manera progresiva, habilidades para el manejo de las nuevas tecnologías.

En las últimas décadas hubo dos revoluciones globales de grandes dimensiones: la popularización y el acceso sin restricciones a Internet, y la conversión de los teléfonos móviles en plataformas que dan acceso a múltiples opciones de conectividad, comunicación e información. Por lo tanto, debido a la marcada influencia de la globalización, el aumento en el uso de las TICs se convirtió en un problema de índole mundial, que exige la adquisición constante de habilidades para el manejo de tecnologías de complejidad cada vez mayor. (Pérez Ruíz *et al.*, 2018).

En el Informe Global Digital de Data Reportal de Kemp S. (2021) se muestran las estadísticas y tendencias principales del estado de las tecnologías digitales, a nivel mundial. Dicho informe marca que de los 7.830 millones de personas que constituían la población mundial en el año 2021, 4.20 mil millones eran usuarios de redes sociales, considerando dentro de este valor también a los perfiles creados para animales, negocios, lugares y otras entidades no humanas. A su vez, informa que de los 45.4 millones de habitantes de Argentina, durante el mismo periodo temporal, un valor igual a 36.32 millones se encuentran conectados a Internet, y de ellos, 36 millones son usuarios de redes sociales, lo que equivale al 79.3% de la población total. Esto indica que la mayor parte de la población tiene una conexión a internet activa, siendo usuaria de alguna red social.

Según el mismo informe, las redes sociales más usadas en Argentina, en el rango etario abarcado entre los 16 a 64 años son por orden de frecuencia: Youtube (95.8%), WhatsApp (92.2%), Facebook (90.4%), Instagram (85.3%), Facebook Messenger (62.3%), Twitter (56.3%), Pinterest (48.2%) y LinkedIn (32.6%). (Internet Live Stats ILS, 2021)

Las estadísticas anteriores muestran que existe a nivel global, una marcada importancia al uso de las Tics. Siendo fundamental remarcar también, que hay estudios que avalan que el empleo de redes sociales constituye un facilitador para mantener

vínculos sociales virtuales estrechos. Esto si bien es beneficioso ya que acorta distancias, permite comunicaciones en tiempo real, acerca a las personas que de otro modo serían desconocidas, etc., también lleva a intensificar aún más el interés por la conectividad, aumentando las horas dedicadas a la misma, descuidando el entorno habitual y generando, en algunos casos, una dependencia que termina en el uso problemático de las tecnologías avanzadas.

Por lo anterior este uso problemático es denominado por otros autores como adicción o conductas adictivas. Según Echeburúa y Requesens (2012), los factores determinantes del mismo pueden ser de tipo personal, familiar, social o una combinación de varios de ellos y las consecuencias que produce afectarían principalmente a jóvenes y adolescentes, precisamente por ser éste el grupo de mayor acceso.

Entonces, si bien internet puede representar un valioso recurso para facilitar la comunicación y el aprendizaje, también puede convertirse en un riesgo para la salud ya que la interrelación que una persona establece con el mundo virtual genera estados de dependencia, no necesariamente patológicos, pero que comienzan con un involucramiento básico, en incremento, que entorpece las actividades poniendo en riesgo el entorno familiar, laboral y escolar. (Pablos y Correa, 2009).

La adicción a internet y a redes sociales desencadena una serie de consecuencias a nivel del desempeño de actividades inherentes a la vida cotidianas, siendo las dificultades en el rendimiento académico las de importancia en este trabajo.

Así es que, la educación, integrada actualmente al proceso globalizador, apoya los avances tecnológicos, habilitando la presencia de los mismos a nivel pedagógico. Así, muchas de las instituciones de los distintos niveles educacionales, incluida la educación superior tuvieron que elaborar planes de estudios basados en el uso de estas nuevas tecnologías en sus procesos de enseñanza y aprendizaje. Las políticas educativas debieron reorientarse y los contenidos revisarse regularmente para que tanto educandos como educadores estuvieran en condiciones de responder a los requerimientos actuales.

De esta manera, los estudiantes tuvieron que cambiar y adaptarse a vivir en un mundo diferente, en constante movimiento, donde la educación continua es imprescindible, la información encontrada es amplia y los factores distractores excesivos, atravesando el reto de analizar, tomar decisiones y dominar nuevos ámbitos del conocimiento en una sociedad cada vez más tecnológica. Sin embargo, en algunas circunstancias, internet y los recursos tecnológicos se convirtieron en un fin y no en un medio. (García et al., 2016).

En el medio universitario, en los últimos dos años, a causa de la pandemia por Covid 19, que conllevó un aislamiento preventivo, se produjo un quiebre en la agenda educativa. La presencialidad fue sustituida por clases a distancia, donde internet comenzó a usarse diariamente, lo que obligó a los alumnos a encontrar nuevos modos de continuar con su formación, pasando de una educación tradicional, a otra que incluyó de manera masiva el uso de las nuevas tecnologías.

Para lograr determinar el impacto que produjo en estudiantes universitarios de nuestro medio, este ajuste curricular masivo, se hizo necesario enmarcar dicha situación al contexto local, es decir, a la provincia de Córdoba y particularmente a la Universidad Nacional de Córdoba (UNC).

Es importante considerar que el caudal de estudiantes que presenta dicha Universidad a nivel país, es alto, ya que se trata de uno de los más prestigiosos centros de estudio de la Argentina. En la última síntesis estadística del año 2021, establece que la UNC cuenta con una población estudiantil de 170.518 alumnos, que forman parte de las 15 facultades que la integran. Una de estas facultades es la Facultad de Ciencias Médicas (FCM) que incluye la carrera de Licenciatura en Enfermería la cual tiene su propia escuela, que en el presente año renovó su plan de estudios de 1986 a uno actualizado a 2018, el mismo cuenta con 24 asignaturas en el primer ciclo y 11 en el segundo, con una carga horaria de 30 horas semanales. Cabe destacar que en la actualidad se encuentran funcionando paralelamente tres planes de estudio, el de 1986, 2018 y uno de transición entre ambos. Los alumnos que asisten a ésta escuela tienen un rango etario amplio y en general son estudiantes que trabajan, estudian y tienen familia a cargo.

Según el Anuario 2019 de la UNC el total de alumnos dentro de facultad de Ciencias Médicas estaba constituido por 22.071 personas, siendo el área con mayor inscriptos y reinscritos en el año. Dentro de la Escuela de Enfermería (EE) el total de alumnos era de 3.995, de los cuales 2.848 fueron reinscritos a la carrera durante ese periodo. El rango de edad de los estudiantes de enfermería se considera amplio porque se encuentra entre 18 y 60 años, siendo en su mayoría estudiantes de 30 a más de 40 años de edad. En cuanto al estado civil prevalecen los estudiantes solteros (3.282), seguidos de los casados (538) y luego divorciados, separados o viudos (163). Del total, 1.733 alumnos tienen hijos a cargo.

Con respecto a las actividades fuera de la escuela, 2.206 alumnos trabajan y 2.008 todavía no se hallan insertos al mundo laboral. La mayoría costea sus estudios con



su trabajo personal y ayuda familiar, un grupo menor lo hace a través de becas y planes sociales.

En el caso de la nacionalidad, la mayoría de los alumnos y nuevos inscriptos a enfermería fueron argentinos (3782), le siguen estudiantes de Perú (166) y Bolivia (43). A nivel nacional 3.482 alumnos son cordobeses y le sigue la región del noroeste argentino en prevalencia.

Los estudiantes cordobeses jóvenes y adultos incluidos en la vida universitaria, son asiduos al uso de teléfonos celulares, internet y redes sociales, sobre todo en el último tiempo, a consecuencia del aislamiento social preventivo por Covid 19. Esto, si bien habría posibilitado el mayor intercambio de información, la rapidez en la búsqueda y en la comunicación con otros, también podría haber generado diversas alteraciones producto del sobreuso de las Tics, como se viene mencionando a nivel mundial. Dichas perturbaciones de la cotidianeidad van desde alteraciones emocionales, hasta el desarrollo de adicción a redes sociales que devienen en conductas promotoras de la procrastinación en las actividades académicas, la disminución en el rendimiento y el consiguiente retraso en el inicio del desempeño profesional.

En resumen, internet mediante sus funciones comunicativas, de transmisión y facilitación de la información, constituye un soporte didáctico para la configuración de proyectos educativos en diversas modalidades: presenciales, no presenciales o combinadas. Es una herramienta que facilita también la búsqueda, selección y valoración de información, permite la realización de tareas y la comunicación en tiempo real con compañeros y docentes. Sin embargo, también constituye un elemento distractor, ya que el sujeto puede tener varias páginas abiertas y postergar la realización de las tareas académicas por emplear el tiempo en navegar en sitios que no contribuyen a la realización de tareas requeridas.

Algunos autores como García *et al.* (2008) y Parra *et al.* (2016) exponen el uso y abuso que los jóvenes hacen del internet, en virtud de que en esta plataforma conviven múltiples sitios creados con un gran número de propósitos. Por un lado, están las aulas virtuales con fines educativos y páginas informativas y formativas, y por el otro, se encuentran páginas creadas para el entretenimiento, en las que el estudiante invierte su tiempo en juegos, redes sociales, reproductor de películas, aplicaciones, entre otras herramientas que le producen gratificaciones y propician un comportamiento procrastinador.

Cabe mencionar que la procrastinación se considera como una tendencia conductiva consciente que tiende a postergar o retrasar tareas, sustituyéndolas por otras más agradables, cuya dilación puede acarrear consecuencias negativas. Cuando estas actitudes ocurren en el ámbito estudiantil se denomina procrastinación académica, la cual se caracteriza por la falta de diligencia en tareas escolares; ya sea para empezarlas, desarrollarlas o finalizarlas. Este proceso generalmente se acompaña de sentimientos de nerviosismo o inquietud y abatimiento, en las personas que la realizan (Furlan, 2010).

Algunos autores, como Quant y Sánchez (2012), afirman que la procrastinación se relaciona a su vez con alteraciones emocionales, desencadenando síntomas de depresión, baja autoestima, déficit de autocontrol, déficit de confianza y ansiedad, en quienes la presentan.

Sin embargo, es importante remarcar que no existen suficientes estudios científicos publicados en América Latina y menos aún en Argentina que describan el uso excesivo de internet y la procrastinación académica en alumnos universitarios; no obstante, esto se puede inferir si se tiene en cuenta el tiempo que los jóvenes destinan a internet en los diferentes dispositivos de los que disponen (computadoras, teléfonos, o tablets).

En conclusión, la realidad de los alumnos de la EE, de la UNC es que, no solo se encuentran inmersos en una nueva modalidad de estudio, aprendizaje y evaluación virtual, sino que deben reorganizar sus actividades cotidianas ya que, como se menciona anteriormente, la mayoría de estos alumnos, de acuerdo a la edad promedio de 30 a 40 años, tienen actividades laborales y muchos de ellos cuentan con familiares a cargo, lo cual conlleva equilibrar estas responsabilidades con la vida académica.

Por otro lado, los autores del presente trabajo, quienes cursan la carrera de enfermería en dicha institución, son testigos fehacientes del impacto de las redes sociales en el ámbito universitario. Pudo visualizarse la necesidad del uso de celulares durante las clases presenciales, ya sea para la utilización de grupos de estudio de la red social WhatsApp, como también para la interacción por Facebook e Instagram con compañeros.

Frente al ámbito de la pandemia se observa el retraso en la entrega de actividades virtuales, la dificultad para la conexión a clases virtuales; ya sea por motivos familiares, de trabajo, carencia de equipos o aparatos tecnológicos necesarios para la conexión u otra situación que dificulte la presencialidad virtual.

Frente a estas observaciones y análisis del contexto, surgen los siguientes interrogantes:

- ¿La procrastinación impacta en el rendimiento académico?
- ¿Cuáles son los factores condicionantes de la procrastinación académica?
- ¿Cuáles son los factores de riesgo relacionados con la adicción a internet?
- ¿Qué auto percepción tienen los alumnos con respecto a la procrastinación de sus tareas?
- ¿Qué auto percepción tienen los estudiantes sobre sus actitudes en relación al uso problemático de internet?
- ¿Cuántas horas diarias los alumnos usan internet para fines recreativos y/o académicos?
- ¿Cuál es la red social más utilizada en nuestro medio?
- ¿Qué dispositivos destinan al uso de internet?
- ¿Hay presencia de procrastinación académica y adicción a redes sociales en los estudiantes de enfermería?

Para dar respuesta a estos interrogantes se recurrió a la búsqueda de antecedentes y referentes claves sobre la temática expuesta.

En cuanto al interrogante sobre si *la procrastinación impacta en el rendimiento académico*, Umarenkova y Flores (2016), en su artículo de revisión, “El papel de la procrastinación como factor de la deserción universitaria”, indica que la procrastinación presenta una relación inversa con el rendimiento académico, y que la misma puede ser evaluada para pronosticar así comportamientos predictivos en relación al desempeño académico. Consideran que la mejora de aspectos cognitivos, metacognitivos, conductuales y motivacionales como son las estrategias de autocontrol, estabilidad emocional, hábitos alimenticios, de sueño y sociales evitarían la deserción universitaria.

En el estudio de Roldán (2016), “Rendimiento académico: Una mirada desde la procrastinación y la motivación intrínseca”, se intenta explicar la varianza del rendimiento académico, motivación intrínseca y variables de control. Trabajan con una muestra de 129 estudiantes de psicología, utilizando como instrumento la Escala de Procrastinación de Tuckman y la Escala de Motivación Intrínseca. Como resultado, advierten que el aumento del rendimiento académico se relaciona directamente con la satisfacción hacia la carrera

elegida y el sentimiento de agrado por la realización efectiva de trabajos académicos, lo que disminuye favorablemente la procrastinación de tareas.

Además como respuesta a este interrogante, se llevó a cabo una entrevista presencial a una representante de la Secretaría de Asuntos Estudiantiles perteneciente a la Escuela de Enfermería de la UNC, quien indica que según las estadísticas manejadas, el índice de alumnos que desertarían en la carrera disminuyó en el 2021, con respecto al año anterior, relacionando esto con la modalidad virtual pura, ya que fue mayor el número de alumnos que pudieron presenciar, aprobar e incluso promocionar materias que venían cursando hace años sin éxito. Podría decirse que, la población de recursantes fue disminuyendo durante el periodo de virtualidad masiva, viéndose reflejado positivamente en el rendimiento académico de los alumnos. Sin embargo, queda sin aclarar si esto se debe a flexibilizaciones en la agenda educativa, a la falta de control durante el desempeño de exámenes virtuales o al impacto de las nuevas tecnologías.

*“Estamos al tanto de que el hecho de que las clases queden grabadas llevan a los alumnos a postergar el horario de cursado, pero tuvo su impacto positivo en la comodidad horaria para acceder a la misma”,* aclara dicha representante.

Con respecto al interrogante sobre el acceso a internet, dispositivos y redes sociales indicó: *“Hicimos una encuesta en la localidad de Deán Funes, donde funciona la extensión de la EE, y los datos arrojaron que el 80% tenían acceso a celulares con Internet para el desarrollo de las materias. Incluso es mayor la red de comunicación y el acceso a información a través de los grupos de whatsApp.”* (Lic. Rodríguez, F. comunicación personal, 26 de octubre de 2021).

Sobre el interrogante en relación a los **factores condicionantes para la procrastinación académica**, el estudio de Allegre (2014) denominado “Auto eficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana”, muestra que de 348 alumnos universitarios evaluados a través de la Escala de Auto eficiencia y de la Escala de Procrastinación Académica, se observa que, cuanto más alto es el nivel de confianza en las propias habilidades, hay mayores posibilidades de que el estudiante inicie, desarrolle y complete actividades sin postergarlas. Es decir, que los alumnos con menor confianza en sí mismos, tienen mayor probabilidad de procrastinar sus actividades.

Por otra parte, Pardo *et al.* (2014), en su investigación sobre la “Relación entre procrastinación académica y ansiedad - rasgo en estudiantes de psicología”, analizan en una muestra de 100 alumnos, del tercer al quinto semestre de la carrera, con un rango etario entre 18 y 37 años, la influencia de las emociones en la postergación de

actividades. Para ello, emplean la escala de procrastinación académica y el inventario auto descriptivo de ansiedad estado - rasgo. Como resultados significativos encuentran que, los estados emocionales se relacionan de forma directa con la postergación de actividades, puesto que dicho comportamiento no solo implica una dificultad en las habilidades de gestión de tiempo sino también, un problema a nivel motivacional. Además, dichos autores aseguran que, a mayor presencia de rasgos de personalidad ansiosa, el riesgo de presentar conductas procrastinadoras es mayor y viceversa. Ambos atributos son directamente proporcionales entre sí.

En la investigación realizada por González y Arroyo (2016) titulada: “Relación tiempo de estudio/autorregulación del aprendizaje y desempeño académico en estudiantes universitarios”, se emplea una muestra de 735 estudiantes con una edad media de 20 años como criterio de exclusión, obteniéndose como resultado que los alumnos con mayor dedicación a la actividad académica muestran de manera proporcional, un aumento en la seguridad y confianza para tramitar su aprendizaje, percibiendo mayor implicación en el estudio. Incluso pueden emplear estrategias propias en aquellas actividades que les resulten más interesantes.

El estudio de “Procrastinación, ansiedad frente a los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios”, desarrollado por Porras y Ortega (2021), tiene como objetivo conocer el efecto de la procrastinación académica y la ansiedad ante los exámenes, sobre el rendimiento académico y a su vez, la relación existente entre ambas variables. El resultado de este estudio muestra que, ante mayores niveles de ansiedad percibida por el estudiante, el rendimiento académico es menor, debido a la aparición de conductas procrastinadoras.

A nivel local, si bien la cantidad de estudios producidos hasta la fecha es acotada, se encontró la investigación realizada por Furlan *et al.* (2010) denominado “Procrastinación y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de psicología, de la UNC”, el cual busca conocer cómo se relacionan estas variables en una muestra de 227 estudiantes que cursan la materia “Metodología de la Investigación psicológica”. Los resultados obtenidos arrojan que la interferencia y falta de confianza correlacionan positiva y moderadamente con la procrastinación; por otro lado, la preocupación no se relaciona con la misma. Es decir, entienden que ambas variables, procrastinación y ansiedad, pueden ser consideradas como dificultades durante el proceso de autorregulación del aprendizaje.

En cuanto al interrogante sobre cuáles serían **los factores de riesgo relacionados con la adicción a Internet**, se consulta la investigación llevada a cabo por Peña García *et al.*, (2019) llamada “Predominio de las TIC y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios del área salud”. Este estudio, tiene como objetivo describir la relación existente entre el uso de las TICs y la dependencia a redes sociales, analizando una muestra de 240 estudiantes. El análisis de estos autores indica en primera instancia, que existe un promedio etario alrededor de los 14 años para el inicio del uso de internet, y uno mucho menor, de 12 años, para el uso de telefonía celular. De los 240 estudiantes analizados, el 92.5 % mostró un nivel de adicción moderada y el 1.7 % grave. De esta observación se entiende también, que los jóvenes prefieren crear vínculos sociales virtuales a distancia, evidenciando una dificultad en la socialización de forma personal.

Pedrero Pérez *et al.* (2017) en su escrito, “Tecnologías de la Información (TIC): Uso problemático del Internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC”, pretenden conocer por un lado las problemáticas que afectan a personas de todas las edades y por otro, el autocontrol existente sobre el uso de las TIC. Motiva este análisis, el poder determinar si existe relación entre el uso de estas tecnologías y la presencia de alteraciones inherentes a la salud mental, el estrés y el comportamiento disruptivo. Los autores emplean una encuesta virtual constituida por una muestra de 1.276 personas, donde en alrededor del 50 % de ellas se confirma un uso problemático de las TIC, que se relacionan con: mal funcionamiento prefrontal, estrés y problemas de salud mental.

En la investigación propuesta por Luque (2019), en relación al “Uso problemático de redes sociales virtuales y miedo a quedar afuera (FoMO)”; se entiende al miedo de quedar afuera, como una emoción negativa asociada al uso de las TIC y no solo en adolescentes o jóvenes, sino que lo extiende a personas adultas sin distinción de nivel educativo. Por otro lado, indica que las horas de uso de las tecnologías no constituyen indicadores de adicción, por ello diferencia el uso instrumental (trabajo/estudio), del no instrumental (ocio), siendo este último relacionado con la mayor probabilidad de adicción a redes sociales.

En el estudio llevado a cabo por Bonilla y Hernández (2012), “Impacto de la dependencia a las Redes Sociales Virtuales sobre las habilidades sociales...”, se aplica el Test de Adicción a Internet y Redes Sociales y la Lista de chequeo de Habilidades Sociales, a una muestra de 120 estudiantes, develando una correlación entre adicción a

internet, redes sociales y el nivel de habilidades sociales desarrolladas. Se visualiza que el 53.3 % obtuvo bajos niveles en habilidades sociales, y la mayoría de este porcentaje presentó en paralelo, mayores tasas de adicción. Es decir que, a mayor nivel de adicción a internet y redes sociales virtuales, hay una menor medida en el desempeño de habilidades sociales y viceversa.

Finalmente, los autores Padilla Romero y Ortega Blas (2017), en su trabajo titulado: "Adicción a las redes sociales y sintomatología depresiva en universitarios", intentan conocer la relación de las variables adicción a redes y síntomas de depresión, en 262 estudiantes de psicología, de la Universidad de Lima del Norte. Utilizaron el cuestionario de adicción a redes y el inventario de depresión de Beck, adaptado. Descubrieron una relación positiva entre la sintomatología depresiva y adicción a redes, donde estiman que quizás la adicción se ve aumentada por tratarse de un método que intenta compensar la presencia de baja autoestima y la carencia de habilidades desocialización.

Para responder al interrogante referido a la **autopercepción del alumno en cuanto a la procrastinación de sus tareas**, el estudio donde participan Cárdenas *et al.* (2020), denominado "Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios de una Institución Pública: Caso de la Facultad de Ciencias Educativas", analizó la frecuencia y el grado con que procrastinan los alumnos. Se utilizó una muestra de 147 estudiantes, donde se evidenció que, a mayor nivel educativo alcanzado, la procrastinación también es mayor. Los participantes mostraban una intención moderada a alta en dejar de procrastinar sus tareas, sin embargo, esto se veía dificultado por cuestiones de carácter emocional, como tener buenas calificaciones, aprobar los exámenes, o estar a la altura de las expectativas de los demás.

En el estudio de Rodríguez Durán (2017), llamado "Relación entre procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes universitarios de psicología: caso PUCESA" se investigó una muestra de 290 estudiantes, mediante el instrumento adaptado a la Argentina, de la Escala de Procrastinación Académica de Tuckman y el Cuestionario de Regulación Emocional. La investigación arrojó que el 61 % procrastina de forma moderada y el 16.2 % tiene un nivel alto de procrastinación. Además, indica que es una conducta que el alumno realiza debido a que la tarea a desempeñar no es considerada importante por el mismo y a que el estudiante sabe que presenta la capacidad de resolverla en cualquier momento. Es decir, hay mayor

nivel de productividad, cuando aumenta la presión. La regulación de las emociones, la motivación y la volición conducen al individuo a finalizar una actividad.

Respecto al interrogante sobre la **auto percepción de los alumnos sobre sus actitudes en relación al uso problemático de internet**, el estudio denominado por Gea, Gonzales y Zapata (2021) como el “Uso problemático de internet por estudiantes universitarios de Colombia”, revela, en una muestra de 2.964 alumnos, que la auto percepción que los mismos tienen del uso que hacen de internet en su vida cotidiana, es: controlado en un 69%, problemático en un 27.5% y significativamente problemático (adicción) en menos del 4 %. Lo que indica que los jóvenes tienen plena conciencia de la cantidad de horas que permanecen conectados.

Por otro lado, en el trabajo de investigación de Linne (2013): “Estudiar en Internet 2.0, Prácticas de Jóvenes Universitarios de la Ciudad de Buenos Aires”, se analizan las transformaciones en torno al estudio según los jóvenes y docentes de las facultades de Filosofía, letras y Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires (UBA). Se utilizó una metodología cuanti y cualitativa a través de la observación y la entrevista. Los resultados obtenidos muestran que la sensación de aislamiento durante las horas de conexión, solo es comprendida por el 60% de los estudiantes, mientras que el 70% solo puede detectar la presencia de dificultades en la concentración, dispersión y desorganización en sus tareas. Estos jóvenes asocian “navegar” con un modo más de distracción, pero luego sienten culpa al no lograr los objetivos académicos exigidos, debido a dicha conducta. Los docentes coinciden en que se ha debilitado la capacidad de reflexión de los estudiantes, afirman que los mismos retienen menos datos y que disminuyeron el nivel de lectoescritura. Sin embargo, solo un tercio de los estudiantes de la muestra afirmó haberse preocupado por su adicción a internet, mientras que otros indicaron que no presentaban adicción, pero si dependencia y acostumbamiento. Al considerar el impacto que produce el uso de internet en la vida académica, el 50 % de la muestra se juzgó como “peor estudiante” desde su utilización, el 20% “ni mejor ni peor sino distinto”, y el 30% afirmó que con el uso de las Tics se convirtieron en “mejores estudiantes”.

En cuanto a la cantidad de **tiempo utilizado para el uso de Internet con fines recreativos y/o académicos**, el estudio de Belçaguy *et al.* (2015) titulado como: “Usos y abusos de las Tics en estudiantes secundarios y universitarios”, analiza el empleo de dichas tecnologías y los trastornos de su utilización inadecuada y/o excesiva. La investigación se hace utilizando dos muestras en paralelo, una de ellas constituida por



estudiantes de nivel secundario y otra de nivel universitario, a los cuales se les realiza una encuesta con 23 preguntas. Los resultados obtenidos muestran que el 100% de los encuestados utilizan las Tics con diferentes fines: recreativos (música, películas, juegos on line, redes sociales) y como herramienta de búsqueda de información. El 74% usa la conexión para mirar películas y series, el 90% escucha música y el 93% usa redes sociales. Con respecto a las horas de conectividad, el 67% utiliza Tics entre 1 y 5 horas diarias, el 18% entre 6 y 10 horas, el 12% entre 11 y 15 horas y un 3% indicó utilizarlas entre 16 y 20 horas al día.

La investigación titulada: "Acceso y actitud del uso de internet en jóvenes de educación universitaria", de Cortés et al. (2020), realizó una encuesta en línea a 813 estudiantes de la Universidad Pública de México, concluyendo que el 73.6 % de los respondientes tenía una conexión igual o superior a 4 horas diarias, el 22.4 % entre 2 a 3 horas y solo un 4.1% accedía a las redes alrededor de 1 hora al día.

Para el interrogante sobre **cuál es la red social más utilizada y qué dispositivo usan más para conectarse**, se encontró el estudio de Ferraz Da Cunha et al. (2015): "Sobre el uso de las Redes Sociales por los alumnos Universitarios de Educación". El mismo consistía en administrar un cuestionario a 208 sujetos de dos instituciones universitarias. Los resultados indicaron que la red social más utilizada fue facebook en un 75.5 %, seguida de instagram 33.7 % y finalmente whatsapp un 5.3 %.

Por otra parte, estudios en los cuales las muestras fueron diferentes, los resultados también lo fueron, aunque siempre manteniendo ciertas similitudes. Este es el caso del estudio de Linne (2013), donde se observa que los sitios web más utilizados son Facebook y Twitter, ya que los alumnos combinan la sociabilidad con amigos y el intercambio de información académica. Respecto al correo electrónico se visualiza una baja en su utilización, lo que se asocia con la aparición de las redes sociales. Sin embargo, hay algunas variaciones en relación a la actividad desarrollada y al grupo de edad, los docentes, por ejemplo, afirman seguir utilizándolo para el intercambio de información académica.

En el trabajo de Bruno y Tegaldo (2018) llamado el "Uso de las Redes Sociales en estudiantes universitarios y las implicancias en sus prácticas académicas y cívicas", se trabajó con una muestra de 141 alumnos, donde el 88.4 % afirmó utilizar con mayor frecuencia celulares y Smartphones y menos del 10 % emplear notebooks o computadoras de escritorio para la conexión. Con respecto a la red social más usada,

éste estudio pone a Whatsapp en primera fila con un 63.4 %, seguido de Instagram con un 23.3 % y Facebook con 37.8 %.

Finalmente, para responder al interrogante sobre **la presencia de procrastinación académica y adicción a redes sociales en los estudiantes de enfermería**, se consulta el texto de Castro Bolaños y Mahamud Rodríguez (2017), titulado: “Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana”. Esta investigación buscó relacionar la variable procrastinación con la variable adicción a internet utilizando una muestra de 168 alumnos entre 18 y 25 años. Las conclusiones indicaron que el 35.12 % de los encuestados presentaban un Alto nivel de procrastinación académica y un 58.33 % un Moderado nivel. En cuanto a la adicción a redes, el 11.91% presentó un nivel Alto de adicción y el 49.4% un nivel Moderado. Este estudio revela que los estudiantes experimentaron problemas en la autorregulación de conductas académicas, lo cual se relaciona directamente con la falta de control en el uso de internet. Es decir, la adicción a internet es causante de procrastinación académica, fenómeno que se da mayormente en alumnos de sexo masculino.

En otra investigación, llamada “Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima”, Matalinares Calvet *et al.* (2017), relacionaron la variable procrastinación con la variable redes sociales, descubriendo que a mayores niveles de procrastinación también existen mayores tasas de adicción a redes sociales. Es decir que, procrastinar puede ser un factor de riesgo que conduzca a la adicción a redes.

Por su parte, Quiñones Sares (2018) en su trabajo titulado “Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo”, encontró una relación significativa entre ambas variables (procrastinación y adicción) e infirió que a mayor procrastinación, hay mayor adicción a redes sociales, siendo la primera, factor causante de la segunda.

Por último y como referencia, se encontró la Tesis de grado denominada por Vergara (2020), como “Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adultos entre 18 y 35 años, residentes en CABA y Gran Buenos Aires”, único estudio sobre la relación de estas variables en Argentina. Los resultados obtenidos mostraron relación significativa entre las variables, indicando que a mayor procrastinación hay mayor probabilidad de generar adicción a redes sociales. Y a su vez, mientras vayan aumentando los niveles de adicción a redes sociales, mayor será el grado de aplazamiento académico.

Luego de haber realizado una búsqueda bibliográfica minuciosa, investigar a cerca de los antecedentes de la temática de interés y después de consultar a referentes claves del ámbito educativo se logró comprender que, si bien existen algunos estudios que describen la relación entre las variables adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios, son pocos los trabajos realizados en América Latina, (la mayoría provenientes de México y Perú) y muy escasos a nivel país. Por otra parte, no se evidenciaron registros en la provincia de Córdoba y menos aún en la Escuela de Enfermería de la UNC. Sin embargo, esto no significa la ausencia de dicha problemática en nuestro medio, ya que en un primer acercamiento se observa la presencia de síntomas de ansiedad, trastorno emocional que aparece prioritariamente durante los últimos meses del año y más aún cuando se acerca la finalización de la carrera.

Por todo lo antes planteado, se considera de vital importancia el inicio de investigaciones que den cuenta de la realidad académica actual en nuestro entorno, y para tratar de responder a esta inquietud, se plantea el siguiente problema de estudio:

***“Presencia de adicción a redes sociales y procrastinación académica en los estudiantes de 5° año de la Escuela de Enfermería, de la Universidad Nacional de Córdoba, durante el segundo semestre del año 2022.”***

## JUSTIFICACIÓN

Esta investigación se fundamenta en la necesidad de profundizar en el conocimiento y comprensión de los factores predisponentes, de riesgo y auto percibidos de la procrastinación académica en contextos universitarios. Dentro del poco material de investigación existente, se priorizan los estudios científicos que disponen de datos estadísticos objetivos y que revelan si existe o no vinculación entre la postergación académica y el uso - dependencia y adicción a las nuevas modalidades de acceso al aprendizaje, más precisamente, con el uso excesivo de internet y redes sociales.

Se considera que la vida universitaria constituye un momento crucial para el desarrollo profesional del individuo, ya que durante su recorrido se produce la adquisición de conocimientos y actitudes básicas para el desempeño adecuado a nivel profesional, por lo que resulta imprescindible transitar esta etapa con el mayor éxito posible. Sin embargo, se observa que gran parte del alumnado puede carecer de los recursos necesarios para afrontar ciertas demandas o presentar conductas académicas inadecuadas que retrasen la inserción laboral, debido al uso indiscriminado de redes sociales.

Cabe recordar que, en la sociedad actual, los sujetos definen su lugar social de acuerdo a la posición ocupada dentro de la estructura productiva. Por este motivo, el sistema se encuentra cada vez más riguroso en la selección de empleados para un trabajo formal, lo que implica que la necesidad de culminar los estudios universitarios en tiempo y forma, sea cada vez mayor. (Bruno y Telgado, 2018)

Es importante remarcar también, que, si bien el retraso en las actividades académicas no es una consecuencia emergente, ya que siempre existieron casos, si se produjeron variaciones a nivel de las múltiples causas que la generan. Estas causas fueron surgiendo, mutando o combinándose de acuerdo a la época. En un primer momento, eran las barreras geográficas o económicas, sociales y emocionales las que intervenían en la dilación universitaria; actualmente con la globalización y el implemento de tecnologías avanzadas, como es el caso del celular, tablet, notebook, conectadas a una red de internet activa constantemente durante estos años de pandemia, aparecieron nuevos factores de distracción que ponen en riesgo el acercamiento a tiempo hacia metas laborales y académicas.

Por lo tanto, se pretende identificar la presencia de procrastinación académica en los estudiantes de enfermería con el fin de repensar estrategias o medidas de actuación

eficaces para interrumpir la progresión de este patrón conductual. Una de las propuestas realizada consiste en la invención de programas preventivos aplicados por parte de la institución educativa y dirigida al estudiantado, con el objetivo de prestar apoyo, evitar y contrarrestar la problemática en cuestión. Esto, no solo generaría beneficios para el alumno, disminuyendo el impacto emocional en torno al estudio, sino que también, afectaría positivamente al bajo rendimiento académico, que tantos gastos demanda en materia de presupuesto formativo. Se esperaría, por consiguiente, una reducción en la reincidencia educativa, aumentando el número de graduados anuales y elevando a niveles superiores el prestigio de la carrera de enfermería y de la institución universitaria en general.

Cabe destacar que, a medida que el estudiante avanza hacia niveles superiores en su educación, se demanda de él cada vez mayor autonomía, mayor gestión de estrategias de regulación en su cognición, motivación, manejo del tiempo y del estudio. A causa de esto, es de gran importancia que los docentes en general y más aún, los de la Escuela de Enfermería en particular, tengan conocimiento de las problemáticas en boga de sus alumnos, implementando así nuevas estrategias de enseñanza – aprendizaje, más didácticas, adaptadas a la actualidad, con tácticas motivacionales y herramientas de superación de la procrastinación académica y de la adicción a internet, trabajando en red por ejemplo, con otras facultades como la de psicología que puede brindar su apoyo epistémico. Así mismo se puede implementar todo lo anterior no solo a nivel de la EE, sino también a nivel de otras facultades e incluso universidades, sirviendo como aporte para la investigación local y/o nacional de la incidencia de estas variables (procrastinación académica y adicción a internet) en el desempeño pedagógico (Atalaya y García, 2019).

## MARCO TEÓRICO

### Adicción a redes sociales

Para Castells (2010), la revolución tecnológica fue generando cambios importantes en relación a la digitalización de la comunicación, la comercialización de los medios, la globalización de las corporaciones y la segmentación de los mercados, incrementando así las distancias digitales y creando una cultura de desigualdad. El autor compara este nuevo paradigma con lo que fue la revolución industrial, momento en que surgió como nuevo concepto el de la “*sociedad del conocimiento*”. Dicho concepto se define como “una sociedad en la cual las condiciones de generación de conocimiento y procesamiento de información han sido sustancialmente alteradas por una revolución tecnológica”. (Castells, 2002, p.34)

La revolución tecnológica trae consigo el uso masivo de tecnologías de la información y la comunicación (TIC), las que se encuentran presentes en todos los sectores de la sociedad actual, mediante la informática, microelectrónica y las telecomunicaciones, las que amplían sus funciones si son conectadas a una red de internet activa.

Según Luengo (2004), “internet puede definirse como una red de redes de ordenadores que comparten datos y recursos” (p. 22). Existe una conexión de redes a nivel mundial que permite a las computadoras (y personas) comunicarse entre sí en cualquier parte del planeta y en cualquier momento. Esto posibilita el acceso a información y a personas que de otra forma no sería factible contactar. Internet es, por tanto, una herramienta a la cual se atribuyen innumerables ventajas para la educación, comercio, entretenimiento e incluso para el desarrollo del individuo.

Las TICs sumadas a internet, facultaron a los individuos el acceso cada vez más creciente a la educación informal. Sumado a esto, la presencia generalizada de los medios de comunicación, los aprendizajes realizados informalmente a través de las relaciones sociales o de la lectura de páginas web, la televisión y los demás medios de comunicación social, tienen cada vez más relevancia.

Los portales de contenido educativo aumentaron significativamente en línea. Los jóvenes cada vez saben y aprenden más cosas fuera de los centros de formación convencionales. Por ello, uno de los retos que tienen actualmente las instituciones pedagógicas en todos sus niveles, consiste en lograr la integración de los aportes

provenientes de canales formativos, tanto oficiales, como no oficiales. De esta manera se facilitarían los procesos de enseñanza y aprendizaje, la búsqueda de información en lugares seguros y epistémicos, generando destrezas de inserción a nivel social adecuadas. (Ramírez, 2010)

El impacto que tiene para Graells (2012), el fenómeno de las TICs en general y más aún en términos educacionales, no es menor. Las nuevas tecnologías pueden, por un lado, aportar los medios para mejorar los procesos de enseñanza - aprendizaje, facilitar la colaboración entre pares, permitir la comunicación con centros educativos estando en cualquier lugar y en tiempo real; pero, por otro lado, pueden convertirse en un factor distractor de uso libre y sin control, acceso a información inadecuada y errónea, dispersión, pérdida de tiempo, entre otros.

Echeverría, (citado por Lovino, 2011), se muestra interesado en el impacto producido por las TICs en los vínculos sociales entre los diversos usuarios. Propone denominar como “tercer entorno” a los distintos marcos naturales y urbanos, relacionados con las nuevas tecnologías, el cual considera importante para el ámbito educacional por tres motivos: principalmente porque genera nuevos procesos de aprendizaje y de transmisión de conocimiento a través de redes virtuales y equipos tecnológicos; porque es necesario el desarrollo de nuevas destrezas y aprendizajes para el manejo de estos equipos que deberán incorporarse; y finalmente, porque deben crearse nuevos sistemas de enseñanza en red y a distancia, dando lugar a la aparición de instrumentos y métodos educativos adaptados a la escuela en todos sus niveles.

Por otro lado, Echeverría y Corral (2010), plantea que las TIC también pueden contribuir a profundizar desigualdades sociales, sin generar por sí mismas innovaciones educativas, ni aumentos de la motivación, interés y rendimiento, en los alumnos. Es así que resulta importante priorizar los conocimientos previos y la capacidad crítica de los usuarios en formación. “Las Tics pueden convertirse en un fin y no en un medio” (p. 92)

Las nuevas tecnologías aplicadas a la educación, convierten al alumno en protagonista activo de su propio proceso de aprendizaje, donde el tiempo y la flexibilidad, juegan un rol importante. Al convertirse la tecnología en un elemento clave en el proceso educativo, se exige cada vez más la alfabetización electrónica como competencia indispensable para el estudiante.

A pesar de que el impacto tecnológico tiene su accionar a nivel mundial, en América Latina el escenario de avances hacia el cambio educativo, presenta bajos niveles de eficacia y eficiencia, ya que la calidad alcanzada por los sistemas educativos no cubre

totalmente las expectativas esperadas por las nuevas exigencias de la sociedad, respecto a la inclusión de las TICs (De Pablos y Gorospe, 2009; Scheker, 2010; Carneiro et al, 2019).

Si bien se extendió la idea de que las tecnologías ayudan notablemente a facilitar el proceso de enseñanza - aprendizaje en distintos niveles educativos, a contribuir en la mejora del trabajo individual y grupal, a lograr mayor autonomía por parte del alumno, beneficiando los métodos de evaluación y la interacción constante entre el profesor y la clase; también se observa que dichas tecnologías generan distintas falencias en relación a su aplicación en educación. Uno de los errores más significativos radica en verlas como elementos aislados e independientes del resto de las variables curriculares: objetivos, estrategias de enseñanzas, contenidos; tal visión de independencia repercute en que las TICs lleguen muchas veces a desenvolverse de forma aislada e independiente, haciendo que el acto educativo gire en torno a las ellas, y no al revés. (García et al., 2016)

En fin, podría decirse que las tecnologías de la información han traído innumerables ventajas a la vida cotidiana, laboral y escolar, sin embargo, el uso prolongado y excesivo de internet a través de pantallas, teléfonos móviles y demás pueden generar consecuencias tanto físicas como psicológicas en el individuo. Según Echeverría (2008, p.176), “no se trata de analizar los nuevos aparatos o herramientas que puedan surgir, sino cómo esos aparatos cambian las acciones humanas y, en particular, qué nuevas acciones devienen posibles.”

Dentro las nuevas acciones que pueden surgir con el empleo masivo y constante de las TIC en diferentes áreas de la vida cotidiana, se encuentran las conductas adictivas o adicción, donde el uso de internet es excesivo e interviene con la calidad del desempeño humano.

Existen diferentes definiciones del término adicción de acuerdo a la bibliografía consultada, sin embargo, todas ellas tienen un nexo en común: la necesidad imperiosa y patológica del cerebro de buscar recompensa o alivio a través del uso de una sustancia u otras acciones.

Etimológicamente la palabra adicto viene del latín *addictus*, que significa muy favorable o inclinado a, dedicado o entregado a. La expresión proviene a su vez de un uso legal en donde el juez declaraba a un ciudadano como esclavo a su acreedor por no tener nada con que pagar sus deudas. *Adicctus* era entonces, el esclavo por deudas.



Según el diccionario de la Real Academia Española (RAE, 2005, p. 5) adicción se define como la “Dependencia del consumo de alguna sustancia o de la práctica de una actividad”.

El término “adicción” es muy controversial, es así que el glosario de términos de alcohol y drogas de la OMS (1994) especifica:

“Adicción” es un término antiguo y de uso variable. Es considerado por muchos expertos como una enfermedad con entidad propia, un trastorno debilitante arraigado en los efectos farmacológicos de la sustancia, que sigue una progresión implacable. Por otro lado, entre las décadas de 1920 y 1960, aparece la palabra “habitación” como una forma menos severa de adaptación psicológica. Sin embargo, con el correr del tiempo, la Organización Mundial de la Salud recomendó dejar de usar ambos términos a favor del de “dependencia”, que puede tener varios grados de severidad. (p. 13)

Así mismo, en el mismo artículo la OMS refiere a la adicción a sustancias; como el alcohol, psicoactivos o tabaco, donde el consumidor, (llamado adicto) se intoxica continuamente, de manera repetitiva y tiene una gran dificultad para discontinuar esa acción. Se marca también la existencia de una tolerancia acusada y de un síndrome de abstinencia que ocurre frecuentemente cuando se interrumpe el consumo.

De igual manera, es importante considerar que el DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder) publicado por APA, a pesar de ser uno de los manuales más utilizados en salud mental para el diagnóstico de los diferentes trastornos, considera a la adicción solo si se encuentra relacionada con el uso y abuso de sustancias. Cía (2013) evalúa los cambios en la nomenclatura de las Adicciones en el DSM-5 (2013) y la inclusión de la nueva categoría a la que se denomina “Trastornos no relacionados a sustancias”. En ella se considera un adicto conductual “si una persona pierde el control sobre una conducta placentera, que luego destaca y sobresale del resto de actividades en su vida” (p. 211).

Echeburúa et al., (2005) entienden que “si los componentes fundamentales de los trastornos adictivos son la falta de control y la dependencia, es decir, la pérdida de libertad, las adicciones no pueden limitarse exclusivamente a las conductas generadas por sustancias químicas como los opiáceos, los ansiolíticos, la nicotina o el alcohol” (p. 511).

Por lo tanto, lo que intenta explicar es que existen conductas habituales o “normales” que, para quien las realiza pueden resultar inofensivas, sin embargo, con el pasar del tiempo pueden convertirse en adictivas, perjudicando la vida cotidiana sin que, en un principio, se repare en las consecuencias negativas que esa acción produce a nivel familiar, académico, social o de salud. Es decir que no es la conducta en sí lo que provoca adicción, sino la relación que el individuo establece con ella. (Cía, 2013; Echeburúa y Requesens 2012, Echeburúa y Corral, 2010).

En general, el concepto de adicciones conductuales, forma parte del grupo denominado como adicciones psicológicas, que a su vez presenta varias denominaciones como: adicciones comportamentales, no convencionales, sin drogas o sin sustancias, no químicas o no tóxicas.

En referencia a lo anterior, Escurra y Salas (2014), enuncian que se caracterizan por la presencia de un conjunto de comportamientos que, en un principio se reiteran por placer sin que el individuo pueda controlarlos, dando sensaciones de incapacidad en el manejo de la conducta adictiva, convirtiéndose en una necesidad descontrolada, lo cual eleva el nivel de ansiedad y lleva al sujeto a realizar actividades para reducirla (por evitación), por lo tanto se considera una adicción, sin existir necesariamente una sustancia en la acción.

Por su parte, Salas (2014), refiere a Goldberg como el primer psiquiatra en proponer la existencia de trastornos de este tipo, a los cuales prefirió llamar como “uso patológico de ordenadores”. Es Goldberg quien postuló la presencia de adicción a internet, sus características, causas y consecuencias, instrumentos de medición, y la creación de programas de intervención ante su aparición. Todo esto, fue el punto de partida para futuras investigaciones sobre el tema en distintos lugares del mundo.

Es así, que comienzan las diferentes enmarcaciones con respecto al tema. La adicción a internet según Cruzado *et al.* (2006), tiene varios atributos que explican su poder adictivo, como son: “el contenido estimulante, la facilidad de acceso y el bajo costo, la estimulación visual, la anulación de barreras, la capacidad de anonimato, desinhibición y autonomía” (p.203).

Así mismo, de manera concomitante al acceso masivo a las redes irrumpe el desarrollo de las nuevas tecnologías de la información, lo cual cambia no solo la forma como se recogen datos y se accede al conocimiento acerca de cualquier fenómeno o hecho social, sino también sobre la forma como las personas se comportan e interpretan el mundo. Sin embargo, no todos los que acceden a internet son o se convierten en

adictos, muchos usuarios de esta herramienta tecnológica suelen permanecer por mucho tiempo frente a la computadora conectados, sin generar conductas adictivas. (Cía 2013)

Para considerar la presencia de un comportamiento adictivo, se requiere evaluar cómo esta tecnología afecta la conducta, los pensamientos, relaciones con el entorno y la capacidad de control en el uso y dedicación que se hace de la herramienta.

Con la finalidad de caracterizar la presencia de un trastorno adictivo, Luengo (como se citó en Salas Blas, 2014) considera los siguientes criterios:

- Cambios drásticos en los hábitos de vida, con el fin de lograr mayor tiempo de conexión.
- Disminución generalizada de la actividad física.
- Descuido de la salud propia a consecuencia de la actividad en internet.
- Evitación de actividades importantes para disponer de mayor tiempo de conexión.
- Deprivación o cambio en patrones de sueño, por mantenerse más tiempo en red.
- Disminución de la sociabilidad como consecuencia de la pérdida de amistades.
- Negligencia respecto a la familia y amigos.
- Rechazo a dedicar tiempo extra en actividades fuera de la red.
- Deseo de más tiempo para estar frente al ordenador.
- Negligencia respecto al trabajo y las obligaciones personales. (p. 135)

Resulta importante recordar que, una red social es un servicio que permite a las personas crear un perfil en un determinado sistema, público o semipúblico, para poder interactuar en tiempo real con miles de otros usuarios, buscar información y compartir la misma.

Existen distintos tipos de redes sociales, con temas diversos, y que dependiendo precisamente de la función que cada una cumple (formar comunidad, destinadas a compartir contenido audiovisual, a fortalecer contactos laborales, a conseguir trabajo, establecer debates, etc.).

Mamani y Villegas (2019) determinan dos tipos de redes sociales:

- **Redes sociales directas:** “Son servicios a través de internet donde grupos de personas con intereses comunes interactúan entre sí, creando perfiles, controlando la información compartida, con grados de privacidad determinados por los usuarios” (p. 43). Entre ellas se encuentran:

**Facebook:** Creada en 2004, usada para mantener comunicación con amigos, familia y para generar nuevos contactos sociales.

**Twitter:** Red social en tiempo real, permite el contacto con las últimas noticias, se comparten opiniones e ideas y también multimedia, fotos y videos.

**WhatsApp Messenger:** Aplicación de mensajería que en la actualidad es la principal forma de comunicación virtual, es gratuita, solo se necesita una conexión activa a internet. Pueden enviarse contenido multimedia y permite llamadas.

- **Redes sociales indirectas:** Son redes manejadas por un individuo o grupo a cargo de la misma donde se debaten temas puntuales de discusión y donde el usuario no tiene un perfil visible para todos.

La adicción a estas redes sociales, por su parte, implica la existencia de una conducta adictiva mediante la cual se aprenden nuevas recompensas que adquieren relevancia motivacional, luego del uso de redes sociales en exceso y la consecutiva satisfacción del acceso a las mismas (Aguirre y Zurita, 2015). Existe la compulsión por estar siempre conectado a la red social, en la cual se realizan contactos sociales otras actividades de ocio que demandan mucho tiempo. Se trata de un estado donde se pierde el control del uso, hasta el punto en que el usuario experimenta resultados problemáticos que afectan negativamente su vida a nivel de distintos ámbitos: cognitivo, conductual y fisiológico, cuyos resultados serán: pocas horas de sueño y poca actividad física durante largos periodos, trastornos alimenticios, descuido de las actividades de la vida diaria y disminución de la interacción interpersonal fuera de las redes (Aponte, 2007).

Para Ecurra y Salas (2014) personas de todas las edades pueden desarrollar comportamientos adictivos a redes sociales, lo que implica estar en permanente conexión, manteniendo vínculos virtuales en cualquier momento y lugar. Cuando estas actividades se vuelven patológicas pueden afectar las relaciones interpersonales, generando a su vez malestar emocional, ansiedad, inapetencia y/o dificultades para conciliar el sueño. Por lo tanto, ambos autores, plantean que la adicción no depende de la tecnología en sí sino del uso, el porqué y el para qué, que las personas hacen de ella.

Las señales de adicción a redes sociales desencadenan ciertas características en el sujeto, según Young, (citado por Echeburúa y De Corral, 2010) estas son:

- Privarse de sueño (de 5 o más horas), para estar conectado a la red, a la que se dedica unos tiempos de conexión anormalmente altos.
- Descuidar de otras actividades importantes como el contacto con la familia, las relaciones sociales, el estudio, o el cuidado de la salud.

- Recibir quejas en relación con el uso de la red de alguien cercano, como los padres o los hermanos.
  - Pensar en la red constantemente, incluso cuando no se está conectado a ella y sentirse irritado excesivamente cuando la conexión falla o resulta muy lenta.
  - Intentar limitar el tiempo de conexión, pero sin conseguirlo y perder la noción del tiempo.
  - Mentir sobre el tiempo real que se está conectado o jugando a videojuegos.
  - Aislarse socialmente, mostrarse irritable y bajar el rendimiento en los estudios.
  - Sentir una euforia y activación anómala cuando se está delante del ordenador.
- (p. 93)

Si bien, todas las personas de todas las edades pueden desarrollar comportamientos adictivos a redes sociales, existen indicadores; denominados factores de riesgo de abuso y dependencia, que deben considerarse para la realización de una intervención precoz.

Echeburúa y Requesens (2012) consideran:

- **Factores personales:** Características de personalidad o los estados emocionales, intolerancia a estímulos que no le generan placer, tanto físicos (dolores, insomnio o fatiga) como psíquicos (disgustos, preocupaciones o responsabilidades); búsqueda de emociones fuertes, transgresión a las normas, insatisfacción con su vida, carencia de afecto.
- **Factores familiares:** Entornos familiares rígidos, autoritarios, que generen en los hijos sentimientos de rabia y rencor hacia ellos, también entornos demasiado permisivos, inexistente de normas generan una dificultad para el autocontrol, agresividad e impulsividad.
- **Factores sociales:** Las relaciones con personas que abusan del internet, pueden incitar al adolescente a seguir el mismo comportamiento, como también el mantenerse aislado socialmente puede generar mayor necesidad de relacionarse de manera virtual.

Finalmente, es importante remarcar que de manera concomitante a los factores orientadores de adicción a redes sociales (señales de adicción, factores de riesgo o predisponentes), existen herramientas objetivas para conocer el nivel que la conducta adictiva tiene. Es decir, se han desarrollado muchos instrumentos de medición para el grado de adicción a internet y redes sociales, en su mayoría en idioma inglés que han sido adaptados y luego validados en español.

- La **Escala de riesgo de adicción adolescente a redes sociales e internet** de Montserrat *et. al* (2018), consta de 29 ítems que evalúan el riesgo de adicción a internet de acuerdo al empleo de cuatro dimensiones: síntomas-adicción, uso social, rasgos frikis y nomofobia o miedo irracional a no tener el teléfono o a estar incomunicado a internet.
- La **Escala de Adicción a Redes Sociales** de Sahin adaptada por Almenara y Ortiz (2019), está conformada por 26 ítems que recogen información sobre adicción a redes sociales en jóvenes y adolescentes. Consta de cuatro dimensiones: satisfacción - tolerancia, problemas, obsesión por estar informado y necesidad - obsesión por estar conectado.
- Ecurras y Salas (2014), presentan el **Cuestionario de Adicción a Redes Sociales** construido a partir del concepto de “adicciones psicológicas” por lo que debieron sustituir ciertos conceptos como el de “sustancias”, por el de “redes sociales”. Fue evaluado y validado por expertos y puesto a prueba para su confiabilidad. Presenta 24 ítems en tres dimensiones: Obsesión por las redes sociales, Falta de control personal en el uso de las redes sociales y Uso excesivos de las redes sociales.

### **Procrastinación**

La procrastinación puede ser comprendida como el aplazamiento voluntario de los compromisos personales pendientes, a pesar de que exista consciencia por parte del sujeto, de las consecuencias negativas.

Para Steel (2007), la definición etimológica de procrastinación deriva por una parte del verbo en latín *procrastināre*, que significa dilatar la presentación de una actividad de forma voluntaria, y por otra, también deriva de la palabra en griego antiguo *akrasia*, que significa hacer algo en contra del juicio o hacerse daño a uno mismo (p.65)

En la actualidad la Real Academia de la Lengua Española, en la vigésimo segunda edición de su Diccionario de la Lengua Española (2008), define “procrastinar” como “diferir o aplazar”.

Para Díaz Morales (2017), “La procrastinación consiste en la tendencia generalizada de aplazar el inicio y/o finalización de tareas planificadas para ser realizadas en un tiempo determinado” (p.43), y entiende que esta acción suele generar situaciones de malestar en el individuo, quien es considerado como vago e irresponsable. Además, plantea que si las actividades planificadas se realizan en tiempo y forma los beneficios de

su ejecución serán positivos, sin embargo, mientras más se retrase el inicio de actividades, mayores serán las consecuencias negativas de su evitación.

Busko (1998), define a la procrastinación como “una tendencia a retrasar o evitar tareas que deberían ser terminadas” (p. 29). En su estudio por identificar las causas y consecuencias del perfeccionismo y la procrastinación, encuentra que el individuo va a procrastinar sus diligencias de acuerdo al nivel de perfeccionismo al que se exige.

Puede establecerse que la procrastinación es el resultado de un problema en la autorregulación cognitiva, afectiva y emocional que conduce al individuo a la postergación voluntaria, pero inconsciente, del inicio o finalización de actividades programadas, a pesar de conocer las consecuencias negativas de esa acción. (Alegre, 2013; Díaz Morales, 2017).

Según el artículo de revisión teórica de Quant y Sánchez (2012) existen múltiples factores que pueden considerarse predisponentes para el desarrollo de conductas de dilación, de acuerdo a lo expuesto se consideraron los siguientes:

- **Ausencia del autocontrol:** Dificultad en la elección del propio comportamiento, que dificultan la concreción de metas y la toma de decisiones.
- **Presencia de síntomas depresivos y ansiosos:** Implican baja autoestima, pensamientos negativos hacia sí mismos y se creen incapaces de realizar actividades satisfactoriamente.
- **Déficit en autorregulación afectiva, cognitiva y conductual:** incertidumbre, dificultad en el manejo del tiempo, sentimientos negativos frente a la dificultad de la tarea y su realización.
- **Temor al fracaso, baja autoeficacia y baja autocompetencia:** Implica no creer tener habilidades o la capacidad para realizar una tarea de manera efectiva, lo que conlleva a posponer la realización de actividades que consideran complejas, convirtiéndose en una estrategia para disminuir los síntomas de ansiedad.

Para Galarza *et al.* (2017), la procrastinación se encuentra asociada a niveles socioeconómicos bajos, crianza interrumpida, ansiedad frente a situaciones estresantes y baja autoestima.

Por su parte Guzmán (2017), entiende que la presencia de procrastinación en niveles altos desencadena consecuencias fisiológicas, psicológicas y académicas. En cuanto a lo fisiológico el individuo puede presentar fatiga crónica, inquietud, cambios de ánimo e intranquilidad; en el ámbito psicológico, ansiedad, sentimientos de culpa,

frustración, baja autoestima, desesperanza; y en ámbito académico afecta el rendimiento y desempeño esperando por el estudiante.

En cuanto a lo último, para Natividad (2014), la procrastinación ha sido descrita frecuentemente como un fracaso en los procesos de autorregulación del aprendizaje, lo que implica procesos motivacionales, cognitivos y metacognitivos, retrasa el comienzo o la conclusión de la tarea, y supone un fracaso a la hora de encontrar la motivación necesaria para llevarla a cabo, dentro del plazo estipulado.

Los procrastinadores académicos no utilizan estrategias de aprendizaje eficaces y suelen carecer de conocimientos y habilidades metacognitivas. De hecho, no planean posponer las tareas, pero terminan haciéndolo con frecuencia y optando por realizar otras, que suponen más importantes. Por consiguiente, la motivación del estudiante es lo que puede determinar, hasta qué punto procrastinará o no, la realización de una tarea.

De esta manera, Busko (1998), define que la postergación académica es la “tendencia auto-informada, a siempre o casi siempre, posponer tareas académicas.” (p.29)

Para Atalaya y García (2019) la dilación académica es entendida como la “tendencia a dejar de lado las actividades hasta una futura fecha, los implicados en presentar problemas de este tipo son estudiantes, cuya consecuencia es un bajo rendimiento académico y la consiguiente deserción escolar” (p.369). Además, los autores entienden que esta actividad implica un alto nivel de ansiedad, delimitado por la responsabilidad y las características de la personalidad.

Para cuantificar esta variable existen también, instrumentos de medición objetivos o que tienden a la mayor objetividad posible. Este es el caso de las siguientes escalas:

- **La Escala de procrastinación de Tuckman:** es un autoinforme sobre la tendencia a perder tiempo, postergar, evitar, o dejar de lado una actividad. La adaptación argentina del instrumento fue realizada por Furlan *et al* (2010). Este autor redujo a 16 ítems el autoinforme, el cual es utilizado en estudiantes universitarios para facilitar la detección de dificultades significativas en los alumnos, permitiendo planificar programas de intervención precoces. Esta propuesta presenta una unidimensionalidad relacionada a la evitación de la tarea.

- **La escala de procrastinación académica (EPA):** realizada por Deborah Ann Busko en 1998, para analizar las causas y consecuencias del perfeccionismo y de la procrastinación. Se compone de dos subescalas:



1. La Escala de Procrastinación General (EPG) y
2. La Escala de Procrastinación Académica (EPA), la cual se utiliza en estudiantes universitarios.

Fue traducida al español por Óscar Álvarez (2010), y más tarde adaptada y modificada por Domínguez *et al* (2014), quienes realizaron un análisis psicométrico de la escala para aumentar su validez y confiabilidad, garantizando su uso en estudiantes universitarios. Esta versión final consta de 12 ítems y es bifactorial, determina el primer factor como autorregulación del aprendizaje y el segundo como postergación de actividades.

## Definición conceptual

En el siguiente estudio se conceptualizarán las variables Adicción a Redes Sociales y Procrastinación académica.

Se adhiere al concepto de Eскурras y Salas (2014) quienes sostienen que:

“Las adicciones psicológicas se caracterizan porque son comportamientos repetitivos que resultan placenteros en un primer momento, pero una vez que se instalan como hábitos, generan estados de necesidad que no pueden ser controlados y se asocian con altos niveles de ansiedad. Para reducir esta ansiedad las personas desarrollan el comportamiento adictivo; este se produce ya no tanto por la búsqueda de gratificación (placer), sino para reducir el nivel de ansiedad que les produce el hecho de no ejecutarlo (por evitación), en este círculo vicioso es que se desarrollan las adicciones” (p. 74)

Se utilizará el Test de adicción a redes sociales construido por ambos autores que presentan 3 factores o dimensiones:

**1. Obsesión por las redes sociales:** Relacionado al compromiso mental con las redes sociales, pensar constantemente y fantasear con ellas, ansiedad y preocupación por la falta de acceso a redes.

**Sus indicadores son:**

- Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a redes sociales.
- Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.
- El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.
- Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.
- No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.
- Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.
- Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.
- Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.
- Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.
- Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.

**2. Falta de control personal en el uso de las redes sociales:** Preocupación por la falta de control o interrupción en el uso de las redes sociales con el descuido de tareas y estudios.

**Sus indicadores son:**

- Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.
- Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.
- Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.
- Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.
- Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.
- Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales

**3. Uso excesivos de las redes sociales:** Dificultades para controlar el uso, indicando exceso en el tiempo, no ser capaz de disminuir la cantidad de uso.

**Sus indicadores son:**

- Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.
- Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o computadora.
- Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.
- Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.
- Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.
- Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.
- Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).
- Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.

La variable procrastinación académica estará conceptualizada desde la perspectiva de Busko (1998), quien conceptualiza a la procrastinación académica como la “tendencia auto-informada a siempre o casi siempre posponer tareas académicas” (p 29)

Se utilizará la Escala de Procrastinación Académica de Busko adaptada por Domínguez *et al* (2014) en la cual presenta dos factores (dimensionales) para el análisis:

**1. Autorregulación académica:** Proceso activo en el que los estudiantes establecen sus objetivos principales de aprendizaje y a lo largo de este, trata de conocer, controlar y regular sus cogniciones, motivacionales y comportamientos de cara a alcanzar esos objetivos.

**Sus indicadores son:**

- Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes

- Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.
- Asisto regularmente a clases.
- Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.
- Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio
- Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido
- Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.
- Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.
- Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.

**2. Postergación de actividades:** Proceso de regulación de la conducta académica anulado al uso de estrategias de aprendizaje con problemas de autocontrol y organización del tiempo.

**Sus indicadores son:**

- Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.
- Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.
- Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.

**Objetivo General:**

Establecer la existencia de adicción a las redes sociales y la procrastinación académica de los estudiantes del 5to año de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba en el año 2022.

**Objetivos específicos:**

- Determinar la presencia de adicción a redes sociales considerando el grado de obsesión de los alumnos por las redes, la falta de control personal en el uso de las redes y el uso excesivo de redes sociales.
- Identificar la presencia de la procrastinación académica en los alumnos considerando los procesos de autorregulación académica y postergación de actividades.

## CAPÍTULO II

### DISEÑO METODOLÓGICO

#### **Tipo de estudio**

El presente trabajo se llevará a cabo a través de un estudio cuantitativo, descriptivo y de corte transversal.

Es descriptivo ya que permitirá determinar la existencia de adicción a redes sociales y de procrastinación académica, describiendo las diferentes dimensiones junto a sus indicadores pertinentes.

Es transversal porque las variables se estudiarán de manera simultánea, en un único momento definido, mediante la aplicación de instrumentos por única vez. Los datos serán recogidos en un periodo determinado por medio de un corte temporal, comprendido entre julio y diciembre de 2022.

Es cuantitativo por que la información recolectada y analizada será organizada en gráficos que permitan identificar tendencias, realizar predicciones y obtener resultados generales de la población estudiada.

## Operacionalización de la variable

De acuerdo al Marco Teórico donde se definieron conceptualmente las variables del estudio se realiza la operacionalización de la misma con sus dimensiones e indicadores correspondientes.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES
Adicción por las redes sociales	Obsesión por las redes sociales	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.</li><li>2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.</li><li>3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.</li><li>4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.</li><li>5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.</li><li>6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.</li><li>7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.</li><li>8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.</li><li>9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.</li><li>10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.</li></ol>

	<p>Falta de control personal en el uso de las redes sociales</p>	<p>11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.</p> <p>12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.</p> <p>13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.</p> <p>14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.</p> <p>15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.</p> <p>16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.</p>
<p>Adicción por las redes sociales</p>	<p>Uso excesivo de las redes sociales</p>	<p>17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.</p> <p>18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.</p> <p>19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.</p> <p>20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.</p> <p>21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.</p> <p>22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.</p> <p>23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).</p> <p>24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social</p>



VARIABLE	DIMENSION	INDICADORES
Procrastinación Académica	Autorregulación académica	<p>2. Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes</p> <p>3. Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.</p> <p>4. Asisto regularmente a clases.</p> <p>5. Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.</p> <p>8. Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio</p> <p>9. Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido</p> <p>10. Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.</p> <p>11. Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.</p> <p>12. Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.</p>
	Postergación de actividades	<p>1. Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.</p> <p>6. Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.</p> <p>7. Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.</p>

## Población y muestra

La población estará comprendida por los estudiantes de 5to año de la Carrera Lic. Enfermería perteneciente a la Universidad Nacional de Córdoba, facultad de Cs Médicas, Escuela de Enfermería, durante el ciclo lectivo 2022.

Se tomará como criterio de inclusión a los alumnos inscriptos en todas las materias de 5to año y que se encuentren regulares en la carrera. Serán excluidos aquellos que no tengan redes sociales activas.

Según el dato estadístico del Sistema Guaraní perteneciente a la UNC, fueron 478 alumnos los inscriptos a quinto año. Por lo tanto, se tomará como dato estimado.

El tamaño de la muestra será tomado a través del método de muestreo aleatorio simple. Será representativa porque tiene "Nivel de confianza y Margen de error" y permitirá inferir los resultados a la población. Como se trabajará con una población finita (>100.000) se utilizará la siguiente fórmula:

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

N= 478 (población que ya se conoce)

Z= 1.96 (teniendo una confiabilidad del 95%)

e= 0.005 (con un margen de error del 5%)

p= 0.5 (probabilidad a favor)

q= 0.5 (probabilidad en contra, porque q= 1-0.5 = 0.5)

$$n = \frac{(3.84) \cdot (478) \cdot (0.50) \cdot (0.50)}{(0.0025) \cdot (477) + (3.84) \cdot (0.50) \cdot (0.50)} = \frac{458.9}{2.15} \Rightarrow 213.4 \rightarrow 213$$

Según los cálculos realizados la muestra será de 213 personas.

## **Fuentes, técnicas, e instrumentos de recolección de datos**

Los datos para este proyecto de investigación serán recolectados mediante **fuentes primarias**, debido a que la información se obtendrá directamente de la población en estudio: Estudiantes de 5to año de la Escuela de Enfermería de la UNC.

La **técnica** que se utilizará para la recolección de datos será la encuesta en modo de cuestionarios auto-administrados, relacionados a las variables en estudio y sus respectivas dimensiones e indicadores.

Se administrarán los cuestionarios a través de **instrumentos validados**, que presentan una introducción que explica la manera de completarlo y el propósito del tema abordado. Todos serán completados de manera anónima.

En un primer momento se entregará un cuestionario de presentación que consta de 10 preguntas con datos socio-demográficos y personales.

Luego se aplica el Cuestionario de Adicción a Redes Sociales de Salas y Ecurra, el cual cuenta con 24 ítems y debe contestarse marcando con una cruz en las opciones: Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Rara vez, Nunca; y se puntúa de 0 a 4.

Del ítem 1 al 10 pertenece a la dimensión Obsesión por las redes sociales; del 11 al 16, pertenece a la Falta de control personal y del 17 al 24 al Uso excesivo de las redes.

También se utilizará la Escala de Procrastinación Académica de Busko adaptada por Domínguez *et al.* (2014), que consta de 12 ítems con cinco opciones de respuestas: Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre) y se puntúa con una escala tipo Likert del 1 al 5. Los ítems 2, 5, 6, 7, 10, 11, 12,13 y 14 pertenecen a la dimensión Autorregulación del aprendizaje, mientras que el 1, 8 y 9 a la dimensión Postergación de actividades.

Esta escala puede ser administrada individual o colectivamente, siendo el tiempo de aplicación entre 10 y 15 minutos.

Estos datos permitirán identificar la presencia de adicción a redes sociales y de procrastinación académica en los alumnos.

## PLANES

### Plan de recolección de datos:

El instrumento para la recolección de datos, será aplicado a los estudiantes del 5to año de la Escuela de Enfermería durante el ciclo lectivo 2023.

- En primera instancia, se solicitará previa autorización a la Directora de la Escuela de Enfermería de la Facultad de Ciencias Médicas para llevar a cabo el proyecto. (ANEXO 1)
- Luego se solicitará el permiso a los docentes de las materias de 5to año que son: Taller de trabajo Final, Administración y Deontología y Enseñanza en enfermería para ingresar durante los días de dictado de clases a realizar las encuestas. (Se avisará a los alumnos que aquellos que ya realizaron el cuestionario en otra asignatura no deben volver a realizarlo).
- Más tarde se entregará el consentimiento informado para ser firmado por cada alumno. (ANEXO 2)
- Se entregará el cuestionario de presentación donde colocarán datos sociodemográficos. (ANEXO 3)
- Por último, se entregará el cuestionario de Adicción a Redes Sociales y el de Procrastinación Académica. (ANEXO 4 y 5) Ambos se realizarán en un tiempo estimado entre 15 a 30 minutos para que cada estudiante responda.

## Plan de procesamiento de datos:

- Los datos obtenidos a través de los cuestionarios serán numerados (del 1 al 213) ordenados en una Tabla matriz por cada instrumento utilizado realizada en una planilla de Excel. (ANEXO 6 y 7).
- Posteriormente se realizará la tabulación de los datos organizados en la Tabla Matriz en una Tabla de Frecuencias, igualmente una por cada cuestionario utilizado. Se realizará en un primer momento la organización de los datos sociodemográficos y personales, luego se continuará con las variables estudiadas. Se procederá al establecimiento de frecuencias absolutas y porcentajes para cada variable en estudio respecto a sus dimensiones: Obsesión a redes sociales, falta de control personal y uso excesivo para uno y postergación de actividades y autorregulación del aprendizaje para el otro.
- Categorización: El **Test de adicción a las redes sociales** de Ecurra y Salas (2014) está conformado por 24 ítems, y con un sistema de calificación de cinco puntos, desde 0 a 4. (0) nunca, (1) rara vez, (2) algunas veces, (3) casi siempre, y (4) siempre. El puntaje final se obtendrá sumando cada valor de los 24 indicadores según la respuesta obtenida. El valor máximo de puntos a obtener es 96, por lo cual se valoraría el nivel de adicción general de 0 a 96, a mayor puntaje se considera mayor conducta adictiva.

Los ítems están distribuidos en 3 factores o dimensiones. Por lo tanto, es conveniente separar este puntaje entre dimensiones para poder identificar en que aficción está teniendo mayores problemas, así pues, un individuo puede tener obsesión por redes sociales sin que ello signifique una falta de control en el uso de ellas, lo que permitirá además pensar en programas de ayuda más adecuados:

- 1. Obsesión por las redes sociales:** corresponde al aspecto cognitivo en relación a las redes sociales, tener pensamientos sobre ellas, imaginar situaciones relacionadas a las redes, etc. Esta dimensión está conformada por 10 ítems, por lo cual su escala de valoración será de 0 a 40, mientras más se aproxime a 40 puntos será mayor su obsesión por las redes sociales.
- 2. Falta de control personal en el uso de las redes sociales:** Tiene relación a la dificultad para organizar y regular el uso de las redes, lo que conlleva mayormente al descuido personal y de actividades y diligencias que quedan desplazadas. Esta dimensión está conformada por 6 ítems. Por lo que su escala de valoración será de 0 a 24 puntos. A mayor aproximación a 24, mayor es la falta de control.

**3. Uso excesivo de las redes sociales:** Se refiere mayormente al tiempo destinado al uso de las redes. Está constituido por 8 ítems, por lo tanto, de valorará de 0 a 32 puntos. El puntaje más cercano a 32 indicaría un uso excesivo de las redes.

**La escala de procrastinación académica (EPA)** (adaptada por Domínguez et al., 2014): Esta adaptación consta de 12 ítems que se califican de 1 a 5 puntos. (1) Nunca, (2) Pocas veces, (3) A veces, (4) Casi siempre, (5) Siempre. No se puede realizar una suma general sino una por dimensión ya que están mezcladas en el mismo instrumento, y tienen aspectos negativos y positivos:

**1. Postergación de actividades:** Se refiere a posibilidad de dejar diligencias y obligaciones escolares para más tarde. Contiene solo 3 ítems, se evaluará de 0 a 15 puntos. A mayor puntaje tendrá una mayor conducta procrastinadora.

**2. Autorregulación académica:** Encuadra la capacidad de manejo de nuestras obligaciones académicas y cumplimiento de responsabilidades. Contiene 9 ítems, al tener aspectos positivos el mayor puntaje indicaría una mejor conducta autoregulada sobre cuestiones académicas, por lo tanto, indicaría una baja probabilidad de ser procrastinador.

### **Plan de presentación de datos**

La presentación de los datos se realizará mediante tablas simples, de simple y doble entrada y gráficos representativos.

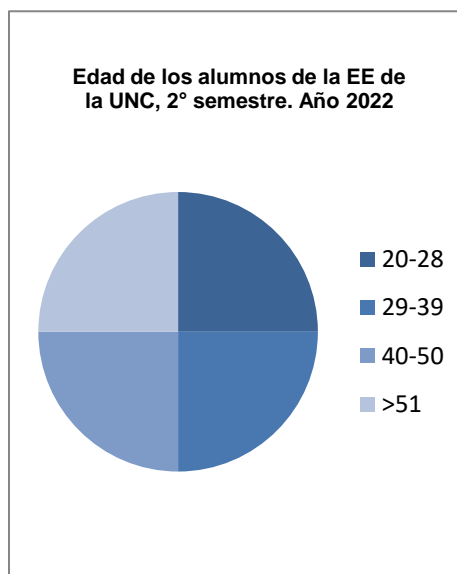
## TABLAS Y GRÁFICOS: DATOS DEMOGRÁFICOS

Datos personales de los estudiantes de la Escuela de Enfermería del ciclo lectivo 2022 que cursan el 5to año.

**Tabla 1**

Edad de los alumnos de 5to año de la EE de la UNC del segundo semestre. Año 2022		
Edad	F	%
20-28		
29-39		
40-50		
>51		
<b>TOTAL</b>	<b>213</b>	<b>100</b>
Fuente: Cuestionario autoadministrado. Datos sociodemográficos		

**Gráfico 1**

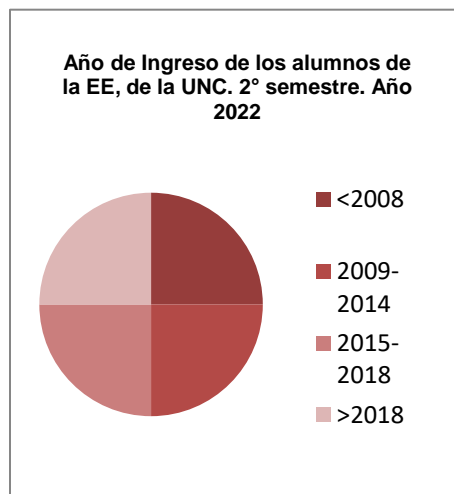


Fuente: Tabla 1. Datos sociodemográficos

**Tabla 2**

Año de ingreso de los alumnos de 5to año de la EE de la UNC del segundo semestre. Año 2022		
Año Ingreso	F	%
<2008		
2009-2014		
2015-2018		
>2018		
<b>TOTAL</b>	<b>213</b>	<b>100</b>
Fuente: Cuestionario autoadministrado. Datos sociodemográficos		

**Gráfico 2**

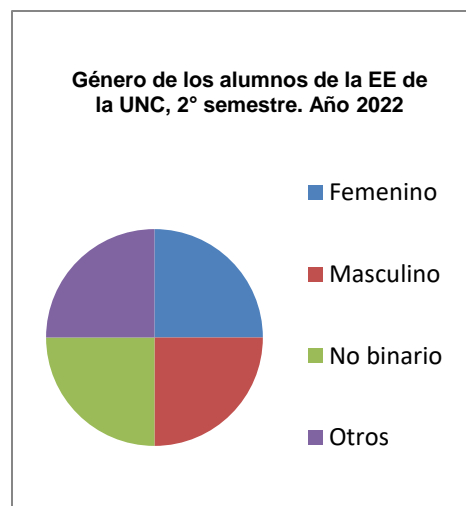


Fuente: Tabla 2. Datos sociodemográficos

**Tabla 3**

Género de los alumnos de 5to año de la EE de la UNC del segundo semestre. Año 2022		
Género	F	%
Femenino		
Masculino		
No binario		
Otros		
<b>TOTAL</b>	<b>213</b>	<b>100</b>
Fuente: Cuestionario autoadministrado. Datos sociodemográficos		

**Gráfico 3**



Fuente: Tabla 3. Datos sociodemográficos

**Tabla 4**

Nacionalidad de los alumnos de 5to año de la EE de la UNC del segundo semestre. Año 2022		
Nacionalidad	F	%
Argentina		
Peruana		
Boliviana		
Otra		
<b>TOTAL</b>	<b>213</b>	<b>100</b>
Fuente: Cuestionario autoadministrado. Datos sociodemográficos		

**Gráfico 4**



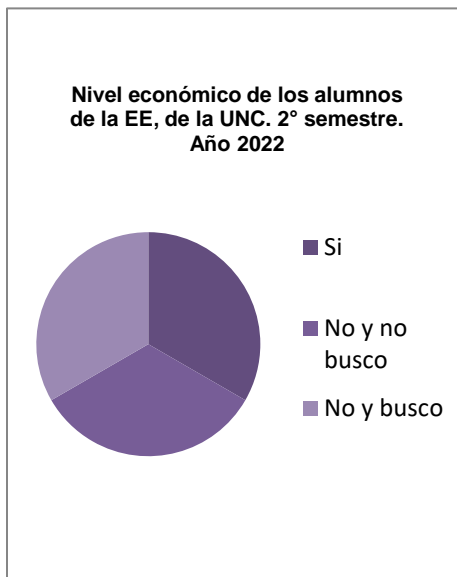
Fuente Tabla 4. Datos sociodemográficos



**Tabla 5**

Nivel económico de los alumnos de 5to año de la EE de la UNC del segundo semestre. Año 2022		
Trabaja	F	%
Si		
No, y no busco		
No y busco		
<b>TOTAL</b>	<b>213</b>	<b>100</b>
Fuente: Cuestionario autoadministrado. Datos sociodemográficos		

**Gráfico 5**



**Tabla 6**

Estado familiar de los alumnos de 5to año de la EE de la UNC del segundo semestre. Año 2022		
Hijos	F	%
No		
1--2		
2--3		
>3		
<b>TOTAL</b>	<b>213</b>	<b>100</b>
Fuente: Cuestionario autoadministrado. Datos sociodemográficos		

**Gráfico 6**

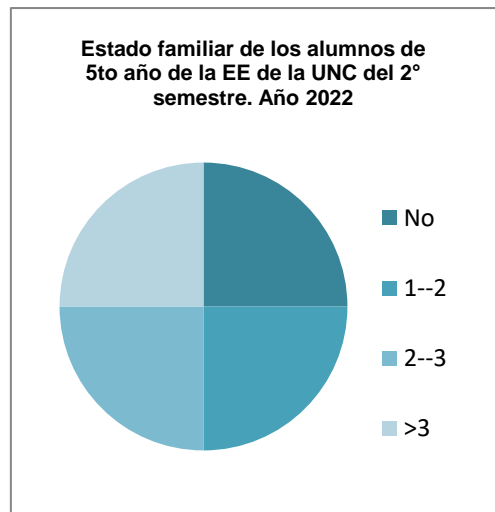


TABLA N° 7: Adicción a redes sociales

Obsesión por las redes sociales en alumnos de la EE de la UNC, 2° semestre. Año 2022

Obsesión por las redes sociales	Nunca		Casi nunca		Rara vez		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales												
Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales												
El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más												
Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.												
No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales												
Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales												
Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.												
Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja												
Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo												
Generalmente permanezco más tiempo en las redes del que inicialmente había destinado.												
<b>TOTAL</b>												

Fuente: Cuestionario autoadministrado. Test de adicción de redes sociales

Falta de control personal en el uso de redes sociales en alumnos de la EE de la UNC. 2° semestre. Año 2022

Falta de control personal en el uso de redes sociales	Nunca		Casi nunca		Rara vez		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales												
Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales												
Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días												
Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.												
Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales												
Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales												
<b>TOTAL</b>												

Fuente: Cuestionario autoadministrado. Test de adicción a redes sociales

Uso excesivo de las redes sociales en alumnos de la EE de la UNC, 2º semestre.

Año 2022

Uso excesivo de las redes sociales	Nunca		Casi nunca		Rara vez		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales												
Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora												
Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales												
Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales												
Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.												
Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales												
Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).												
Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social												
<b>TOTAL</b>												

Fuente: Cuestionario autoadministrado. Test de adicción a redes sociales.

Tabla N° 8: Procrastinación Académica

Autoregulación académica en alumnos de la EE de la UNC, 2° semestre. Año 2022

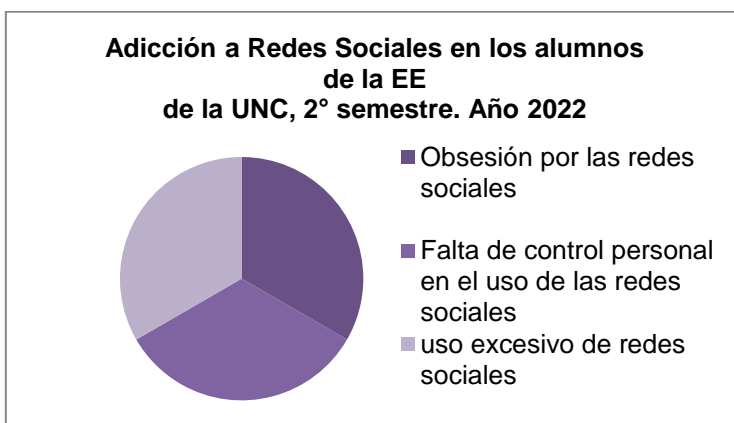
Autoregulación académica	Nunca		Pocas veces		A veces		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.												
Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.												
Asistoregularmente a clases.												
Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.												
Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio												
Invierto el tiempo necesario en estudiar aún cuando el tema sea aburrido												
Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.												
Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.												
Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.												
<b>TOTAL</b>												

Fuente: Cuestionario autoadministrado. Escala de procrastinación académica

Postergación de actividades en alumnos de la EE de la UNC, 2° semestre. Año 2022

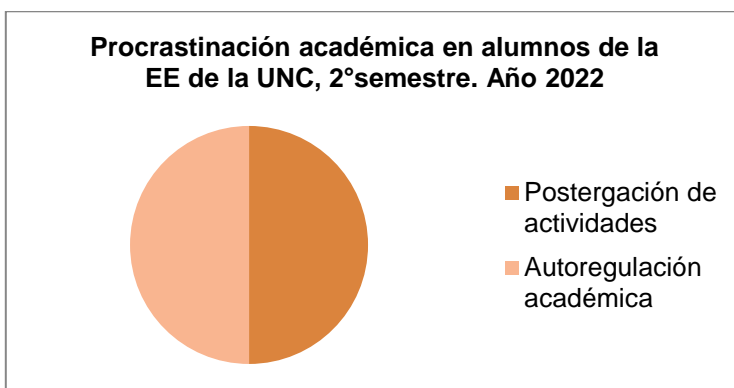
Postergación de actividades	Nunca		Pocas veces		A veces		Casi siempre		Siempre		TOTAL	
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto												
Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.												
Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.												
<b>TOTAL</b>												

Gráfico 7



Fuente: Tabla 7. Datos de Test de adicción a redes sociales

Gráfico 8



Fuente: Tabla 8. Datos de Escala de procrastinación académica.

### Análisis de datos:

Se analizarán los datos mediante la aplicación de estadística descriptiva a través del análisis e interpretación de datos que facilitarán el logro de los objetivos propuestos destinados a: determinar el grado de obsesión por las redes sociales de los alumnos, la capacidad de autocontrol personal con respecto al internet y el tiempo destinado a su uso e Identificar la tendencia a posponer tareas académicas en los alumnos.

### CRONOGRAMA

ACTIVIDADES	PERIODO 2023						
	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPT	OCT	NOV
Revisión del Proyecto							
Recolección de datos							
Procesamiento de datos							
Presentación de resultados							
Análisis de resultados							
Redacción del informe							

## PRESUPUESTO

<b>PRESUPUESTO ESTIMADO PARA LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO EN EL AÑO 2023</b>				
<b>CONCEPTO</b>	<b>DETALLE</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>COSTO UNITARIO</b>	<b>TOTAL</b>
RRHH	Investigadores	4	-	-
VIATICOS	Transporte	16	\$50	\$800
MATERIALES	Fotocopias	500	\$1.50	\$750
	Folios A4	12	\$8	\$96
	Lapiceras	4	\$40	\$160
	Carpetas A4	4	\$150	\$600
	Resaltadores	2	\$120	\$240
IMPREVISTOS	-	-	\$1000	\$1000
TOTAL				\$3646



## REFERENCIAS

- Acero, P. (2016). La naturaleza de la procrastinación: una revisión metaanalítica y teórica del fracaso autorregulador por excelencia. *Psychological Bulletin*, 133 (1), 65–94  
[https://www.academia.edu/25615833/The\\_nature\\_of\\_procrastination\\_A\\_meta\\_analytic\\_and\\_theoretical\\_review\\_of\\_quintessential\\_self\\_regulatory\\_failure](https://www.academia.edu/25615833/The_nature_of_procrastination_A_meta_analytic_and_theoretical_review_of_quintessential_self_regulatory_failure)
- Aguirre, P. M. y Zurita, A. (2015). *Ciberadicción y funcionalidad familiar en adolescentes de octavo de básica y tercer año de bachillerato en el colegio militar Miguel Iturralde de Portoviejo y colegio militar Eloy Alfaro*. Tesis de título. Ecuador.  
[http://repositorio.puce.edu.ec/discover?rpp=10&etal=0&query=ciberadiccion&group\\_by=none&page=1](http://repositorio.puce.edu.ec/discover?rpp=10&etal=0&query=ciberadiccion&group_by=none&page=1)
- Alegre, A. A. (2013). *Autoeficacia y procrastinación académica en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana*. *Propósitos y Representaciones*, 1(2), 57- 82.  
<http://revistas.usil.edu.pe/index.php/pyr/article/view/29>
- Aponte, R. (2017). *Adicción a internet y su relación con factores familiares en adolescentes de 15 a 19 años*. Tesis de título. Universidad Nacional de Loja, Ecuador. <https://dspace.unl.edu.ec/jsui/handle/123456789/18327>
- Área de Estadística e Indicadores Institucionales, AEsII (2020). Anuario estadístico 2020. Secretaria General, UNC, pp. 69; 78; 98. <https://www.unc.edu.ar/programa-de-estad%C3%ADsticas-universitarias/anuarios-estad%C3%ADsticos>
- Atalaya, L. y García Ampudia, L. (2019). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378.  
<https://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/psico/article/view/17435/14661>
- Belçaguy, M. N. y Cimas, M. y Cryan, G. (2015). Usos y abusos de las Tics en estudiantes secundarios y universitarios. *VII Congreso Internacional de Investigación y Práctica*

*Profesional en Psicología XXII Jornadas de Investigación XI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR.* Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-015/11>

Bonilla, L.A. y Hernández, A. L. (2012). Impacto de la dependencia a las redes sociales virtuales sobre las habilidades sociales en estudiantes de la facultad de psicología de la Universidad de San Buenaventura extensión Ibagué. *Revista psicología científica* 14(20)<http://www.psicologiacientifica.com/dependencia-redes-sociales-habilidades-sociales-estudiantes-universitarios>

Bolaños-Castro, S. y Rodríguez-Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima metropolitana. *Av. Psicol.* 25 (2), 189 - 196.

Bruno, M. A yTelgado, B. (2018) Uso de las redes sociales en estudiantes universitarios y las implicancias en sus prácticas académicas y cívicas. Ponencia Mendoza. <https://bdigital.uncu.edu.ar/13074>

Busko, D. A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: a structural equation model.* University of Guelph. <https://hdl.handle.net/10214/20169>

Cárdenas Mass, P. M., Hernández Marín, G. y Cajigal Molina, E. (2021). *Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios de una Institución Pública.* Revista RedCA, 3(9), 18-40.

Carneiro, R., Toscano, J. C. y Díaz T. (2021) Los desafíos de las TIC para el cambio educativo. Fundación Santillana. España.<https://www.oei.es/uploads/files/microsites/28/140/lastic2.pdf>

Cía A. H. (2013) Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las

- clasificaciones categoriales vigentes. *Revista de Neuro Psiquiatría*. 76 (4), 210-217. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=372036946004>
- Cortés, C., Cruz, J. D., Ramírez, A., Lozano, R. y Luna, M. (2020). Acceso y actitud del uso de Internet entre jóvenes de educación universitaria. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 14(1), e1174. <https://dx.doi.org/10.19083/ridu.2020.1174>
- Cruzado, L., Matos, L. y Kendall, R. (2006). *Adicción a internet. Perfil clínico y epidemiológico de pacientes hospitalizados en un instituto nacional de salud mental*. *Revista Médica Herediana*, 17(4), 196-205. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018130X2006000400003&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1018130X2006000400003&script=sci_arttext)
- De Pablos, J. y Correa, J. M. (2009). Nuevas tecnologías e innovación educativa. *Revista Psicodidáctica*. 14(1) p.133-145. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17512723009>
- Domínguez Lara, S. A., Villegas García, G. y Centeno Leyva, S.B., (2014) Procrastinación académica: validación de una escala en una muestra de estudiantes de una universidad privada. *LIBERABIT*. 20(2). 293-304
- Echeburúa E.; de Corral P., y Amor, P. J. (2005) El reto de las nuevas adicciones: Objetivos terapéuticos y vías de intervención. *Psicología Conductual*. 13(3) 511-528. [https://www.behavioralpsycho.com/wpcontent/uploads/2020/04/12.Echeburua\\_13-30a.pdf](https://www.behavioralpsycho.com/wpcontent/uploads/2020/04/12.Echeburua_13-30a.pdf)
- Echeburúa, E. y De Corral, P. (2010) Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*. 22(2) 91-95 <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=289122889001>

- Echeburúa, E. y Requesens, A. (2012) *Adicción a las redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes*. Guía para educadores. Ediciones Pirámide. <http://omextad.salud.gob.mx/contenidos/investigaciones/Guiaparaeducadores.pdf>
- Escurra, M. y Salas, E. (2014). *Construcción y validación del cuestionario de adicción a las redes sociales*. *Liberabit*, 20(1), 73-91. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272014000100007&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272014000100007&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Fernández Montalvo, J. y Echeburúa, E. (1998). *Laboro-dependencia: cuando el trabajo se convierte en adicción*. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 3(2), 103-120.
- Ferraz Da Cunha, E. y Martínez-Serrano M. Del C. (2015) "Uso de las redes sociales por los alumnos universitarios de Educación: Un estudio de caso de la península Ibérica". *Tendencias pedagógicas* 28, 33-44. <https://doi.org/10.15366/tp2016.28.003>
- Ferrari, J., Johnson, J. y McCown, W. (1995). *Procrastinación y evitación de tareas. Teoría, investigación y tratamiento*. Nueva York: Plenum Press. 1º Ed. Pp. 10-268.
- Furlan, L., Heredia, D., Piemontesi, S., Illbele, A., Sánchez Rosas, J. (2010). *Adaptación de la escala de procrastinación de Tuckman para estudiantes universitarios*. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII. Bs As, Argentina. [https://www.researchgate.net/publication/266737323\\_Adaptacion\\_de\\_la\\_escala\\_de\\_procrastinacion\\_de\\_Tuckman](https://www.researchgate.net/publication/266737323_Adaptacion_de_la_escala_de_procrastinacion_de_Tuckman)
- Furlan, L., Piemontesi, S., Illbele, A., y Sánchez Rosas, J., (2010). *Procrastinación y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de psicología de la UNC*. II

- Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII.  
Bs As, Argentina. <https://www.aacademica.org/000-031/416>
- García, B.; Gutiérrez, C.; Mujica, M. y Henríquez, M. (2016). Paradojas, contrastes y aproximación ética en el uso de las TIC desde la Educación Superior. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 15(29), 29-48. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5738281>
- González Gaeta, M.L. y Arroyo, J. (2016) Relación tiempo de estudio/ autorregulación del aprendizaje y desempeño académico en estudiantes universitarios. *Revista Investigación Educativa*. (23) 142-166  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1870-53082016000200142](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-53082016000200142)
- Graells Marquez, P. (2012) Impacto de las TIC en la educación: Funciones y limitaciones. 3c TIC cuadernos de desarrollo aplicados a las TIC. 2(1) 1-15  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4817326.pdf>
- Iovino, G.A. (2011) Reseña de "TELEPOLIS" DE JAVIER ECHEVERRÍA. *Razón y Palabra*. (75) <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199518706024>
- Kemp, S. (2021). Digital Global Overview Report. Hootsuite. Reino Unido, p. 3 – 300.  
<https://wearesocial.com/uk/blog/2021/01/digital-2021-uk/>
- Linne, J. (2013) “Estudiar en Internet 2.0. Prácticas de jóvenes universitarios de la Ciudad de Buenos Aires”. *Comunicación y sociedad*, (23), 195-213.  
[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-252X2015000100009](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-252X2015000100009)
- Mamani Aquino, A. L. y Villegas González, D. (2019). *Adicción a redes sociales y su relación con la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario de una Institución Educativa Privada en Lima-Este*. Tesis, pp. 16-92.  
<https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/1697>

Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM 5), (2014). España, 5<sup>o</sup> Ed. Editorial Panamericana. Cap. Trastornos relacionados con sustancias y trastornos adictivos. Pp. 481-490.

Matalinares Calvet, M. L.; Díaz Acosta, A. G.; Rivas Díaz, L. H. & al. (2017).

*Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima*. Horizonte de la Ciencia, FE/UNCP 7(13), 63-81. Recuperado el 03/09/2021 de

<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/horizontedelaciencia/article/view/313>

Natividad, S. (2014). *Análisis de procrastinación en estudiantes universitarios*. Tesis

Doctoral. Universidad de Valencia. <https://studylib.es/doc/6628718/tesis-luis-a.-natividad---roderic>

Organización Mundial de la Salud. (1994). *Glosario de términos de alcohol y drogas*.

Madrid. Pp. 13. <https://www.institutocastelao.com/definicion-de-adiccion/>

Organización Mundial de la Salud. OMS (1994). Lexicon of psychiatric and mental health

terms. 2da Ed. Geneva. [https://www.who.int/fctc/reporting/glossary\\_fctc/es/](https://www.who.int/fctc/reporting/glossary_fctc/es/)

Padilla Romero, C. y Ortega Blas, J. (2017). Adicción a las redes sociales y

sintomatología depresiva en universitarios. *CASUS* 2(1), 47-53.

<http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/252>

Pardo-Bolívar, D., Perilla-Ballesteros, L. y Salinas- Ramírez, C. (2014) Relación entre

Procrastinación Académica y Ansiedad-Rasgo en estudiantes de psicología.

*Cuadernos hispanoamericanos de psicología* 14(1), 31-44.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5493101>

Pedrero Pérez, E. J., Ruiz Sánchez de León, J. M., Rojo Mota, G., Llanero Luque, M.,

Pedrero Aguilar, J., Morales Alonso, S., & Puerta García, C. (2017). Tecnologías

de la Información y la Comunicación (TIC): abuso de Internet, videojuegos,

teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el

- MULTICAGE-TIC. *Adicciones*, 30(1),19-23. <https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/806>
- Peña García, G., Ley Peña S., Castro Balsi, J., Madrid González, P., Apodaca Castro F. y Aceves Márquez, E. (2019). *Predominio de las TIC y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios en el área de salud. RITI Journal*, 7(13), 83-91.
- Porras, M., Ortega, F. (2021). *Procrastinación, ansiedad y rendimiento académico. Interdisciplinaria*, 38(2), 243-258. <https://rodin.uca.es/handle/10498/25285>
- Quant, D.M. y Sánchez, A. (2012) *Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. Revista vanguardia psicológica clínica teórica y práctica*, 3(1), 45-59. Recuperado el 15/08/2021 de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Quiñones Sare, M. (2018). *Procrastinación y adicción a las redes sociales en estudiantes de administración de una universidad privada de Trujillo*. Facultad de Medicina Humana. Escuela profesional de psicología. Perú. 11 – 82.
- Ramirez Ayala, A. (2019). *La procrastinacion académica: teorías, elementos y modelos*. Universidad Peruana Unión. Trabajo de investigación. 1-12. [https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as\\_sdt=0%2C5&q=procrastinaci%C3%B3n+causas+y+consecuencias&oq=procrastinaci%C3%B3n%2Bcausas#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DvcMiUDA1jWkJ](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=procrastinaci%C3%B3n+causas+y+consecuencias&oq=procrastinaci%C3%B3n%2Bcausas#d=gs_qabs&u=%23p%3DvcMiUDA1jWkJ)
- Real Academia Española. (2005). *Diccionario panhispánico de dudas*. Recuperado el 20/08/2021 de <https://www.rae.es/dpd/adicci%C3%B3n>
- Rodríguez Durán, C. T. (2017) *Relación entre procrastinación académica y la autorregulación emocional en una muestra de estudiantes de psicología: caso PUCESA. I Congreso de: Ciencia sociedad e investigación universitaria*, Ambato, Ecuador. <http://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2074>

- Roldán, C. P. (2016) Rendimiento académico: Una mirada desde la procrastinación y la motivación intrínseca. *Khtharsis: Revista de Ciencias Sociales* (21) 241-271.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5733142>
- Salas Blas, E. (2014). *Adicciones psicológicas y los nuevos problemas de salud*. Facultad de Ciencias de la Comunicación, Turismo y Psicología. Lima, Perú. *Rev. Cultura* (28) 111-143. [https://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU\\_28\\_1\\_adicciones-psicologicas-y-los-nuevos-problemas-de-salud.pdf](https://www.revistacultura.com.pe/revistas/RCU_28_1_adicciones-psicologicas-y-los-nuevos-problemas-de-salud.pdf)
- Saliceti, F. (2014). *Internet Addiction Disorder (IAD)*. *Procedia, Social and Behavioral Sciences* (191)1372-1376.
- Scheker Andújar C. (2015) Congreso Iberoamericano de Ciencia y Tecnología. Buenos Aires, Argentina.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042815025525>
- Steel, P. (2007). La naturaleza de la procrastinación: una revisión metaanalítica y teórica del fracaso autorregulador por excelencia. *Boletín psicológico*, 33(1), 65-85.  
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2F0033-2909.133.1.65>
- Terán Prieto, A. (2019). *Ciberadicciones a las nuevas tecnologías (NTIC)*. Congreso de actualización en pediatría. AEPaP, Madrid. Lúa ed. Vol. 3. p. 131-141.  
[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.aepap.org/sites/default/files/pags\\_131142\\_ciberadicciones.pdf&ved=2ahUKEwiYo8SJr8XyAhWQrpUCHVrGBFsQFnoECB4QAQ&usq=AOvVaw0\\_u4fedhjdOq7msivBWiQT](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.aepap.org/sites/default/files/pags_131142_ciberadicciones.pdf&ved=2ahUKEwiYo8SJr8XyAhWQrpUCHVrGBFsQFnoECB4QAQ&usq=AOvVaw0_u4fedhjdOq7msivBWiQT)
- Umerenkova, A. y Flores, J. (2016) El papel de la procrastinación académica como factor de la deserción universitaria. *Revista complutense de Educación* 28(1) 307-324.  
[https://doi.org/10.5209/rev\\_RCED.2017.v28.n1.49682](https://doi.org/10.5209/rev_RCED.2017.v28.n1.49682)
- Vega Gea, E., González Muñoz, J. y Zapata Acevedo, S. (2021). *Uso problemático de internet por estudiantes universitarios de Colombia*. *Digital education review*. 39, 121-136.



Vergara, F. (2020). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adultos entre 18 y 35 años, residentes en CABA y Gran Buenos Aires*. Tesis de grado. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Argentina de la Empresa. p. 6-34.

## ANEXOS

### ANEXO N° 1

A la Sra. Directora  
De la Escuela de Enfermería  
De la Facultad de Cs. Médicas  
De la Universidad Nacional de Córdoba.

S \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ D

Tenemos el agrado de dirigirnos a UD. A fin de solicitar autorización para la ejecución del proyecto de investigación sobre el tema "*Adicción a redes sociales y procrastinación académica*" de esta institución educativa. Siendo los autores del mismo los técnicos en enfermería Calderón, Florencia DNI 35.785.235 Ducca, Emiliano DNI Ferrari, Enzo DNI 38.279.490 y Heredia, Gimena DNI, egresados de esta unidad académica.

El objetivo de la misma es la ejecución del proyecto de investigación, el cual fue presentado y aprobado como requisito para finalizar los estudios de grado. Por tal motivo se solicita su apreciable colaboración y predisposición.

Sin otro particular, saludan atte.

**“CONSENTIMIENTO INFORMADO”**

**Título de la investigación:** *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba en el segundo semestre del año lectivo 2022.*

Mediante el presente documento, se solicita su consentimiento para brindar información que se utilizará en un estudio que tiene como objetivo establecer la existencia de adicción a las redes sociales y de procrastinación académica los estudiantes de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba en el segundo semestre del año lectivo 2022.

La decisión de participar es voluntaria. Si acepta, se garantiza el anonimato, confidencialidad de sus respuestas y el derecho de abandonarlo cuando desee. Los datos obtenidos serán utilizados únicamente con fines investigativos.

Su contribución favorecerá la obtención de información para el actual estudio sobre adicción a redes y procrastinación académica, como así también la realización de estudios posteriores relacionados al tema.

Si le surge alguna pregunta o desea más información respecto a la investigación no dude en consultarla.

Al firmar este documento significa que ha comprendido esta información presentada y ha decidido participar.

Firma del Participante.....

Fecha..... Firma del Investigador.....

Córdoba..... 2022

### ANEXO N°3

Ud. participará voluntariamente del estudio sobre procrastinación académica y adicción a redes sociales que realizarán los alumnos de la Escuela de Enfermería de la Universidad Nacional de Córdoba, por lo que le pedimos sinceridad en sus respuestas. Antes de responder a los cuestionarios le pedimos que nos proporcione los siguientes datos:

**Edad:** .....

**Género:**

Femenino ( )      Masculino ( )      No binario ( )      Otro.....

**Nacionalidad:**

Argentina ( )      Boliviana ( )      Peruana ( )      Otra.....

**Año de ingreso a la carrera**.....

**Año que cursa actualmente**.....

**Cantidad de materias adeudadas**.....

**¿Trabaja actualmente?**

Sí ( )      No, y no busco ( )      No, estoy buscando ( )

**¿Tiene Hijos?**

(SI)      (NO)      ¿Cuántos?.....

**¿Tiene redes sociales activas?**

(SI) (NO)

**Si su respuesta es NO, por favor, entregue los cuestionarios al encuestador**

**Muchas gracias**

## ANEXO N° 4

### ARS(Escurra y Salas)

A continuación, se presentan 24 ítems referidos al uso de las redes sociales propuestos por los autores Escurra y Salas (2014), por favor conteste a todos ellos con sinceridad, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque (X) en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace:

Siempre **S** Casi siempre **CS** Algunas veces **AV** Rara vez **RV** Nunca **N**

N° ITEM	DESCRIPCIÓN	RESPUESTAS				
		S	CS	AV	RV	N
1.	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2.	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3.	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4.	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5.	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6.	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7.	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8.	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9.	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10.	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11.	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12.	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13.	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					
14.	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15.	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16.	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17.	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18.	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19.	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20.	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21.	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22.	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23.	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24.	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

## ANEXO N°5

### ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

#### EPA

Deborah Ann Busko (1998) Adaptación: Domínguez, Villegas y Centeno

#### Instrucciones

A continuación, encontrarás 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 estudiante marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

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

N°	Ítems	S	CS	A	CN	N
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 clases					
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						
11	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
12	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra					
	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					



Tabla matriz de adicción a redes

Obsesión por las redes sociales											
Ítems	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	R
Alum											
1											S
											CS
											AV
											RV
											N
2											S
											CS
											AV
											RV
											N
3											S
											CS
											AV
											RV
											N
4											S
											CS
											AV
											RV
											N
5											S
											CS
											AV
											RV
											N
6											S
											CS
											AV
											RV
											N
7											S
											CS
											AV
											RV
											N
... 213											S
											CS
											AV
											RV
											N



Falta de control personal							
Ítems	1	2	3	4	5	6	R
Alum							
1							S
							CS
							AV
							RV
							N
2							S
							CS
							AV
							RV
							N
3							S
							CS
							AV
							RV
							N
4							S
							CS
							AV
							RV
							N
5							S
							CS
							AV
							RV
							N
6							S
							CS
							AV
							RV
							N
7							S
							CS
							AV
							RV
							N
... 213							S
							CS
							AV
							RV
							N

Uso excesivo									
Ítems	1	2	3	4	5	6	7	8	R
Alum									
1									S
									CS
									AV
									RV
									N
2									S
									CS
									AV
									RV
									N
3									S
									CS
									AV
									RV
									N
4									S
									CS
									AV
									RV
									N
5									S
									CS
									AV
									RV
									N
6									S
									CS
									AV
									RV
									N
7									S
									CS
									AV
									RV
									N
... 213									S
									CS
									AV
									RV
									N

## Tabla Matriz de Procrastinación

Factores	Autorregulación académica									Postergación de actividades			Resp
	2	3	4	5	6	7	10	11	12	1	8	9	
Ítem Alum													
1													S
													CS
													AV
													RV
													N
2													S
													CS
													AV
													RV
													N
3													S
													CS
													AV
													RV
													N
4													S
													CS
													AV
													RV
													N
5													S
													CS
													AV
													RV
													N
6													S
													CS
													AV
													RV
													N
7													S
													CS
													AV
													RV
													N
... 213													S
													CS
													AV
													RV
													N

Córdoba, febrero 2022