



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TESIS

Estrés académico y procrastinación en estudiantes de una
Institución Educativa Secundaria pública de la ciudad de Puno,
2025

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

PRESENTADO POR

Cruz Quispe, Gonzalo Rodolfo
Contreras Guerra, Deiane Darcy

**TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO
PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

ASESOR

Mg. Vilcas Lazo, Alex Arturo
<https://orcid.org/0000-0002-9507-0153>

Chincha, Perú, 2025

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN



CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Chincha, 02 de agosto del 2025

Mg. José Yomil Pérez Gómez
Decano de la Facultad de salud
Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarle e informar que los, **Bach.** Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe y la **Bach.** Deiane Darcy Contreras Guerra, de la Facultad de Ciencias de la salud, del programa Académico de PSICOLOGÍA, han cumplido con elaborar su:

PROYECTO DE TESIS

TESIS

TITULADO:

“ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025”.

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el procedimiento correspondiente para solicitar la emisión de la resolución para la designación de Jurado, fecha y hora de sustentación de la Tesis para la obtención del Título Profesional.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal. Cordialmente,



Firmado digitalmente por:
VILCAS LAZO ALEX ARTURO
FIR 46088220 hard
Motivo: Soy el autor del
documento
Fecha: 07/08/2025 01:40:37-0500

MG. Vilcas Lazo Alex Arturo
CODIGO ORCID: 0000-0002-9507-0153
DNI: 46088220

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe, identificado con DNI N° 70050810 en mi condición de estudiante del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025". Declaro bajo juramento que:

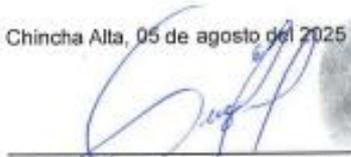
**DOCUMENTO NO REDACTADO
EN ESTA NOTARÍA**

- La investigación realizada es de nuestra autoría
- La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referencia de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

11 %

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 05 de agosto del 2025


Bach. Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
DNI. 70050810

CERTIFICACIÓN A LA VUELTA 

CERTIFICO: QUE LA FIRMA QUE ANTECEDE CORRESPONDE A:

GONZALO RODOLFO CRUZ QUISPE

IDENTIFICADO CON DNI N°

70050810

LA NOTARIA QUE CERTIFICA NO ASUME LA RESPONSABILIDAD SOBRE EL CONTENIDO DEL DOCUMENTO, ASÍ MISMO SE DEJA EXPRESA CONSTANCIA DE HABER VERIFICADO LA IDENTIDAD DEL SOLICITANTE, UTILIZANDO LA COMPARACIÓN BIOMÉTRICA DE LAS HUELLAS DACTILARES Y/O FICHA RENIEC, A TRAVÉS DEL SERVICIO QUE BRINDA EL RENIEC DE LO QUE DOY FE.

PUNO, 05 AGO 2025



[Handwritten signature]
RAQUEL VILMA CHOQUE ROSAS
NOTARIA DE PUNO
REG. NOT. N° 40



RAQUEL VILMA CHOQUE ROSAS
NOTARIA DE PUNO
REG. NOT. N° 40

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Deiane Darcy Contreras Guerra identificada con DNI N°70331484, en mi condición de estudiante del programa de estudios de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025". Declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de nuestra autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni auto plagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referencia de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos, son reales, por lo que, la investigadora no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el estudio es del:

11%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagio, autoplagio, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de alguna de estas malas conductas.

Chincha Alta, 05 de agosto del 2025



Bach. Deiane Darcy Contreras Guerra
DNI. 70331484





CERTIFICO: QUE LA FIRMA QUE ANTECEDE CORRESPONDE A

Deiane Darcy Contreras Guerra

IDENTIFICADOS CON DNI N°

70331484 - DOY FE

MOQUEGUA 05 AGO. 2025




GUISELLE VERA KIHLEN
ABOGADA
NOTARIA PÚBLICA
MOQUEGUA - PERÚ

ESTE DOCUMENTO NO HA SIDO REDACTADO EN ESTA NOTARIA

SE LEGALIZA LAS FIRMAS NO EL CONTENIDO

Dedicatoria

A Dios, por ser mi guía constante, por darme fortaleza en los momentos difíciles y por iluminar mi camino con esperanza y fe. Sin su presencia en mi vida, este logro no habría sido posible.

A mi Papá Rodolfo, mi Mamá Aurora, mi hermana Cinthia y mi pareja Edith, por su amor incondicional, sus sacrificios y por creer en mí incluso cuando yo dudaba. Gracias por ser el pilar y mi ejemplo de perseverancia.

Gonzalo

A mis padres, Orlando y Darcy, por ser la raíz de mis valores, el ejemplo constante de integridad y el mayor respaldo a lo largo de este camino académico.

A mis hermanos, Ariana, Aron y Eyal, por su afecto incondicional y su apoyo en cada etapa de esta travesía.

A cada uno de ustedes, gracias por caminar conmigo, aún cuando el trayecto fue incierto. Este logro es reflejo de su presencia en mi vida.

Darcy

Agradecimiento

A la Universidad Autónoma de Ica, gracias por brindarnos la oportunidad de culminar nuestra profesión y por abrirnos las puertas a nuevos conocimientos y experiencias que marcaran nuestras vidas.

A nuestro asesor, el Magíster Alex Vilcas Lazo, gracias por su acompañamiento cercano, por su orientación clara y por compartir generosamente su tiempo y conocimientos. Su apoyo ha sido clave para que esta investigación tome forma y se concrete con responsabilidad y sentido.

A la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar “San Carlos”, plantel bolivariano y emblemático de la ciudad de Puno, mi profundo agradecimiento por permitirnos el desarrollo de este estudio en sus aulas. Al director de la Institución, Magíster Edgar Vilcanqui Capaquira, gracias por su disposición y colaboración en cada etapa del proceso.

A las y los adolescentes del turno de la mañana, de primero a quinto grado de secundaria, gracias por su valiosa participación y por permitirnos conocer sus realidades con respeto y compromiso. A sus padres, gracias también por su confianza que hicieron posible esta investigación.

Y finalmente, a cada persona que, de una u otra manera, formó parte de este proceso, gracias de corazón.

Resumen

La presente investigación se orientó a determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025. Para tal fin, la metodología empleada fue básica, de diseño no experimental correlacional transversal. La población estuvo conformada por 1761 y la muestra fue de 306 estudiantes adolescentes a quienes se les administró el Inventario de Estrés Académico SISCO y Escala de Procrastinación Académica EPA. Los resultados señalaron mayor prevalencia en el nivel medio de estrés académico 41.8%, seguido del nivel alto con el 32.7% y bajo con el 25.5%. En la variable procrastinación académica, se observó mayor incidencia en el nivel alto con el 36.3%, seguido del nivel medio con el 34.3% y nivel bajo con el 29.4%. El análisis inferencial mostró un valor de significancia estadística menor al .05, por lo que existió relación entre estrés académico y procrastinación con un valor de $.204^{**}$. De igual modo, se señaló relación entre procrastinación académica con estresores $rs=.125^*$, con síntomas $rs=.219^{**}$ y con estrategias de afrontamiento $rs=.183^{**}$. Se concluye señalando que, frente a mayor presencia de estrés académico, existe la probabilidad de una mayor postergación de actividades.

Palabras claves: estrés académico, postergación de actividades, adolescentes.

Abstract

This research aims to determine the relationship between academic stress and procrastination in students from a Secondary Education Institution in the City of Puno, 2025. For this purpose, the methodology used was basic, non-experimental cross-sectional correlational design. The population consisted of 1761 and the sample was 306 adolescent students who were administered the Academic Stress Inventory SISCO and the Academic Procrastination Scale EPA. The results indicated a higher prevalence in the medium level of academic stress 41.8%, followed by the high level with 32.7% and low with 25.5%. In the academic procrastination variable, a higher incidence will be observed in the high level with 36.3%, followed by the medium with 34.3% and low with 29.4%. The inferential analysis showed a statistical significance level of less than .05, indicating a relationship between academic stress and procrastination of .204**. Similarly, a relationship was found between academic procrastination and stressors ($r_s=.125^*$), with symptoms ($r_s=.219^{**}$), and with coping strategies ($r_s=.183^{**}$). It is concluded that, with a greater presence of academic stress, there is a greater likelihood of procrastination.

Keywords: academic stress, procrastination, adolescents.

Índice general

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	ii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN	iii
Dedicatoria.....	vi
Agradecimiento	vii
Resumen	viii
Abstract.....	ix
Índice general	x
Índice de tablas académicas.....	xii
Índice de figuras.....	xiii
I. INTRODUCCIÓN.....	14
II. PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA.....	16
2.1. Descripción del Problema.....	16
2.2. Pregunta de Investigación General	19
2.3. Preguntas de Investigación Específicas	19
2.4. Objetivos generales y específicos	19
2.5. Justificación e importancia.....	20
2.6. Alcances y limitaciones.....	22
III. MARCO TEÓRICO	23
3.1. Antecedentes.....	23
3.2. Bases teóricas	27
3.3. Marco conceptual	41
IV. METODOLOGÍA.....	43
4.1. Tipo y nivel de investigación	43
4.2. Diseño de investigación.....	43
4.3. Hipótesis general y específicas	44
4.4. Identificación de variables	44
4.5. Matriz de operaciones de variables	45
4.6. Población y muestra	47
4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	48
4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos	51
V. RESULTADOS	53
5.1. Presentación de resultados	53
5.2. Interpretación de resultados	59

VI.	ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.....	61
6.1.	Análisis inferencial.....	61
VII.	DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	66
7.1.	Comparación de los resultados.....	66
VIII.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	70
IX.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	72
	Anexos.....	90
	Anexo 1: Matriz de consistencia.....	90
	Anexo 2: Instrumento de recolección de datos.....	92
	Anexo 3: Ficha de validación por juicio de expertos.....	97
	Anexo 4: Base de datos.....	109
	Anexo 5: Documentos administrativos.....	133
	Anexo 6: Evidencias fotográficas.....	145
	Anexo 7: Informe de turnitin al 28% de similitud.....	149

Índice de tablas académicas

Tabla 1	Niveles de la variable estrés académico	53
Tabla 2	Niveles de la dimensión estresores	54
Tabla 3	Niveles de la dimensión síntomas	55
Tabla 4	Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento	56
Tabla 5	Niveles de la variable procrastinación académica	57
Tabla 6	Niveles de la dimensión postergación de actividades	58
Tabla 7	Niveles de la dimensión autorregulación académica	59
Tabla 8	Normalidad de los datos de las variables estrés académico y procrastinación académica	61
Tabla 9	Coficiente entre las variables estrés académico y procrastinación académica	62
Tabla 10	Coficiente entre la dimensión estresores y la variable procrastinación académica	63
Tabla 11	Coficiente entre la dimensión síntomas y la variable procrastinación académica	64
Tabla 12	Coficiente entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable procrastinación académica	65

Índice de figuras

Figura 1	Niveles de la variable estrés académico	53
Figura 2	Niveles de la dimensión estresores	54
Figura 3	Niveles de la dimensión síntomas	55
Figura 4	Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento	56
Figura 5	Niveles de la variable procrastinación académica	57
Figura 6	Niveles de la dimensión postergación de actividades	58
Figura 7	Niveles de la dimensión autorregulación académica	59

I. INTRODUCCIÓN

El estrés, se constituye como una de las variables de mayor relevancia en los espacios académicos, con un impacto negativo en la individualidad de cada adolescente. Por ello, las experiencias de estrés, generan manifestaciones sintomatológicas graves, siendo provocadas por las altas exigencias educativas, la carga excesiva de responsabilidades y las dificultades en los procesos de enseñanza (Tubay et al., 2024). Frente a ello, es importante el desarrollo de estudios que permitan comprender cómo se presentan en los estudiantes, de tal manera que se pueda lograr una intervención inmediata para reducir el impacto.

La presencia de estrés académico genera dificultades a nivel conductual, con efecto en el desarrollo de procrastinación de actividades como consecuencia de la falta de recursos de afrontamiento. La procrastinación es el resultado no solo del estrés, sino de las responsabilidades académicas, desregulación emocional y la falta de eficiencia personal (Moreta & Durán, 2017).

Para el desarrollo de la investigación, se propone el siguiente contenido y secciones:

En el primer capítulo, se desarrolló la introducción, como una forma de introducir a la problemática de estudio.

En el segundo capítulo, se fundamentó la necesidad del estudio, el problema de las variables, se formula la pregunta de investigación y se justifica la importancia.

En el tercer capítulo se desarrollaron los trabajos previos a nivel internacional, nacional y local. Se describieron las teorías más relevantes que fundamentan las variables, acompañado de sus dimensiones propuestas.

En el cuarto capítulo, se planteó el procedimiento metodológico a seguir, el tipo, diseño, nivel de investigación. Se plantean las hipótesis de estudio, se identificaron las variables, la población y muestra, se

describieron los instrumentos a emplear, con sus respectivas propiedades de medición.

En el quinto capítulo, se plantearon los resultados descriptivos del estrés académico y procrastinación, con su respectiva interpretación cualitativa.

En el sexto capítulo contrastaron los resultados inferenciales para dar respuesta los objetivos, donde la evidencia permitió rechazar la hipótesis nula y aceptar alterna que señalo la existencia de relación entre las variables.

En el séptimo capítulo se contrastó los hallazgos con los trabajos previos y el marco teórico correspondiente.

En el octavo capítulo se describieron las conclusiones más importantes y las recomendaciones para ampliar los estudios posteriores.

Por último, en el noveno capítulo, se incluyen las fuentes bibliográficas consultadas, las cuales fueron citadas según el formato APA.

II. PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

2.1. Descripción del Problema

El estrés es uno de los fenómenos que se presenta con mayor frecuencia en la población académica, presentando un alto impacto en el perfil epidemiológico de las personas en general (Benavides & Villegas, 2024). Por ello, en el ámbito académico, es común observar frecuentemente sus manifestaciones, como efecto de las demandas que experimentan los adolescentes de su ámbito académico, la carga excesiva de responsabilidades y las dificultades en los procesos de enseñanza (Tubay et al., 2024).

Por otro lado, de acuerdo a la prevalencia de estrés en adolescentes, se ha observado a nivel internacional, mediante un estudio, que el 12% de los adolescentes presentan estrés severo mientras que el 48% estrés moderado (Ozamis-Etxerbarria, 2022). En México, se observó que el 68.2% de estudiantes mostraban niveles moderados de la variable, el 18.2% bajo y el 13.6% elevado, lo cual limitaba su capacidad para desempeñarse de manera funcional en el contexto académico (Zúñiga et al., 2023). En el contexto peruano, según la investigación desarrollada por Montoya y Sandoval (2021) se indicó en adolescentes la presencia del 26.6% en nivel severo, mientras que, Álvarez (2021) demostró la incidencia del 26.6% de adolescentes con alto nivel de estrés. Por tanto, la alta presencia de estrés académico, las demandas propias del contexto educativo y la vulnerabilidad de la etapa adolescente se constituyen como factores explicativos y se relacionan directamente con la presencia de la procrastinación académica (Delgado et al., 2022).

Según Zapata y León (2024) la presencia de estresores desequilibra el organismo, pone en riesgo las repuestas adaptativas y, en consecuencia, fomenta los comportamientos de aplazamiento de actividades por la falta de recursos de afrontamiento. El estrés genera desmotivación por las actividades académicas, falta de regulación personal y, sobre todo, fundamenta los comportamientos disfuncionales en el cumplimiento responsable de las actividades académicas, de tal forma que se evitan las

mismas para evitar el malestar ocasionado por las manifestaciones estresantes (Zárate et al., 2024).

La procrastinación académica, no es un problema nuevo, para los años de 1989 ya era estudiado y se había establecido su relación con aspectos como la autorregulación (Tapullima & Ramírez, 2022). En la actualidad, se ha evidenciado que es un problema que acarrea disfuncionalidades y autolimitaciones a quienes lo practican, afectando áreas de la vida laboral, de la salud y, principalmente, académico (Portillo, 2024). Algunos estudios reportaron que este problema en mayor medida se observa en adolescentes, con énfasis en estudiantes de secundaria y universitarios (Estremadoiro & Schulmeyer, 2021).

La procrastinación académica, es el producto de diferentes factores, empezando por el uso excesivo de los dispositivos digitales, las altas demandas académicas, entre otros; lo cual genera que, progresivamente, los menores tiendan a aplazar sus responsabilidades académicas, el cumplimiento de los mismos y, en efecto, se deteriora su calidad académica (Moreta & Durán, 2017). Asimismo, los estudiantes que presentan este comportamiento, están propensos a abandonar el desarrollo académico, presentan conductas contraproducentes, retrasan su responsabilidad y se ven afectados emocionalmente (Rubio, 2018).

Por tanto, dicha conducta se constituye como un déficit personal en la productividad individual, incompetencia emocional, dificultad en la regulación emocional y para ser eficientes en diferentes contextos (Uma, 2020). En este contexto, pese a las consecuencias propias de la postergación, existe una fuerte tendencia a evitar las actividades académicas de forma voluntaria, por la evitación de los esfuerzos que implica (Díaz, 2019). Por ello, no solo se asocia con el área educativa, sino tiene un factor relevante en la salud mental, debido a que, a largo plazo, genera estrés crónico y malestar emocional importante (Barraza & Barraza, 2018).

Dentro del ámbito educativo, los alumnos o estudiantes se encuentran constantemente expuestos a factores y exigencias que es propio del ambiente en el que se desarrollan (Chávez et al., 2024). Frente a ello, es importante el uso de recursos personales para lograr la planificación que corresponde en dicha área y las emociones que se asocian a su realización personal (Guerra & Reivan, 2023). No obstante, a pesar de las responsabilidades que se presentan en sus estudios, surgen conductas de aplazamiento de actividades, las mismas que son un indicador de dificultad en la regulación académica y, en consecuencia, a largo plazo, crean deterioro en la calidad académica de los estudiantes (Castillo, 2023). En consecuencia, los estudiantes con un hábito de postergación presentan, además, conductas contraproducentes, demora en el cumplimiento de las responsabilidades y retraso en el desarrollo educativo (Díaz, 2020).

En lo correspondiente a la prevalencia mostrada respecto a la variable, en Ecuador, se reportó entre el 15% y 20% de estudiantes que acuden a dichos hábitos académicos por voluntad propia (González & Sánchez, 2015). En un estudio llevado a cabo en jóvenes españoles, que residen en la comunidad de Santa Cruz de la Sierra, se descubrió que la prevalencia de procrastinación alcanza los siguientes niveles: 54% en grado medio bajo, 37% en grado medio alto y 3% alto (Estremadoiro & Schulmeyer, 2021).

En el contexto nacional, de acuerdo al alcance de Reátegui et al. (2022) se reportó que el 21.1% presentó procrastinación académica en categoría alta, el 49.0% media y el 27.9% baja, señalando que, los estudiantes, en gran medida se encuentran en riesgo de mostrar patrones comportamentales que afecten su calidad académica. Según Núñez y Gavilanes (2023) demostraron, mediante su análisis, que el 20.8% indicó comportamientos de postergación en nivel alto y el 57.3% medio. Mientras que, Espinoza y Flores (2023), indicaron mayor prevalencia en el nivel medio con el 40% seguido del alto con el 30%. En definitiva, la variable en consideración es un problema latente para la población adolescente, ante la cual se requiere de estrategias efectivas de intervención para reducir su prevalencia.

Frente a lo expuesto, surge la necesidad de realizar el presente estudio, debido a que se ha observado en la población presencia frecuente de comportamientos propios de la procrastinación académica, los cuales, según referencia de los estudiantes, surgen por presiones, tensión y demandas académicas. Asimismo, frente a las mismas, no cuentan con recursos que permitan regular su comportamiento y emociones por lo que son vulnerables para dichos comportamientos.

2.2. Pregunta de Investigación General

¿Cuál es la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?

2.3. Preguntas de Investigación Específicas

PE1 ¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?

PE2 ¿Cuál es la relación entre la dimensión reacciones frente al estrés y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?

PE3 ¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?

2.4. Objetivos generales y específicos

General

Determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Específicos

OE1: Identificar la relación entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

OE2: Identificar la relación entre la dimensión reacciones frente al estrés y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

OE3: Identificar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

2.5. Justificación e importancia

Justificación

Justificación teórica

La investigación se justificará porque busca comprender la presencia del estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de nivel secundaria y cómo impacta en su vida estudiantil. El establecimiento de la relación contribuirá al desarrollo teórico de la explicación de la asociación entre las variables, aportando al conocimiento sobre el grado de correspondencia y dependencia entre las mismas. El estrés implica el conjunto de respuestas afectivas, cognitivas y conductuales, las cuales son el producto de las altas demandas del ámbito educativo, las que no son manejadas adecuadamente y, en consecuencia, no solo afecta la integridad personal, sino ejerce efecto sobre el desarrollo de los comportamientos procrastinadores.

Justificación metodológica

La investigación parte del método cuantitativo, clasificación básica y nivel correlacional, siendo el procedimiento adecuado para dar respuesta a los objetivos e hipótesis. Asimismo, en la recolección de datos, se emplearán instrumentos con adecuadas propiedades de medición, lo cual fundamenta la evaluación precisa de los comportamientos e indicadores

propias de las variables. El nivel correlacional va a permitir establecer la asociación entre las variables, la cual será apoyada en interpretaciones conceptuales consistentes.

Justificación práctica

El estudio hará referencia a una realidad importante dentro del contexto educativo de los adolescentes, debido a que constantemente se encuentran expuestos a estresores y diversas demandas que sobrepasan sus recursos personales y devienen en malestar emocional y conductas de aplazamiento de actividades. Por tanto, se constituye como un precedente fundamental para dar continuidad a las investigaciones que aporten evidencia para la comprensión de las variables en diferentes contextos. Asimismo, a partir de los resultados, la institución educativa puede proponer programas o talleres que apunten al desarrollo de recursos personales en los adolescentes que permitan el manejo del estrés y, sobre todo, disminuyan la procrastinación académica.

Importancia

La investigación es importante debido a que describe una necesidad propia de los adolescentes, quienes por la etapa en la que se encuentran, se sienten vulnerables y en riesgo de desarrollo de estrés y procrastinación. En este sentido, se aporta con una comprensión integral sobre cómo se presenta el estrés y la correspondencia con la procrastinación en la experiencia diaria de los menores. A nivel social, se aporta con información importante que permita el desarrollo de estrategias de intervención oportunas para el manejo de las variables de estudio. Cabe señalar que es fundamental el trabajo del estrés como un evento causal no solo del aplazamiento, sino de otros malestares emocionales que pueden ocurrir de forma simultánea al estrés.

Con la presente investigación se aporta al cuarto objetivo de desarrollo sostenible planteado por la ONU, el que incluye la garantía de una adecuada enseñanza, equidad en la misma y, sobre todo, promover el aprendizaje permanente para todos.

2.6. Alcances y limitaciones

2.6.1. Alcances

- **Alcance social:** describe comportamientos propios de los adolescentes de una Institución Educativa de Puno.
- **Alcance temporal:** Se llevó a cabo entre los meses de mayo a julio del 2025.
- **Alcance territorial:** La investigación se realizará en la Institución Educativa ubicada en el departamento de Puno.

2.6.2. Limitaciones

- Dentro de las limitaciones, se indica que los resultados que se obtuvieron solo describieron a los alumnos de la institución Educativa Estatal de Lampa, no pudiendo generalizar a otras poblaciones de adolescentes.
- Asimismo, se presentaron limitaciones en relación al recojo de datos, debido a que los docentes y sus estudiantes tienen programaciones anuales, las cuales son cumplidas según fechas establecidas y limita el tiempo para la interacción con la muestra.
- Por último, el estudio se limitó solo a los marcos teóricos de referencia de las variables en función de los instrumentos, sin tomar otros que describen las variables desde diferentes puntos de vista.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Internacional

Caracutan et al. (2024) realizada en Filipinas, planteó el objetivo de determinar la relación entre procrastinación y estrés académico. Para cumplir con los objetivos, la muestra estuvo conformada por 409 estudiantes y el diseño de estudio empleado fue correlacional. Se empleó la escala, Academic Procrastination Scale y Academic Stress Scale. Los principales resultados mostraron la existencia de relación entre procrastinación $r=.503$ con un valor de significancia estadística $p=.000$. Asimismo, se estimaron diferencias en cuanto a varones y mujeres, obteniendo un valor significativo, lo que concluye en indicar que existe relación y diferencias en cuanto a las variables en la población estudiada.

Bakhan y Halat (2023) en Irak, desarrolló el objetivo de correlacionar el estrés académico y procrastinación en estudiantes. La muestra del estudio fue de 439 participantes, con diseño correlacional. Se emplearon los instrumentos Inventario de SISCO y Escala de Procrastinación de Lays. Se reportó correlación entre las variables $r=.379$, $p=.042$. Asimismo, se indicó la presencia de correlación entre procrastinación con estresores $r=.161^*$, con la dimensión síntomas $r=.125^{**}$ y con la dimensión estrategia de afrontamiento $r=-.337^{**}$. Se concluye señalando que existe grado de correspondencia entre las variables de estudio, ante lo que es importante la intervención para reducir el estrés y postergación.

El estudio realizado en Indonesia por Muliani et al. (2021) desarrolló el objetivo de identificar la relación entre el nivel de estrés y procrastinación académica, en una muestra de 145 estudiantes. El diseño empleado fue correlacional y se emplearon los instrumentos Escala de Procrastinación Académica APS y el Inventario de Estrés SSI. Se reportó la existencia de estrés moderado en un 82.5% y un nivel moderado de procrastinación con el 81.4%. Hubo una relación significativa de magnitud media entre el nivel de estrés y la procrastinación académica con un valor $p = 0.000$ y $rs= .442$.

Se concluye señalando que ambas variables se encuentran presentes en la experiencia de los estudiantes.

Yikuan (2021) desarrolló su investigación en China, con el objetivo de comparar y relacionar la procrastinación y estrés académico en estudiantes. La muestra empelada fue de 169 estudiantes, con diseño de estudio correlacional. Se empleó una Escala de Procrastinación y el Challeng and Hindrance Stress. Respecto al análisis comparativo, se reportó diferencias entre variables y mujeres, siendo los varones quienes muestran mayor tendencia a la procrastinación a diferencia de las mujeres. Sin embargo, son las mujeres quienes presentan mayor disposición para el estrés a diferencia de los varones. Se indicó relación directa entre el estrés y procrastinación académica $r=.911^{**}$. Se concluye señalando que, dentro del ámbito educativo, la postergación de actividades y el estrés son atributos comunes, los cuales aún no son superados por los estudiantes.

Latinoamérica

La investigación de Balarezo y Mayorga (2023) desarrollada en Ecuador, plantearon el objetivo de establecer la relación entre procrastinación y estrés académico en adolescentes. La muestra estuvo conformada por 146 estudiantes, el diseño fue correlacional y se emplearon los instrumentos Escala de Procrastinación Académica EPA y el Student Stress Inventory Manifestations of Stress (SSISM). Se indicó que el 9.6% presentó procrastinación media, el 24.0% alta y el 66.4% muy alta. En el estrés, el 1.4% mostró en nivel bajo, el 54.8% medio, el 41.8% medio alto y el 2.1% alto. Se reportó correlación directa entre las variables $r=.199^{**}$. Se concluye señalando que la presencia de estrés fundamenta la aparición de la procrastinación.

Otro estudio en México, planteado por Morales et al. (2021), desarrolló el objetivo de analizar la relación entre estrés con procrastinación académica. La muestra estuvo conformada por 246 adolescentes, con diseño correlacional. Se empleó el Inventario de SISCO y la escala EPA. El análisis de correlación mostró la existencia de relación entre estrés académico y procrastinación $r=.277^*$. Por tanto, a modo de conclusión, se

señaló que la presencia de síntomas de estrés guarda relación con el inicio de comportamientos de postergación en el contexto educativo.

La investigación de Guerra y Reivan (2024) desarrollada en Ecuador, tuvo el objetivo de analizar la relación entre procrastinación y estrés académico. La muestra estuvo conformada por 324 estudiantes y el diseño fue correlacional. Se emplearon los instrumentos Escala de Procrastinación Activa APS y Escala de Estrés Percibido PSS. Se compararon los grupos, determinando la existencia de diferencias entre varones y mujeres respecto a ambas variables, donde las mujeres muestran mayor disposición al estrés y los varones a la procrastinación. En promedio, el 34.9% presentó estrés y el 38% procrastinación. Se concluye señalando que existe correlación entre las variables, con un valor de $p=.00$ y $r=.327^{**}$.

En Ecuador, se desarrolló una investigación por Espín y Vargas (2023), con el objetivo de explorar la relación entre la procrastinación y estrés académico en estudiantes. La muestra se conformó por 432 estudiantes y el diseño fue correlacional. Se emplearon los instrumentos Escala de Procrastinación Académica de Busko (EPA) y el Inventario Sistemático Cognoscitivista. Predominó el nivel alto de procrastinación con el 85.9% seguido del medio con el 10.2% y bajo con el 3.9%. En estrés académico, el 41.9% mostró nivel severo, el 35.9% moderado y el 22.2% leve. Se reportó correlación entre el estrés y procrastinación $p=.000$. Se concluye señalando que el estrés es una condición que se presenta en los estudiantes, quienes, al estar en alta demanda de actividades, desarrollan comportamientos de postergación, perjudicando su desarrollo educativo.

Nacional

Alvarez y Cerrón (2021) en Huancavelica plantearon el objetivo de determinar la relación entre estrés académico y procrastinación. La muestra empleada fue de 193 adolescentes, con diseño de estudio correlacional y los instrumentos empleados fueron la Escala EPA y el Inventario SISCO. Se reportó que el 33.2% mostró nivel bajo de estrés, el 64.8% medio y el 2.1% alto. En procrastinación, el 1.6% mostró baja, el 90.2% media y el 8.3% alta. Se indicó relación directa entre las variables $rs=.649^{**}$.

Asimismo, entre estrés académico con evasión de la responsabilidad $rs=.462^{**}$, con desorganización $rs=.466^{**}$ y con falta de motivación $rs=.450^{**}$. Se concluye señalando que existe un grado de correspondencia entre las variables, donde a mayor presencia de estrés, mayor de procrastinación.

El estudio de Gomez (2024) desarrollado en Chiclayo, planteó el objetivo de determinar la relación entre estrés y procrastinación académica. La muestra considerada fue de 119 alumnos y el diseño empleado fue correlacional. Se emplearon el Inventario SISCO y la Escala EPA. A nivel descriptivo, se reportó que el 7.5% presentó estrés moderado y el 92.5% intenso. En procrastinación, el 25.5% presentó leve y el 74.5% moderada. No se reportó correlación entre las variables $rs=-.050$ $p > .05$. No se reportó correlación entre procrastinación académica con estresores $rs=-.110$, con síntomas $rs=.187$; no obstante, se señaló correlación con la dimensión estrategias de afrontamiento $rs=-.340^{**}$. Se concluye indicando que no se mostró suficiente evidencia para afirmar la correlación entre las variables, por lo que las mismas pueden presentarse de forma independiente en los adolescentes.

La investigación de Camani y Ccapatinta (2024) realizada en Cusco, planteó el objetivo de determinar la relación entre procrastinación y estrés académico. El diseño empleado fue correlación y la muestra se conformó por 193 estudiantes. Los instrumentos empleados fueron la Escala EPA y el Inventario SISCO. Se señaló que el 48.2% presentó baja procrastinación, el 34.2% media y el 17.6% alta. En estrés, el 4.7% presentó en nivel leve, el 93.8% moderado y el 1.5% severo. El análisis de correlación indicó la presencia de asociación entre las variables $rs=.773^{**}$. De igual modo, entre la procrastinación con estresores $rs=.373^{**}$, con síntomas $rs=.717^{**}$ y con estrategias de afrontamiento $rs=-.305^{**}$. Se concluye señalando la existencia de correspondencia entre las variables, de tal manera que la alta presencia de procrastinación muestra la posibilidad de un alto nivel de estrés.

Encarnación y Huertas (2022) desarrollaron un estudio en Lima, con el objetivo de determinar la relación entre procrastinación y estrés. La muestra se conformó por 262 estudiantes de secundaria y el diseño del cual se partió fue correlacional. Se empleó la Escala EPA y la Escala de Estrés EEA-SC-18. Se indicó la presencia de relación entre las propiedades de estudio $rs=.538^{**}$. De igual modo, entre procrastinación con estímulos estresores $rs=.494^{**}$ y con reacción al estímulo $rs=.541^{**}$. Respecto a los niveles, en procrastinación, el 2.3% presentó bajo, el 4.2% medio, el 20.2% alto, y el 73.3% muy alto. En estrés, el 2.4% mostró muy bajo, el 8.0% bajo, el 12.8% medio y el 28,9% alto. Se concluye indicando que, ante la presencia del estrés y procrastinación, es importante generar acciones específicas para apoyar la reducción del impacto emocional en los adolescentes.

Por último, en Puno, la investigación de Flores y Quispe (2024) planteó el objetivo de establecer la relación entre procrastinación y estrés académico. La muestra se conformó por 314 estudiantes y los instrumentos fueron Inventario SISCO y Escala EPA. El 28.3% presentó bajo estrés, el 43.31 moderado y el 28.6% alto. Asimismo, el 28.6% presentó nivel bajo de procrastinación, el 46.8% moderado y el 24.5% alto. Se reportó correlación entre las variables $rs=.381^{**}$. De igual modo, la evidencia señaló la existencia de relación entre procrastinación con estresores $rs=-.414^{**}$, con síntomas $rs=.246^{**}$ y con estrategias de afrontamiento $rs=.470^{**}$.

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Estrés académico

Definiciones

Desde el punto de vista multidimensional, se define como un conjunto de procesos dinámicos (Barraza & Barraza, 2019), complejos, los cuales surgen como consecuencia de la percepción de amenaza a la individualidad, con manifestaciones emocionales, cognitivas y conductuales. Frente a esta amenaza, el organismo responde de tal forma que busque recuperar el equilibrio y posibilitar el desarrollo de estrategias

que permitan la adaptación ante los eventos estresantes (Espinosa et al., 2020).

Asimismo, se define como un proceso de respuesta adaptativa frente a los eventos estresantes que surgen del exterior, lo que implica una relación entre el sujeto y las situaciones que experimenta, y guarda correspondencia con la percepción de complejidad de los eventos, los cuales pueden sobrepasar los recursos personales y poner en riesgo el bienestar personal (Torres & Ayala, 2022).

Específicamente, el término estrés académico puede definirse simplemente como aquel que se puede producir por las demandas que se dan en relación al ámbito educativo (Álvarez et al., 2018), esto puede ser experimentado tanto por los docentes como por los estudiantes en los espacios de educación (Bermúdez, 2018). La variable guarda correspondencia y equivalencia con el síndrome de burnout, debido a que surgen de las condiciones estresantes propias del entorno y, sobre todo, genera consecuencias a nivel emocional, conductual y psicológico, con repercusiones en el desempeño académico de los estudiantes (Castro & Luévano, 2019).

Por otro lado, la definición del estrés académico parte de la presencia de los siguientes componentes: la incidencia de un estímulo, las respuestas del organismo, la capacidad de adaptación y la evaluación personal de la posibilidad de responder de forma adaptativa. Es decir, es un proceso que corresponde a un flujo de información que inicia con un evento desencadenante y, posteriormente, resultan en respuestas que permiten la adaptación ante las adversidades (Chávez & Peralta, 2018). Todo evento potencialmente estresante hace referencia a estímulos estresores, los cuales provienen del exterior y tienen la capacidad de generar tensión y estado de alerta de los individuos (Herdian & Nurrahma, 2021).

Las respuestas del organismo hacen referencia a las disposiciones cognitivas, emocionales y conductuales que surgen como manifestaciones ante los estímulos propios del exterior, los que tienen potencialidad de estresores (Narváez et al., 2021). En este sentido, el estrés es una variable

mediadora y transitoria entre las demandas del exterior y la capacidad de adaptación, lo cual depende de la valoración y percepción que el sujeto realiza en función de sus capacidades de respuesta ante dichas demandas (Rodríguez & Cotonieto, 2020).

Finalmente, se define como un proceso de naturaleza sistémica, con la facultad adaptativa y principalmente psicológica, que se presenta bajo condiciones demandantes en contextos escolares, a una serie de demandas que, bajo la valoración del propio alumno son consideradas estresores (input), luego esos estresores provocan un desequilibrio sistémico (situación estresante) que se manifiesta mediante síntomas específicos (manifestaciones de desequilibrio) y, por último, se generan respuestas para recuperar el equilibrio del organismo (Barraza, 2006).

Modelo teórico transaccional del estrés

El estrés psicológico se puede definir como la percepción que tiene un individuo de que la relación entre él y su entorno es amenazante, lo cual pone en peligro su bienestar. Esta percepción estresante puede surgir de situaciones que causan daño, representan una amenaza o presentan un desafío para la persona (Berrío & Mazo, 2011). La manera en que las personas se adaptan psicológicamente a nuevas circunstancias puede verse influenciada positivamente o negativamente por una combinación de factores personales, contextuales y ambientales, así como por su interacción (García et al., 2016).

De acuerdo a la teoría transaccional del estrés, este fenómeno surge en función de la valoración que una persona hace de la situación y de los recursos que considera tener disponibles para enfrentarla. Por lo tanto, al modificar la percepción de la situación y mejorar las habilidades de afrontamiento de las personas, no solo se reduce el estrés percibido, sino que también disminuyen las respuestas emocionales negativas asociadas a dicho proceso de estrés (Águila et al., 2015).

Por tanto, cada sujeto, siendo una unidad de análisis, corresponde a un sistema, que se conforma por elementos que interactúan entre sí y con el entorno en el que desarrolla, mediante flujo de información que se

complementa para una retroalimentación (Barraza, 2006). De esta forma, gracias al sistema que emerge cada sujeto, es posible recuperar el equilibrio cuando se aprecia impacto del estrés académico, por la naturaleza adaptativa de la conducta (Estrada et al., 2021).

Modelo sistémico cognoscitvista del estrés académico

Según Barraza (2006), el estrés académico se fundamenta en la teoría de los sistemas y en el modelo transaccional del estrés. A partir de los modelos, se han planteado las siguientes hipótesis:

- 1- Elementos sistémicos-procesuales: hacen referencia a que, al ser un sistema abierto, se aprecia un flujo de información, con entrada (estímulos estresores), respuestas y síntomas y, por último, salida, lo que se constituye como las respuestas de afrontamiento (output) (Barraza, 2011).
- 2- Estrés académico como estado psicológico: la naturaleza de la variable corresponde específicamente a respuestas de naturaleza psicológica, donde se incluyen elementos emocionales, conductuales y cognitivos (Barraza, 2008).
- 3- Desequilibrio sistémico: hace referencia a las reacciones comportamentales y psicológicas propias del estrés, las cuales son particulares en relación a las características de cada sujeto, la capacidad de respuesta y la personalidad.
- 4- Afrontamiento como medio de respuesta adaptativa: implica el conjunto de respuestas que los sujetos emiten con la finalidad de lograr un equilibrio personal y adaptarse a las condiciones estresantes. Las estrategias son múltiples, pueden estar centradas en el problema, en la invitación, en la religión, apoyo social, emocional, etc. (Barraza, 2006).

Por lo mencionado, el modelo descrito explica el estrés académico como un proceso adaptativo y psicológico, en función de las demandas del exterior y las respuestas que emiten los sujetos frente a las mismas, de tal forma que se permita recuperar el equilibrio sistémico (Barraza, 2014).

Dimensiones del estrés académico

Las dimensiones estresores se explica como el conjunto de eventos, situaciones, o circunstancias que se constituyen como desencadenantes

del estrés personas (Barraza & Barraza, 2019). Los eventos que se experimentan están sujetos a la evaluación e interpretación de lo sujetos, de lo cual depende el impacto emocional que tendrá a nivel individual y la asociación con la regulación emocional (Castillo et al., 2016). Dentro de los estresores se denominan los siguientes: excesiva carga de tareas, la competitividad de los grupos, los ambientes educativos tensos, las dificultades en las relaciones interpersonales y la falta de tiempo para el cumplimiento de las responsabilidades académicas (Barraza, 2008). El impacto del estrés académico está sujeto a la evaluación personal que se realiza del mismo, de tal manera que depende de las disposiciones personales (Barraza, 2006)

La segunda dimensión se denomina reacciones, la cual se manifiestan mediante disposiciones físicas, emocionales y conductuales. Respecto a las reacciones físicas, se constituyen por migraña, sudoración, temblores. Las respuestas emocionales por manifestaciones de ansiedad, desesperación, angustia. Mientras que, las respuestas conductuales, implican la falta de concentración, inquietud y movimientos motores involuntarios (Torres & Ayala, 2022).

Por último, se tiene la dimensión estrategias de afrontamiento, las cuales son un conjunto de respuestas, tanto conductuales como cognitivas, las que se emiten con la finalidad de reducir el impacto de los eventos estresantes que son percibidos como desbordantes de los recursos personales (Lazarus & Folkman, 1986). Las estrategias de afrontamiento son recursos que se desarrollan a lo largo del ciclo evolutivo, son aprendidos y se refuerzan cada vez que son empleados y por el éxito que tienen al momento de ponerlos en práctica (Barraza, 2006). El uso de distintos tipos de afrontamiento predice en qué medida el estrés puede afectar a las personas (Pulido et al., 2011). Las mismas, se ven favorecida por la madurez psicológica, la personalidad, experiencias previas y capacidad de respuesta personal

Consecuencias del estrés académico

Se han documentado múltiples consecuencias propias del estrés académico. Según Lemos et al. (2018) ha señalado que, dentro de ellas, se sitúan los problemas psiquiátricos, enfermedades dermatológicas, sueño, depresión y manifestaciones depresivas. En mujeres adultas que se desempeñan como estudiantes, se ha observado adelanto de la menopausia, debido a la tensión que produce las actividades académicas (Miñan et al., 2023).

Respecto a las manifestaciones emocionales, la presencia de un alto nivel de estrés limita la capacidad para el reconocimiento y expresión de las emociones y, sobre todo, las dificultades en la resolución de situaciones problemáticas (Piemontesi et al., 2012). En este sentido, los estudiantes presentan limitaciones en la asertividad, toma de decisiones y un comportamiento contraproducente que perjudica su rendimiento académico y, en consecuencia, puede conducir a la deserción académica (Saleh et al., 2017).

Por otro lado, el estrés académico tiene un impacto directo en capacidades como autonomía y voluntad para tomar decisiones en función del proyecto de vida, lo que implica un impacto negativo en la eficacia personal y en la confianza para lograr cumplir con las tareas de manera satisfactoria (Segura & Pérez, 2016). Además, la pérdida de confianza en las capacidades implica afectación en su autoestima, en el desempeño académico y en la obtención del éxito académico. El estrés académico conduce a la formación de una percepción negativa de sí mismo, de las capacidades y de la suficiencia personal, lo que genera un comportamiento pasivo y retraído frente a las responsabilidades académicas (Silva-Ramos et al., 2020).

Cuando el estrés académico no logra ser regulado por los estudiantes y sobreviene manifestaciones emocionales, afecta también la interacción personal que establece con su círculo social, llevando al aislamiento social y retraimiento. Asimismo, conduce a la expresión de emociones negativas la mayor parte del tiempo y, posteriormente, causa conflictos en la

interacción cuando se desarrollan actividades de manera grupal (Zárate-Depraect et al., 2018).

3.2.2. Procrastinación académica

Definiciones de procrastinación académica

Se define como un patrón de conducta constante y persistente, el que tiene la finalidad de retrasar, evitar y postergar actividades o asignaciones dentro del área académica, evitando la responsabilidad por falta de recursos personales para afrontar las mismas (Busko, 1988). Asimismo, según la Real Academia Española (2017), la explica como la demora, retraso en las responsabilidades personales, específicamente en el área académica. Por su parte, Mustaca y Arroyo (2022) refiere que es una conducta que, debido a su persistencia, se instaura como un hábito personal, con el objetivo de postergar acciones y responsabilidades, donde surgen otras conductas orientadas a realizar acciones más agradables.

Por tanto, dicha conducta se constituye como un déficit personal en la productividad individual, incompetencia emocional, dificultad en la regulación emocional y para ser eficientes en diferentes contextos (Uma, 2020). En este contexto, pese a las consecuencias propias de la postergación, existe una fuerte tendencia a evitar las actividades académicas de forma voluntaria, por la evitación de los esfuerzos que implica (Díaz, 2019). Por ello, no solo se asocia con el área educativa, sino tiene un factor relevante en la salud mental, debido a que, a largo plazo, genera estrés crónico y malestar emocional importante (Barraza & Barraza, 2018).

En efecto, la procrastinación académica se constituye como una variable que motiva al aplazamiento de las responsabilidades académicas, limitando el cumplimiento eficiente y la toma de decisiones que implica la misma. Este comportamiento se constituye como la dificultad para lograr un adecuado foco de atención y orientación adecuada hacia el éxito académico. Cumplir con obligaciones resulta no tener mayor complejidad, sin embargo, implica la organización, planificación y satisfacción por los beneficios que implica a corto y largo plazo (Álvarez, 2010).

De acuerdo a Quant y Sánchez (2012) definen la procrastinación como un patrón de conducta que se orienta al aplazamiento voluntario de las actividades asignadas en un determinado momento, producto de la percepción de insuficiencia personal, falta de confianza, ausencia de control personal, desorganización e impulsividad. La variable se puede presentar en ámbitos académicos como de tareas administrativas u otras que implique una responsabilidad personal. De manera complementaria, implica un conjunto de comportamientos o patrón cognitivo y conductual que se asocia con la voluntad para realizar actividades, con ausencia de iniciativa para iniciarlas, desarrollarlas y concluir las. En este sentido, no solo resulta de una conducta específica, sino de un esquema de percepción disfuncional que limita el comportamiento (Aspur & Falconí, 2020).

La variable mencionada se explica como una conducta de respuesta de los estudiantes frente a las actividades académicas, dicha respuesta es de naturaleza disfuncional, lo que causa daño significativo y deterioro en la eficiencia, responsabilidad y productividad. En este sentido Castro y Mahamud (2020), añade que, además de postergar, se asocia la tendencia a dilatar el tiempo por parte de los adolescentes, quienes esperan a los últimos instantes para responder adecuadamente a las responsabilidades personales. En efecto, esta tendencia ha ido aumentando con el transcurso de los años, donde el esfuerzo personal ya no es suficiente para lograr la regulación académica (Nieto et al., 2023).

Características de la persona procrastinadora

La procrastinación se distingue por la presencia e interacción de elementos cognitivos, conductuales y emocionales (Hernández, 2016). Como características cognitivas, se aprecia la constante racionalización de excusas o justificaciones para iniciar en la postergación de actividades, así como pensamientos catastróficos, rumiantes y la creación de esquemas cognitivos negativos de sí mismos y de la eficacia personal (Hernández, 2016).

Como características conductuales, en la persona procrastinadora, se aprecia indicadores de impulsividad, distracción, dificultades en el manejo

emocional, falta de tolerancia emocional e incoherencias entre las responsabilidades con las acciones orientadas a cumplir con las mismas (Duda & Gallardo, 2022). En efecto, una persona con hábitos de procrastinación, tiende a la dificultad para regular el propio comportamiento y déficit de motivación para iniciar actividades (Hernández, 2016). Dentro de las características emocionales, se aprecia el temor al fracaso o la ansiedad anticipatorio e inesperada al resultado académico, lo que conduce a sensaciones de angustia y desesperanza (Hernández, 2016).

De igual modo, dentro de las características, se han observado sensaciones de insuficiencia frente a las responsabilidades personales, lo que implica la imposibilidad de la toma de decisiones respecto al cumplimiento eficiente de las tareas. En este sentido, se acompaña del miedo al fracaso, dado que, ante la dificultad del cumplimiento adecuado, resulta en sensaciones personales negativas que desembocan en el abandono de todo esfuerzo que conduce a la meta (Duda & Gallardo, 2022).

Por último, se tiene la característica de la sobrecarga emocional, es decir, aquellas personas que aplazan actividades tienden a experimentar sensaciones de malestar psicológico, lo cual se asocia a la excesiva carga de responsabilidades académicas. La excesiva carga de trabajo desencadena emociones como enojo, estrés, impotencia y ansiedad que condice a la disminución de las capacidades personales de autosuficiencia

Consecuencias de la procrastinación académica

Las consecuencias de la variable en los estudiantes pueden ser graves en la medida de que no solo perjudica las responsabilidades personales, sino también ejerce efecto en la autoestima, fracaso personal y en las sensaciones de desesperanza (Hooda & Saini, 2018). Aquellas personas que presentan puntuaciones altas en la variable, además de tener un inadecuado desempeño académico, presentan altos niveles de estrés con efectos en su salud integral (Abad, 2019). Las consecuencias a nivel emocional se observan en la manifestación de ansiedad, depresión, problemas de concentración, inestabilidad emocional y sensaciones de

inseguridad en las propias capacidades (Estremadorio & Schumeyer, 2021).

Según Pardo y Perilla (2014) expresan que, la procrastinación, genera discrepancias y disonancias entre las responsabilidades y entre las conductas que se ejecutan, que suelen ser negligentes. Esta disonancia crea una angustia psicológica que afecta el bienestar. Como lo afirma Gil y Botello (2018) uno de los efectos significativos y directos de la procrastinación académica es la ansiedad, con la cual guarda correspondencia directa, es decir, a mayor presencia de procrastinación, mayor presencia de ansiedad frente a situaciones educativas. La procrastinación resulta en el fracaso académico, ausentismo académico y dificultades para la suficiencia personal en otros ámbitos de la vida personal (Moreta & Durán, 2018).

Clasificación de la procrastinación académica

Según Edlund (2023) la variable se clasifica en dos tipos: crónica, lo que implica un comportamiento habituado, común y reiterativo dentro del repertorio conductual a nivel individual. Bajo esta perspectiva, se convierte en un conjunto de respuestas invasivas, constantes y frecuentes que no solo afecta el área académica, sino se extiende a otras áreas que componen el desarrollo personal. El aplazamiento se convierte en un patrón recurrente, lo que limita las experiencias positivas y favorece emociones negativas (Quant & Sánchez, 2012).

Esta forma de procrastinación se relaciona con una excesiva falta de confianza en sí mismo, con ansiedad, baja autoestima, impulsividad y, sobre todo, como característica principal, la rigidez conductual (Trujillo-Chuman & Noé-Grijalva, 2020). Además, se vincula con conductas poco saludables, tales como el sedentarismo, hábitos de vida no saludables e interacciones sociales negativas (Rodríguez & Clariana, 2016).

El segundo tipo se denomina esporádica, la que se manifiesta en ocasiones, en situaciones esporádicas y guardan correspondencia con conductas particulares. Asimismo, la procrastinación se presenta ocasionalmente, cuando existe dificultad para tomar decisiones en

diferentes aspectos de la vida. Específicamente, es la consecuencia de la dificultad en la gestión del tiempo, la falta de organización y capacidad de autosuficiencia (Altamirano & Rodríguez, 2021).

Mediante otro estudio, Svartdal (2022) presentó dos tipos más, la primera denominada evitativa, la que se explica mediante la tendencia voluntaria de evitar responsabilidad por temor a fracasar y, además, por limitaciones personales que impiden la realización de actividades de forma objetiva. El segundo tipo se denomina aerousal, explicada mediante el cumplimiento de responsabilidades siempre y cuando exista presión que genere tensión emocional.

De manera complementaria, Scheunemann y Bobe (2021) plantean un sistema de clasificación dual, donde existe la procrastinación activa y pasiva. La primera hace referencia a la postergación de actividades para ser cumplidas en el último momento mientras que, la segunda, implica el aplazamiento sin planificación posterior que implique el cumplimiento de las mismas.

Modelo teórico motivacional.

Se presenta el enfoque motivacional, el cual explica dos aspectos importantes: el primero, se refiere a la determinación por alcanzar el éxito en el cumplimiento de las actividades académicas y el segundo el miedo al fracaso. Por tanto, la procrastinación si o solo si, es el resultado de la combinación de ambos elementos (Limone et al., 2020). Por tanto, debido al temor al fracaso, los adolescentes inician en la realización de actividades que son menos complejas, que nos les corresponden, pero que garanticen el menor esfuerzo y cumplimiento responsable (Atalya & Ampudia, 2020).

El modelo explica que, la motivación por las tareas para evitar la procrastinación surge de las características de personalidad, las cuales tienen un efecto directo sobre la suficiencia para alcanzar el éxito. Cuando los sujetos se enfrentan a desafíos surgen dos posibilidades: el miedo al fracaso o la posibilidad de alcanzar los resultados esperados. En este sentido, el logro se percibe como una variable de la cual depende factores como la dificultad presente, la actitud de éxito y ansiedad para obtener el

mismo. Debido a ello que, cuando las personas tienen una alta percepción de fracasar, tienden a postergar las actividades sobre las cuales tienen dicha percepción, eligiendo otras que no impliquen dificultades (Quant & Sánchez, 2012).

Además, se complementa con tres aspectos: la expectativa, donde el adolescente confía en sus capacidades para el logro de sus objetivos. Segundo aspecto, valoración de las tareas, es decir, la reflexión y evaluación del grado de complejidad de las tareas indicadas. La tercera denominada impulsividad, donde surge la demora en la ejecución de las tareas, partiendo de la premisa de que, a mayor demora en la recompensa, mayor será la existencia de la tendencia a procrastinar (Yurtseven & Dogan, 2019).

La motivación presentada en un buen nivel permite disminuir considerablemente las conductas de postergación, siendo un aspecto de desarrollo importante, que genera estabilidad y es necesario para el alcance del éxito académico; sin embargo, también se indica que es complejo lograr la motivación para los adolescentes. Para lograr un adecuado nivel de motivación, no solo es importante la probabilidad de éxito de los adolescentes en ciertos ámbitos, sino la dificultad real de las tareas, asociados al estrés, miedo y satisfacción inmediata (Hooda & Saini, 2018).

Modelo conductual

Desde el modelo mencionado, se explica que la procrastinación académica es el resultado de los refuerzos constantes, tanto de forma positiva como negativa (Skinner, 1977). Las personas que muestran comportamientos de procrastinación, mantienen dichas conductas debido a los reforzamientos que reciben por las mismas. Es decir, la procrastinación genera efectos positivos y agradables, por ser un mecanismo de disminución de tensión. La función positiva radica en que, bajo el reforzamiento de las conductas por la sensación de placer y evitar el malestar, surgen nuevos comportamientos que mantienen y agravan la procrastinación (Gil et al., 2020).

Bajo este modelo, la procrastinación se constituye como una decisión personal de evitar actividades para optar por otras que generen beneficios inmediatos, a corto o largo plazo y, en consecuencia, permite disminuir la complejidad y temor por enfrentarse a las responsabilidades personales (Quant & Sánchez, 2012). Desde la explicación de Natividad (2014) esto se denomina una recompensa engañosa dado que, la búsqueda de la satisfacción inmediata, solo genera sensaciones momentáneas y, posteriormente, surge el malestar crónico. En definitiva, aquellas personas con tendencia a procrastinar, al repetir dichos comportamientos y recibir reforzamiento, tendrán mayor probabilidad de habituarse a esa forma de comportarse por la naturaleza gratificante.

Modelo cognitivo conductual

En lo que corresponde al modelo cognitivo, se detalla que es producto de la percepción irracional y no fundamentada que se tiene sobre la incapacidad personal para el logro de la realización personal y el cumplimiento de objetivos personales (Zumárraga & Cevallos, 2022). Es por ello que, al mostrar un comportamiento consistente, surge obsesión por el cumplimiento de último instante, iniciando un hábito personal (Garzón et al., 2020). Desde este enfoque, la procrastinación tiene un origen en las creencias o esquemas cognitivos que se forman en edades tempranas de la vida los cuales, al ser desadaptativos, influyen en el comportamiento y la falta de tolerancia (Álvarez, 2010).

Las acciones que desarrollan las personas guardan correspondencia con las creencias, actitudes y pensamientos los que, al ser irracionales, influyen en la percepción individual y en el comportamiento (Natividad, 2014). En este contexto, la procrastinación corresponde a una forma de procesar la información de manera irracional, lo que va acorde a conductas que implican postergar responsabilidades y la incapacidad de lograr el éxito frente a situaciones específicas.

Los esquemas cognitivos tienen un rol importante en el moldeamiento de los comportamientos, llevando a adoptar conductas específicas y disfuncionales frente a las responsabilidades académicas. Las distorsiones

cognitivas llevan a negar la propia capacidad personal de autosuficiencia para el cumplimiento de las tareas académicas (Natividad, 2014). De acuerdo a Skinner (1977), la procrastinación tiende a aumentar si es que las mismas son reforzadas por las condiciones del exterior. De forma complementaria, son los pensamientos los que mantienen las conductas de procrastinación, intervienen y moderan las formas de reaccionar bajo la distorsión de la realidad y la influencia sobre las individualidades.

Dimensiones de la procrastinación académica

En lo correspondiente a las dimensiones de la variable, se describen sobre la base del planteamiento de Busko (1998), quien explicó que la procrastinación académica se fundamenta sobre un patrón repetitivo de postergación de las responsabilidades personales, por motivo de evitar esfuerzos y compromisos que pueden resultar en el éxito académico.

La primera dimensión se denomina autorregulación académica: se manifiesta mediante el conjunto de conductas que tienen la finalidad regular la planificación y organización personal para el cumplimiento de las metas educativas (Busko, 1998). Asimismo, las personas que logran un puntaje alto en esta dimensión, presentan las habilidades y capacidades personales para cumplir con las responsabilidades; sin embargo, si muestran una puntuación baja, estarán en riesgo de desarrollar procrastinación (Gil & Botello, 2019). En dicha dimensión, lleva implícita la habilidad personal que conduce a la organización, capacidad de planificación, de control conductual y regulación emocional para afrontar las exigencias del ambiente académico (Adewale, 2019). Gracias a estos atributos, se logra alcanzar los objetivos y metas educativas (Manchado & Hervías, 2021), las que son cumplidas eficientemente (Marco et al., 2019).

Respecto a la segunda dimensión, es denominada postergación de actividades la cual implica la falta de cumplimiento de las actividades por la conducta de aplazamiento de las tareas, sustituyendo por otras más agradables (Busko, 1998). Si es que dichas conductas perduran en el tiempo y se mantienen consistentes, se instauran a modo de hábito de vida, generando un daño importante en la vida personal (Yilmaz, 2018). La

acción de postergación es un medio que las personas emplean cuando se muestran incapaces al momento de dar respuesta a alguna tarea determinada, es decir, en sí misma no parece desadaptativo, pero al indicarse como un hábito, si puede ser perjudicial para la vida personal (Safari & Yousefpoor, 2022). No obstante, en ocasiones, cuando las personas disponen de recursos personales y aun así no realiza las tareas que le corresponde, surge el aplazamiento patológico (Yurtseven & Doğan, 2019). Además, no solo afecta el desarrollo académico, sino la identidad personal, debido que el mecanismo de aplazamiento implica la falta de la falta de confrontación frente a situaciones amenazantes (Niazov et al, 2022).

3.3. Marco conceptual

Estrés: se define como un proceso dinámico complejo desencadenado por la percepción de amenaza para la integridad de un individuo y para la calidad de sus relaciones significativas que tiene por objeto recuperar el equilibrio homeostático perdido, posibilitar el desarrollo de competencia individual y mejorar la calidad de la adaptación al medio (Espinosa et al., 2020).

Afrontamiento: se definen como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales que emiten las personas con la finalidad de controlar y manejar las exigencias del entorno, que son percibidas como desbordantes para las mismas (Lazarus & Folkman, 1986).

Adolescencia: Es la etapa que representa el cambio de la infancia a la etapa adulta y se caracteriza por cambios en el aspecto físico, emocional y social. Es un periodo de exploración de la identidad, se explora y establecen las relaciones interpersonales esenciales para la vida adulta (Gaete, 2015).

Emoción: Reacción compleja del organismo en relación a un conjunto de estímulos que se pueden presentar en el exterior o interior de un sujeto, lo que motiva la movilización hacia algún fin específico (Mayer et al., 2004).

Adaptación: proceso personal, social y biológico que permite a las personas ajustarse a las condiciones del entorno (Barraza, 2014).

Procrastinación: patrón de conducta constante y persistente, el que tiene la finalidad de retrasar, evitar y postergar actividades evitando la responsabilidad por falta de recursos personales para afrontar las mismas (Busko, 1988).

Autorregulación: conjunto de conductas que tienen la finalidad regular la planificación y organización personal para el cumplimiento de las metas educativas (Busko, 1998).

Comportamiento: forma de interacción entre los individuos y su entorno, lo que permite establecer relaciones interpersonales, vínculos y desarrollarse a nivel personal (Galarsi et al., 2011).

Motivación: impulso interno o externo que permite la movilización del individuo hacia un fin específico (Naranjo, 2009).

Cognición: conjunto de procesos mentales que permite al ser humano percibir, crear, almacenar y analizar información del entorno (Zapata & Canet, 2009).

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de investigación

El tipo de investigación fue básica, debido a que se orientó a promover evidencia aporta al conocimiento y comprensión de las variables en un contexto particular de estudio, a partir de la recolección de datos e inferencias de resultados. De igual modo, describió y explicó variables psicológicas para dar respuesta a objetivos y acercarse al conocimiento particular de los atributos, contrastando datos e hipótesis (Sánchez & Reyes, 2021).

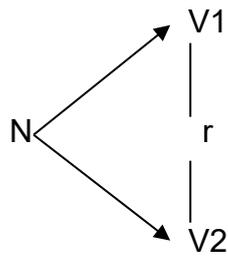
La metodología considerada para el estudio correspondió a la del enfoque de estudio cuantitativo, el cual se orientó al contraste de hipótesis mediante el recojo de datos numéricos con empleo de instrumentos previamente estandarizados. Asimismo, tuvo la finalidad de cuantificar la información recopilada, la cual es interpretada partiendo del marco teórico (Hernández et al., 2014)

El nivel de investigación fue denominado correlacional, orientado a la determinación de asociación o relación entre dos o más variables, en un contexto de estudio, en una muestra para indicar se grado de correspondencia, dirección y grado de relación (Hernández et al., 2014; Sánchez et al., 2018).

4.2. Diseño de investigación

El diseño fue no experimental, transversal de corte descriptivo correlacional, el cual no tuvo la finalidad de manipular variables para ejercer un efecto o cambio sobre una dependiente. Asimismo, las observaciones o datos fueron recogidos en un solo momento, sin la necesidad de intervenciones reiterativas en contacto con la muestra. Además, tuvo la finalidad de establecer la relación entre dos o más variables (Hernández et al., 2014; Sánchez et al., 2018).

Donde:



N: adolescentes

V1: estrés académico

V2: procrastinación académica

r: relación entre V1 y V2.

4.3. Hipótesis general y específicas

Hipótesis general

Existe relación significativa entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Hipótesis específicas

Existe relación significativa entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Existe relación significativa entre la dimensión reacciones frente al estrés y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

4.4. Identificación de variables

Variable 1: Estrés académico

Dimensiones: estresores, síntomas, estrategias de afrontamiento.

Variable 2: Procrastinación académica

Dimensiones: Autorregulación académica, postergación de actividades

4.5. Matriz de operaciones de variables

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES DE RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
Estrés académico	Estresores	Exceso de tareas	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	Ordinal	Nivel leve 42-70	Cuantitativo
		Tipos de trabajos				
		Carácter del docente				
		Valoración del examen				
		No comprende la lección				
		Competencias de pares				
		Responder preguntas				
	Síntomas	Físicos	8, 9,			
		Psicológicos	10, 11,			
		Conductuales	12, 13, 14			
		Estrategias de afrontamiento	Desarrollo de un plan		15, 16, 17, 18, 19, 20, 21	
			Religiosidad			
			Elogios propios			
			Búsqueda de información			
Competencia asertiva	21					
Exponer preocupaciones						
				Nivel moderado 71-95		
				Nivel severo 96-126		

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES DE RANGOS	TIPO DE VARIABLE ESTADÍSTICA
Procrastinación académica	Autorregulación académica	Proactividad	1, 8, 9	Ordinal	Nivel bajo	Cuantitativo
		Revisión académica			20-35	
		Aplazamiento de tareas	2, 3, 4,		Nivel medio	
	Postergación de actividades	Malos hábitos	5, 6, 7,		36-50	
		Ritmo de estudio inadecuado	10, 11, 12		Nivel alto	
					51-60	

4.6. Población y muestra

La población hace referencia al conjunto de unidades de análisis de interés, los cuales presentan las características que se requiere para el estudio y las propiedades respecto a variables específicas, a partir de las cuales se puede recolectar datos (Ventura-León, 2017). La población estuvo conformada por 1761 estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad Escolar San Carlos de Puno.

Respecto a la muestra, esta se explica como un segmento extraído de la población, el cual es representativo y presenta las características que se requiere para el estudio (Hernández et al., 2014). La muestra quedó conformada por 306 estudiantes.

Determinación de la muestra

$$n = \frac{N*Z^2*p*0.5}{e(N-1)+Z^2*p*q} \qquad n = \frac{1761*1.96^2*0.5*0.5}{0.05^2(1761-1)+1.96^2*0.5*0.5} = 306$$

Donde:

n=tamaño de muestra.

N=población

e=margen de error = 0,05

Z=grado de confianza = 1,96

p=probabilidad de que ocurra el evento = 0,5

q= (1-p) = probabilidad de que no ocurra el evento = 0,5.

El muestreo que se empleó fue probabilístico, aleatorio simple, el cual se consiste en la selección deliberada de participantes debido a que todos tienen la misma probabilidad de pertenecer a la muestra, donde se observan características homogéneas (Otzen & Menterola, 2017).

Criterios de selección

Criterios de inclusión

- estudiantes entre 12 a 17 años de edad,
- Matriculados en la I.E. Gran Unidad Escolar San Carlos de Puno.
- Con matrícula vigente en el presente año lectivo.
- Mujeres y hombres.

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no cuenten con el permiso o autorización de sus padres para participar del estudio.
- Estudiantes que no se encuentren presentes en la recolección de datos.
- Estudiantes que se nieguen a participar del estudio.

Se tomaron en cuenta los aspectos de la American Psychological Association (APA, 2017):

En función de los aspectos éticos, en primera instancia se tuvo en cuenta la autonomía, debido a que se les facilitó a los participantes el documento de consentimiento informado, mediante el cual se explicó la finalidad del estudio y su participación en el mismo, pudiendo desistir de su participación en cualquier momento de aplicación de los instrumentos.

Asimismo, se consideró el principio de beneficencia, el cual indica que los participantes tienen derecho a recibir un reporte de la interpretación de las pruebas que se les aplicó para los fines correspondientes.

De igual modo, se tuvo el principio de justicia, respetando la diversidad sociocultural y económica de los sujetos de estudio, así como el derecho a ser tratado de forma igualitaria, haciendo valer sus derechos, opiniones y diferencias personales.

Por último, se tuvo en cuenta el principio de no mal eficiencia, dado que el proceso de recolección de datos no implicó algún riesgo o daño físico como psicológico para los participantes, manteniendo la confidencialidad de los datos y, sobre todo, indicando que los datos que brinden mediante sus respuestas serán de uso exclusivo para la presente investigación y no para fines ajenos a la misma.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica empleada fue la psicometría: es una rama de la psicología que se orienta a la medición y cuantificación de los procesos psicológicos o variables psicológicas, con la finalidad de asignarle interpretación teórica

y valorar en función de las características se los objetos medidos (Hernández et al., 2014).

Instrumento 1: Inventario de estrés académico SISCO

Ficha técnica del instrumento

Nombre del instrumento original	: Inventario de estrés académico SISCO original
Autores	: Arturo Barraza Macia
Año y país de publicación	: 2007, México
Autores	: Caramantín, Y.
Año y país de publicación	: 2022, Perú
Dimensiones	: 3 (Estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento)
Numero de ítems	: 23
Forma de aplicación	: Individual y colectiva
Tiempo de aplicación	: 10 a 15 minutos
Link o DOI de ubicación del instrumento a emplear	https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89420/Caramant%C3%a3n_BYP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
Propiedades psicométricas del instrumento original	Validez: Se realizó mediante el análisis factorial exploratorio, dando una matriz factorial de 3 factores que explican el 46% de la varianza total, con pesos factoriales mayores a .35 (Barraza, 2007). Confiabilidad: Obtuvo un valor de Alfa de Cronbach un índice de .92 (Barraza, 2007).
Propiedades psicométricas del instrumento adaptado	Confiabilidad: la dimensión estresores obtuvo un valor de .805, la dimensión

síntomas .929 y estrategias de afrontamiento .762 (Caramantín, 2022).

Validez: La validez de contenido mostró un valor de 1.00 para todos los ítems, indicando representatividad de los ítems respecto a la medición del constructo. El análisis factorial exploratorio dio como resultado la existencia de 3 dimensiones, las cuales explicaron el 44.4% de la varianza, con cargas factoriales mayores a .40 (Caramantín, 2022).

Nivel leve

42-70

Nivel moderado 71-95

Nivel severo

96-126

Instrumento 2: Escala de Procrastinación Académica EPA

Ficha técnica del instrumento

Nombre del instrumento	: Inventario de estrés académico SISCO original
<hr/>	
Autores	: Deborah Busko
Año y país de publicación	: Canadá, 1998
Autores	: Contreras Zarate Katia
Año y país de publicación	: 2022, Perú
Dimensiones	: 2 (autorregulación académica y postergación de actividades)
Numero de ítems	: 12
Forma de aplicación	: Individual y colectiva
Tiempo de aplicación	: 10 a 15 minutos
Link o DOI de ubicación del instrumento a emplear	https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/84125/Contreras_ZKS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Propiedades psicométricas del instrumento original	<p>Validez: Se determinó mediante la convergencia con un instrumento equivalente, determinando valores de correlación mayores a .40 (Busko, 1988).</p> <p>Confiabilidad: Obtuvo un valor de Alfa de Cronbach un índice de .82 (Busko, 1988).</p> <p>Confiabilidad: La dimensión postergación de actividades obtuvo un valor de .86 y autorregulación académica .90 (Contreras, 2022).</p>
Propiedades psicométricas del instrumento adaptado	<p>Validez: La validez basada en la estructura interna se determinó mediante el AFC, obteniendo índices de ajuste de RMSEA=.08, SRMR=.05, CFI=.965 y TLI=.956 (Contreras, 2022).</p> <p>Nivel bajo 20-35</p> <p>Nivel medio 36-50</p> <p>Nivel alto 51-60</p>

4.8. Técnica de análisis y procesamiento de datos

Posteriormente a la recolección de datos mediante el empleo de los instrumentos descritos con anterioridad, se realizará el análisis estadístico correspondiente, utilizando los programas Ms Excel y IBM SPSS. En el primero, se elaboró la base de datos, la que contuvo las puntuaciones directas emitidas por los participantes. Asimismo, se realizó el filtro correspondiente de los datos para evitar datos sesgados o valores perdidos.

Posteriormente, se determinaron los niveles, para ello, cada respuesta fue codificada según la categoría que le corresponda: alto medio

o bajo. En función de ello, se estimaron las frecuencias porcentajes y absolutas. En el IBM SPSS, se realizó el análisis inferencial. Para ello, se empleó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar la distribución de los datos. Los datos siguieron una distribución no normal por lo que se empleó la prueba no paramétrica de Spearman.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados

Tabla 1

Niveles de la variable estrés académico

Niveles	f	%
Alto	100	32.7%
Medio	128	41.8%
Bajo	78	25.5%
Total	306	100.0%

Figura 1

Nivel de estrés académico

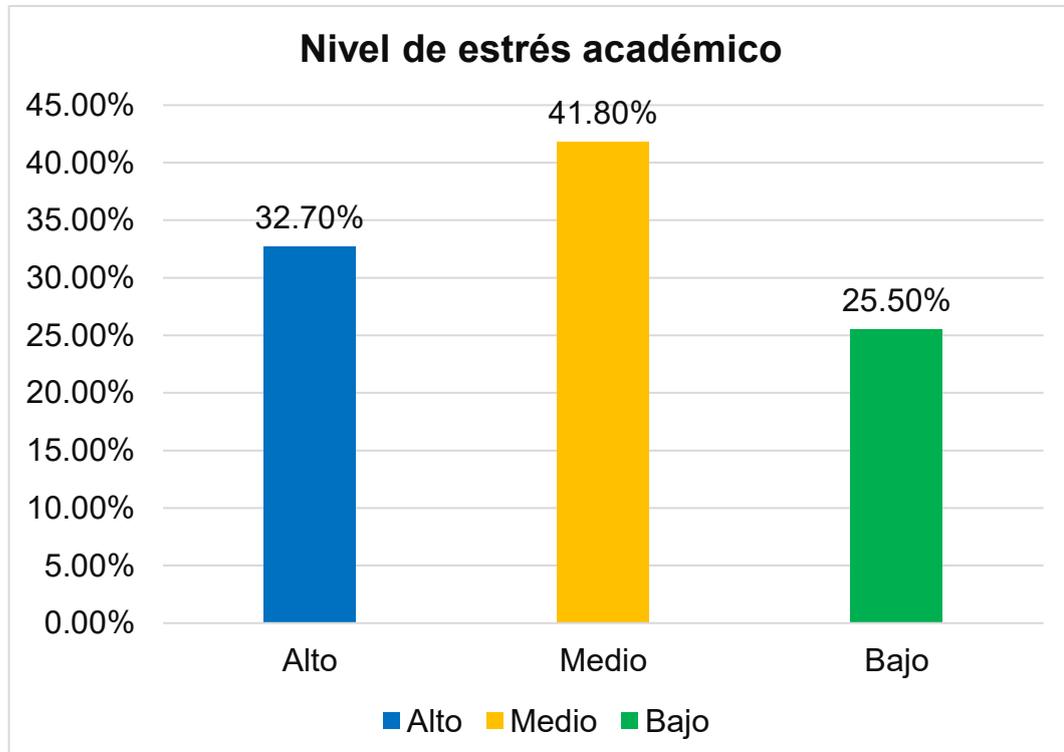


Tabla 2

Niveles de la dimensión estresores

Niveles	f	%
Alto	131	42.8%
Medio	90	29.4%
Bajo	85	27.8%
Total	306	100.0%

Figura 2

Nivel de la dimensión estresores

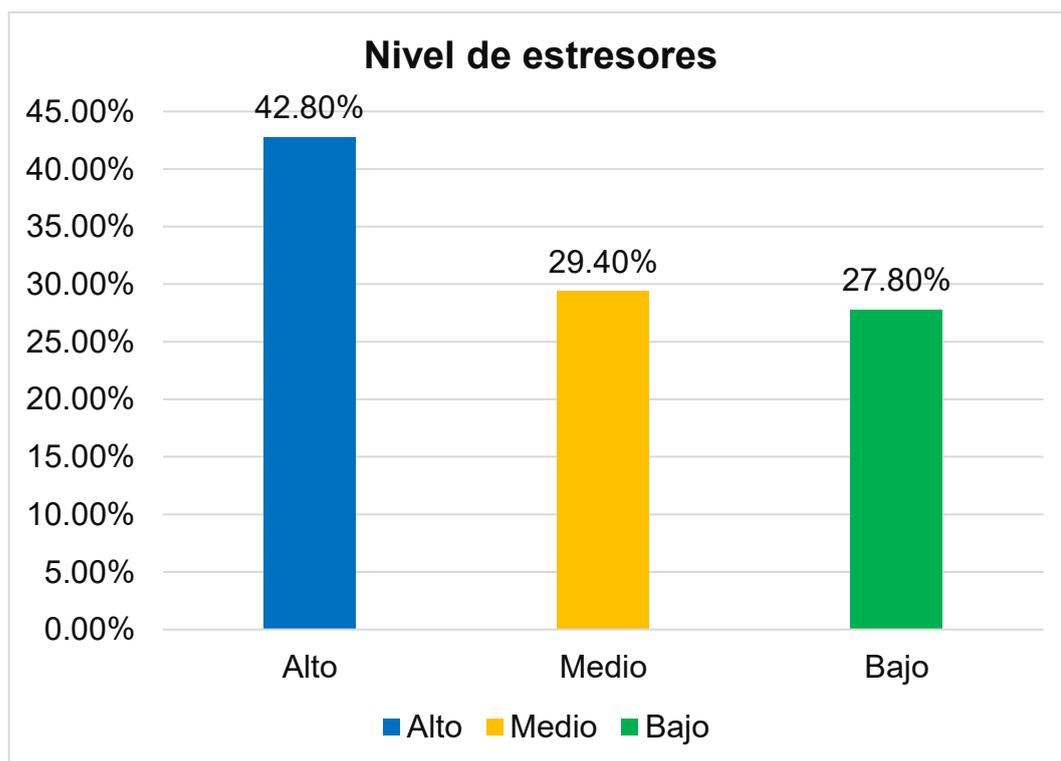


Tabla 3

Niveles de la dimensión síntomas

Niveles	f	%
Alto	92	30.1%
Medio	110	35.9%
Bajo	104	34.0%
Total	306	100.0%

Figura 3

Nivel de la dimensión síntomas

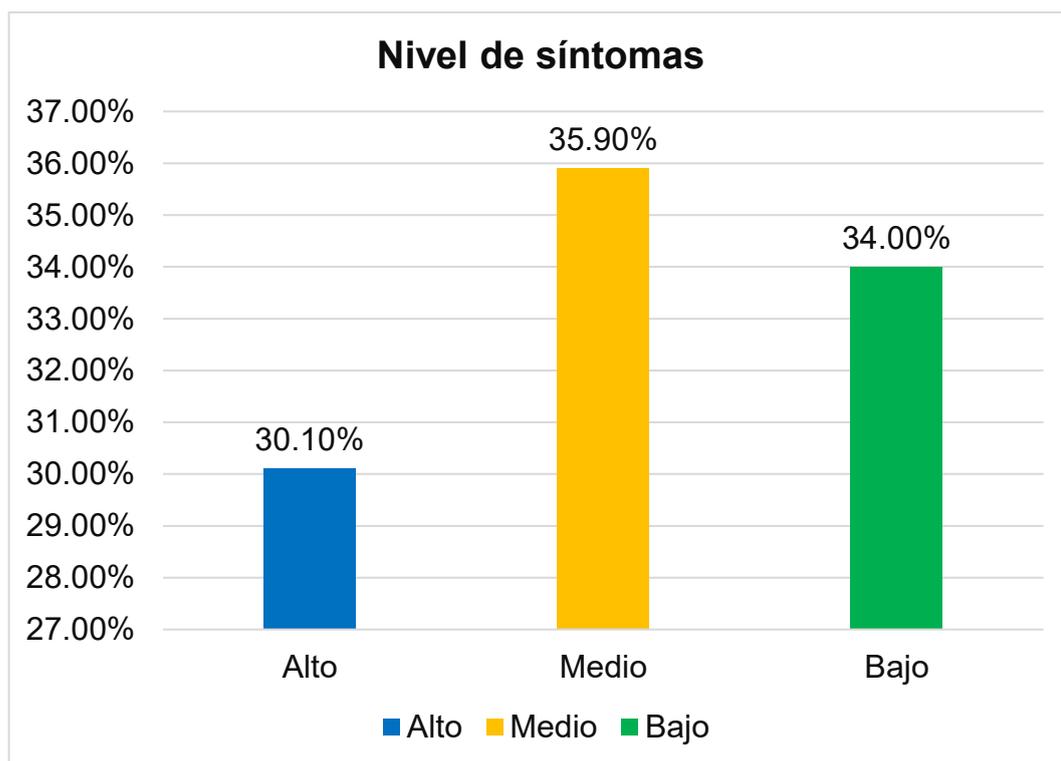


Tabla 4

Niveles de la dimensión estrategias de afrontamiento

Niveles	f	%
Alto	130	42.5%
Medio	100	32.7%
Bajo	76	24.8%
Total	306	100.0%

Figura 4

Nivel de la dimensión síntomas

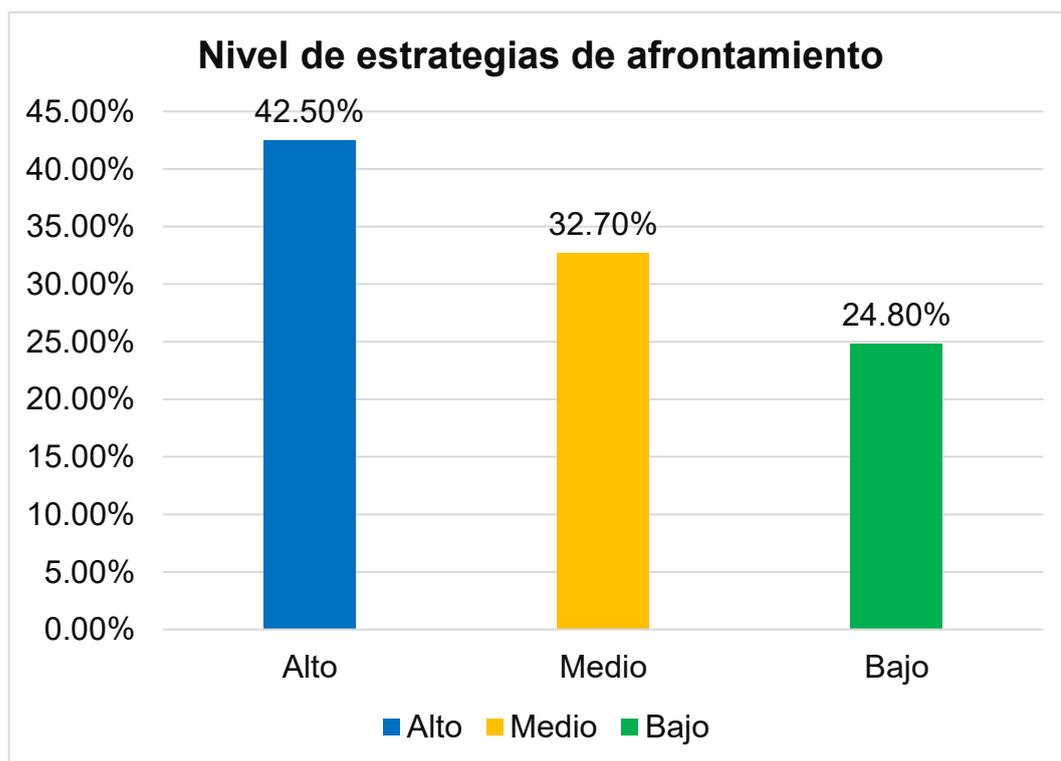


Tabla 5

Niveles de la variable procrastinación académica

Niveles	f	%
Alto	111	36.3%
Medio	105	34.3%
Bajo	90	29.4%
Total	306	100.0%

Figura 5

Nivel de la variable procrastinación académica

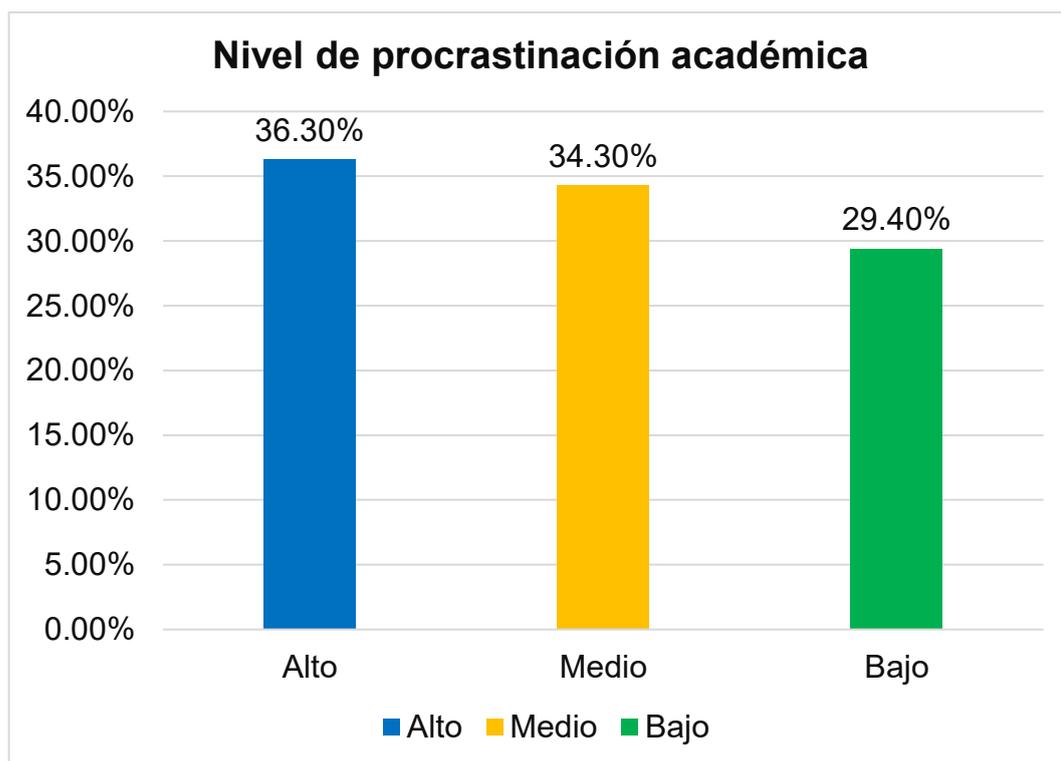


Tabla 6

Niveles de la dimensión postergación de actividades

Niveles	f	%
Alto	158	51.6%
Medio	68	22.2%
Bajo	80	26.1%
Total	306	100.0%

Figura 6

Nivel de la dimensión postergación de actividades

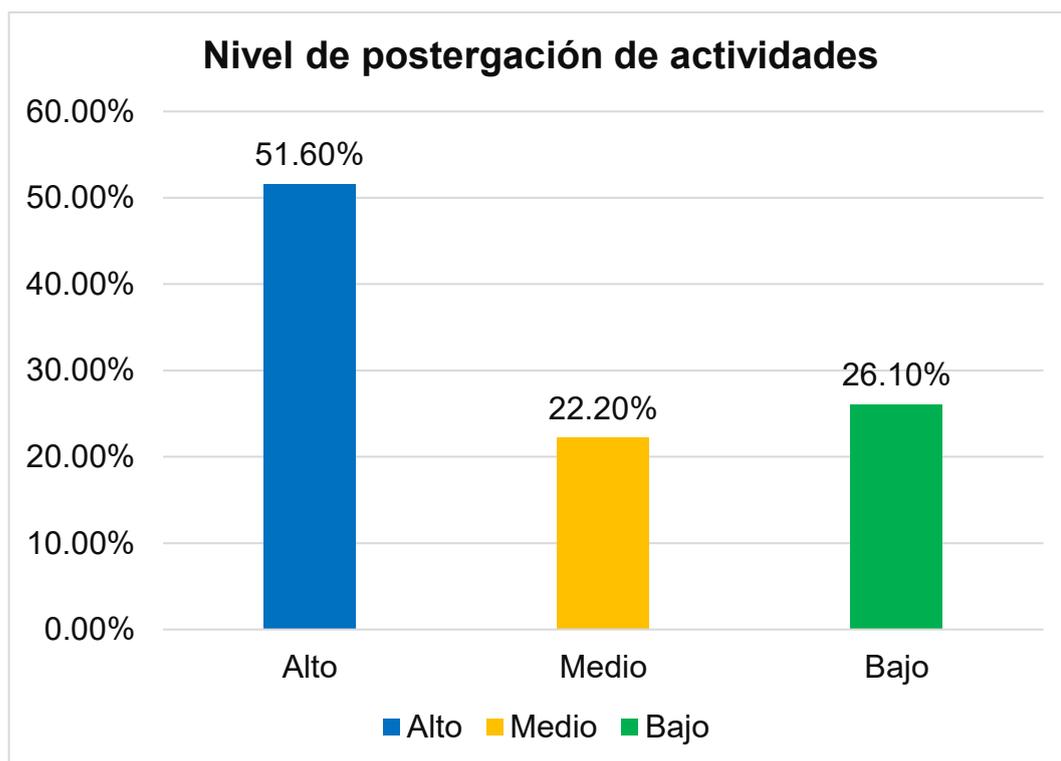


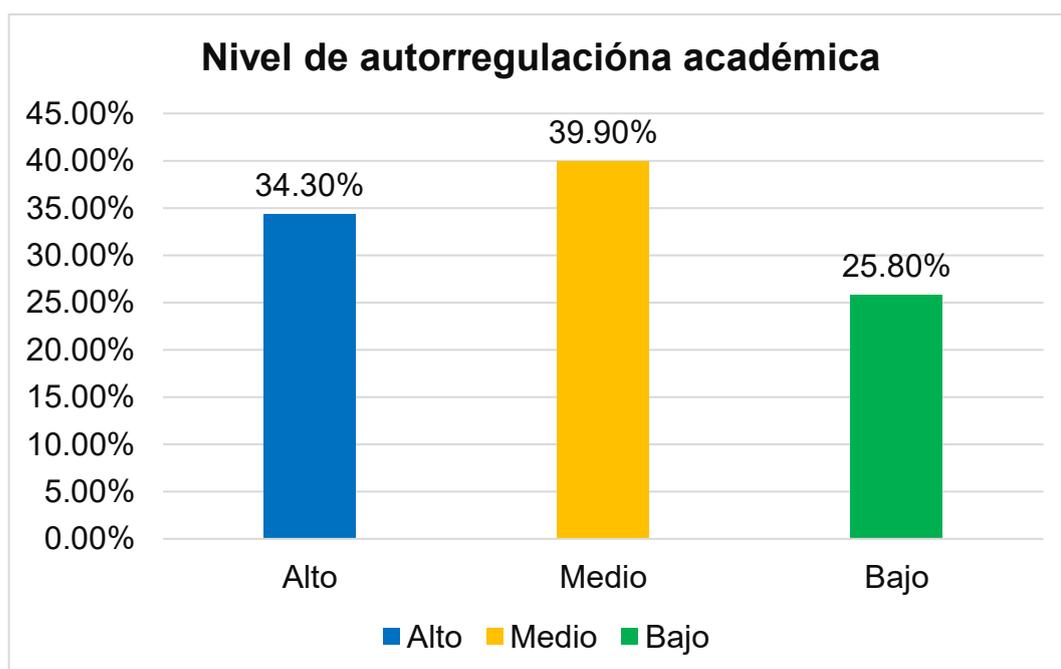
Tabla 7

Niveles de la dimensión autorregulación académica

Niveles	f	%
Alto	105	34.3%
Medio	122	39.9%
Bajo	79	25.8%
Total	306	100.0%

Figura 7

Nivel de la dimensión autorregulación académica



5.2. Interpretación de resultados

En la tabla 1 y figura 1 se observa el análisis descriptivo de la variable estrés académico. Se observó que, con mayor frecuencia, los participantes perciben el estrés en el nivel medio con el 41.8% (n=128), seguido del nivel alto con el 32.7% (n=100) y, por último, el nivel bajo con el 25.5% (n=78).

En la tabla 2 y figura 2 se observa el análisis descriptivo de la dimensión estresores, siendo estos los estímulos que desencadenan las manifestaciones estresantes. Se observó que, con mayor frecuencia, se perciben los estresores en el nivel alto con el 42.8% (n=131), seguido del nivel medio con el 29.4% (n=90) y, por último, el nivel bajo con el 27.8% (n=85).

En la tabla 3 y figura 3 se observa el análisis descriptivo de la dimensión síntomas, siendo estos aquellas manifestaciones iniciales del estrés académico. Se observó que, con mayor frecuencia, se ubica el nivel medio con el 35.9% (n=110), seguido del nivel bajo con el 34.0% (n=104) y, por último, el nivel alto con el 30.1% (n=92).

Asimismo, en la tabla 4 y figura 4 se observa el análisis descriptivo de la dimensión estrategias de afrontamiento, las que corresponden a los modos de respuesta que se emiten para un manejo del estrés. Se observó que, con mayor frecuencia, se ubica el nivel alto con el 42.5% (n=130), seguido del nivel medio con el 32.7% (n=100) y, por último, el nivel bajo con el 24.8% (n=76).

En la tabla 5 y figura 5 se observa el análisis descriptivo de la variable procrastinación académica, correspondiente a un patrón comportamental de aplazamiento de las responsabilidades académicas. Se observó que, con mayor frecuencia, se ubica el nivel alto con el 36.3% (n=111), seguido del nivel medio con el 34.3% (n=105) y, por último, el nivel bajo con el 29.4% (n=90).

En la tabla 6 y figura 6 se observa el análisis descriptivo de la dimensión postergación de actividades. Se observó que, con mayor frecuencia, se ubica el nivel alto con el 51.6% (n=158), seguido del nivel bajo con el 26.1% (n=80) y, por último, el nivel medio con el 22.2% (n=68).

En la tabla 7 y figura 7 se observa el análisis descriptivo de la dimensión autorregulación académica, siendo estos comportamientos que permiten cumplir con las responsabilidades académicas. Se observó que, con mayor frecuencia, se ubica el nivel medio con el 39.9% (n=122), seguido del nivel alto con el 34.3% (n=105) y, por último, el nivel bajo con el 25.8% (n=79).

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis inferencial

Prueba de normalidad

Tabla 8

Normalidad de los datos de las variables estrés académico y procrastinación académica

Variable/Dimensiones	K-S	Sig
Estrés académico	.064	.004
Estresores	.145	.000
Síntomas	.129	.000
Estrategias de afrontamiento	.119	.000
Procrastinación académica	.123	.000
Postergación de actividades	.135	.000
Autorregulación académica	.081	.000

En la tabla 8 se indica el análisis de normalidad para las variables generales como para sus respectivos factores. Se empleó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, observando como resultado un valor de significancia estadística menor a .05. Por lo tanto, según el análisis, los datos no se ajustan a la curva normal, justificando el uso de estadística no paramétrica para el análisis posterior.

Prueba de hipótesis general

H0: No existe relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Ha: Existe relación entre relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Tabla 9

Coeficiente entre las variables estrés académico y procrastinación académica

Variables		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Estrés académico	Coeficiente de correlación	.204**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	306

En la tabla 9, se reportó un valor de significancia estadística menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna. Por ello, el análisis muestra relación entre las variables propuestas con un valor de .204**. La relación hallada es directa por lo que, a mayor estrés académico, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.

Hipótesis específica 1

H0: No existe relación entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Ha: Existe relación entre relación entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Tabla 10

Coefficiente entre la dimensión estresores y la variable procrastinación académica

Variables		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Estresores	Coefficiente de correlación	.125*
		Sig. (bilateral)	.042
		N	306

En la tabla 10, se reportó un valor de significancia estadística menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna. Por ello, el análisis muestra relación entre la dimensión y variable con un valor de .125*. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia de estresores, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.

Hipótesis específica 2

H0: No existe relación entre la dimensión síntomas y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Ha: Existe relación entre relación entre la dimensión síntomas y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Tabla 11

Coefficiente entre la dimensión síntomas y la variable procrastinación académica

Variables		Procrastinación académica	
Rho de Spearman	Síntomas	Coefficiente de correlación	.219**
		Sig. (bilateral)	.000
		N	306

En la tabla 11, se reportó un valor de significancia estadística menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna. Por ello, el análisis muestra relación entre la dimensión y variable con un valor de .219*. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia de síntomas, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.

Hipótesis específica 3

H0: No existe relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Ha: Existe relación entre relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.

Tabla 12

Coefficiente entre la dimensión estrategias de afrontamiento y la variable procrastinación académica

Variables		Procrastinación académica	
		Coefficiente de correlación	.183**
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	Sig. (bilateral)	.001
		N	306

En la tabla 12, se reportó un valor de significancia estadística menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna. Por ello, el análisis muestra relación entre la dimensión y variable con un valor de .183**. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia del empleo de estrategias de afrontamiento, serán de utilidad para el manejo de la procrastinación académica.

VII. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

7.1. Comparación de los resultados

El presente estudio se orientó al análisis de dos propiedades importantes para la experiencia de los adolescentes, es decir, el estrés académico y la procrastinación. Respecto al estrés, se constituye como una variable presente dentro de los espacios educativos, siendo el producto de las demandas exigentes, carga de responsabilidades y dificultades en los procesos de enseñanza y aprendizaje en las escuelas (Benavides & Villegas, 2024). Se observó alta prevalencia de estrés, el cual es explicado, en cierta parte, por la presencia de comportamientos de aplazamiento de actividades (Delgado et al., 2022). Al respecto, la alta presencia de estresores provoca desequilibrios en el organismo, lo que genera respuestas comportamentales desadaptativas, siendo estas manifestaciones de procrastinación académica (Zapata & León, 2024). Por lo mencionado, surge la necesidad e importancia de realizar la presente investigación, para comprender cómo se vienen presentando las variables en la muestra estudiada.

Por lo tanto, el objetivo general planteó determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025. La evidencia mostró un valor de probabilidad menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna, aceptando la existencia de relación entre las variables propuestas con un valor de $.204^{**}$. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia de estrés académico, guarda correspondencia con la presencia de los comportamientos propios de la procrastinación dentro del espacio educativo.

Los resultados son similares a los de Caracutan et al. (2024) quienes reportaron, en una muestra de 409 estudiantes, la existencia de relación entre las variables con un valor de Pearson de $r=.503$ y significancia estadística de $p=.000$. De igual modo, se aprecia similitud con el hallazgo de Bakhan y Halat (2023) quienes realizaron un estudio en una muestra de 439 participantes, indicando correlación entre las variables $r=.379$, $p=.042$.

Asimismo, el estudio de Balarezo y Mayorga (2023), realizado en una muestra de 146 estudiantes, observó relación con un valor de $r=.199^{**}$. Por lo mencionado, tanto en la presente investigación como en los estudios previos se indicó relación entre las variables, siendo importantes para comprender los comportamientos académicos de los estudiantes.

Desde el punto de vista de la teoría transaccional del estrés, el estrés resulta de la percepción que muestran las personas en función de los estímulos que recibe del exterior, los cuales cuando son percibidos como amenazantes resultan en manifestaciones estresante. Esta percepción estresante puede surgir de situaciones que causan daño, representan una amenaza o presentan un desafío para la persona (Berrío & Mazo, 2011). De esta forma, ante la tensión que se tiene por los estímulos estresantes, surgen conductas desadaptativas, las cuales pueden ser contraproducentes para el ámbito educativo, siendo estas específicamente las conductas de procrastinación académica (Águila et al., 2015).

El primer objetivo específico planteó identificar la relación entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025. El hallazgo mostró un valor de significancia estadística menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna, existiendo relación entre las variables con un valor de correlación de $.125^*$. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia de estresores, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.

Los resultados hallados son similares al estudio de Flores y Quispe (2024) quienes observaron la existencia de relación entre procrastinación con estresores $rs=-.414^{**}$. Asimismo, existe correspondencia con el estudio de Encarnación y Huertas (2022), quienes, en su investigación con 262 participantes, detallaron presencia de relación entre procrastinación con estímulos estresores $rs=.494^{**}$. De igual modo, existe coincidencia con la investigación de Camani y Ccapatinta (2024), debido a que observaron relación entre las variables con un valor de $rs=.373^{**}$. Por lo señalado, la variación en la presencia de estresores tiene relación con las variaciones posibles en las puntuaciones de la procrastinación académica.

Desde el punto de vista conductual, la procrastinación académica y estrés se explican por la presencia de los refuerzos constantes tanto de forma positiva como negativa (Skinner, 1977). Las personas que muestran comportamientos de procrastinación, mantienen dichas conductas debido a los reforzamientos que reciben por las mismas. Es decir, la procrastinación genera efectos positivos y agradables, por ser un mecanismo de disminución de tensión. Asimismo, se observa una función positiva, es decir, la procrastinación permite evitar el malestar y experimentar sensaciones agradables (Gil et al., 2020).

El tercer objetivo específico planteó identificar la relación entre la dimensión reacciones frente al estrés y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025. Al respecto, la evidencia mostró un valor de probabilidad estadística menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna, indicando la existencia de relación entre la dimensión y variable con un valor de .219*. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia de síntomas o reacciones frente al estrés, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.

Los hallazgos son similares a la investigación de Gomez (2024) quien, en su estudio realizado en Chiclayo, reportó relación entre la procrastinación académica con síntomas $r_s=.187$. De igual modo, guardan similitud con la investigación de Camani y Ccapatinta (2024), donde se observó relación con la dimensión síntomas, siendo un valor de síntomas $r_s=.717^{**}$ y correlación directa. Además, guarda correspondencia con el estudio de Flores y Quispe (2024) debido a que indicó relación entre procrastinación con síntomas $r_s=.246^{**}$.

Desde el punto de vista conductual, las reacciones sintomatológicas del estrés serían un resultado de los estímulos del contexto donde se desarrollan los estudiantes. Las personas que muestran comportamientos de procrastinación, mantienen dichas conductas debido a los reforzamientos que reciben por las mismas. Por lo tanto, ambas respuestas son propias de los reforzadores tanto positivos como negativos que se reciben del exterior (Skinner, 1977).

El cuarto objetivo específico señaló identificar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025. El análisis mostrado, indicó un valor de probabilidad menor al .05, por lo que se permite el rechazo de la hipótesis nula y aceptar la alterna, señalando la existencia de relación entre la dimensión y variable con un valor de .183**. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia del empleo de estrategias de afrontamiento, serán de utilidad para el manejo de la procrastinación académica.

El estudio coincide con los hallazgos de Espín y Vargas (2023), realizado en Ecuador, donde observaron relación entre el estrés y procrastinación $p=.000$. De igual modo, guarda similitud con la investigación de Gómez (2024) donde se halló relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento $rs=-.340^{**}$. De igual modo, tiene correspondencia con los hallazgos de Camani y Ccapatinta (2024) con un resultado de $rs=-.305^{**}$.

Desde el modelo cognitivo conductual, los resultados se explican debido a que, la procrastinación sería el resultado de la incapacidad personal para el logro de la realización personal y el cumplimiento de objetivos personales (Zumárraga & Cevallos, 2022). Desde este enfoque, la procrastinación tiene un origen en las creencias o esquemas cognitivos que se forman en edades tempranas de la vida los cuales, al ser desadaptativos, influyen en el comportamiento y la falta de tolerancia (Álvarez, 2010).

Por tanto, se cumplió con los objetivos propuestos para el estudio, observando hallazgos que describen a los participantes y aportan a la investigación en base a la comprensión y entendimiento sobre la relación entre las variables.

VIII. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

- PRIMERA:** Existe correlación directa entre estrés académico y procrastinación .204**. La relación hallada es directa por lo que, a mayor estrés académico, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.
- SEGUNDA:** Existe correlación directa entre estresores y procrastinación .125**. EL resultado indica que, a mayor presencia de estresores, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.
- TERCERA:** Existe correlación directa entre síntomas y procrastinación .219**. EL resultado indica que, a mayor presencia de síntomas, mayor la posibilidad de los comportamientos procrastinadores.
- CUARTA:** Existe correlación directa entre estrategias de afrontamiento y procrastinación .189**. La relación hallada es directa por lo que, a mayor presencia del empleo de estrategias de afrontamiento, serán de utilidad para el manejo de la procrastinación académica.

Recomendaciones

- PRIMERA:** A la institución educativa se le recomienda planificar talleres orientados desarrollar estrategias individuales que permitan una adecuada gestión y manejo de los eventos estresantes, para evitar daños en la integridad personal.
- SEGUNDA:** A la institución educativa se le recomienda el desarrollo de programas de intervención orientados a mejorar las herramientas y hábitos de estudio de los adolescentes, para un mayor manejo y eficacia académica.
- TERCERA:** Se recomienda a los docentes y tutores, quienes se encuentran en constante interacción con los adolescentes, identificar a aquellos estudiantes que muestren riesgo de estrés académico

crónico, de tal manera que se puedan derivar para ser atendidos oportunamente y prevenir un riesgo mayor.

CUARTA: Se recomienda realizar estudios predictivos o explicativos con el objetivo de determinar las variables que influyen en el desarrollo del estrés académico y procrastinación. De esta manera, no solo se podrá intervenir en las variables, sino en factores que se asocian a su explicación.

IX. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abad, D. (2019). *Procrastinación académica, burnout y engagement académico en estudiantes de una universidad privada de Lima* [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres, Lima, Perú. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/5433>
- Adewale, A. (2019). The impact of procrastination on students academic performance in secondary schools. *International Journal of Sociology and Anthropology Research*, 5(1), 17-22. <https://www.eajournals.org/wp-content/uploads/The-Impact-of-Procrastination-on-Students-Academic-Performance-in-Secondary-Schools.pdf>
- Águila, B., Calcines, M., Monteagudo, R., & Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Edumecentro*, 7(2), 163-178. <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v7n2/edu13215.pdf>
- Álvarez, O. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, (13), 159-177. <https://www.redalyc.org/pdf/1471/147118212009.pdf>
- Altamirano, C., & Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(1), 1-10. <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
- Alvarez, M.M. (2021). Diseño de un corto documental para evidenciar el estrés académico generado por las clases virtuales en los estudiantes del 5to grado de secundaria en el contexto de la pandemia por la Covid-19 en una institución educativa privada del distrito de Pachacámac [Tesis de maestría, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/f5034c08-bfae-450d-bcb3-425fb9e7b0fa/content>

- Álvarez, A., Gallegos, M., & Herrera, S. (2018). Estrés académico en estudiantes de tecnología superior. *Universitas*, 28, 193–209. <https://doi.org/10.17163/uni.n28.2018.10>
- Alvarez, K., & Cerrón, K. (2021). *Estrés académico y procrastinación en estudiantes de quinto de secundaria de instituciones educativas con jornada escolar completa de la provincia de Lircay-Huancavelica* [Tesis de Licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio institucional de la Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8378/3/IV_FHU_501_TE_Alvarez_Cerron_2021.pdf
- American Psychological Association (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. <https://www.apa.org/ethics/code>
- Aspur, J. Y., & Falconí, S.M. (2020). *Procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad de Ica, 2020* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Ica]. Universidad Autónoma de Ica. <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/803>
- Atalaya, C., & Ampudia, L. (2020). Procrastinación: Revisión Teórica. *Revista de Investigación en Psicología*, 22(2), 363-378. <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v22i2.17435>
- Balarezo, M. M., & Mayorga, P. M., (2023). Procrastinación académica y su relación con el estrés dominante y la ansiedad estado-rasgo en adolescentes de tercero de Bachillerato. *Uniandes Episteme*, 10(2), 166-179. <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/627619>
- Bakhan, B., & Halat, A. (2023). Academic Stress and Its Relationship With Procrastination Among. *Twejer Journal*, 6(1), 2118-40. <https://doi.org/10.31918/cx39w805>.
- Barraza, A. (2007). *Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico*. <https://psicologiacientifica.com/inventario-sisco-estres-academico>

- Bermúdez, V. (2018). Ansiedad, Depresión, Estrés y Autoestima en la Adolescencia. Relación, Implicaciones y Consecuencias en la Educación Privada. *Cuestiones Pedagógicas. Revista de Ciencias de La Educación*, (26), 37–52.
<https://revistascientificas.us.es/index.php/Cuestiones-Pedagogicas/article/view/5351>
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 9(3), 110-129.
<https://www.revistas.unam.mx/index.php/repil/article/view/19028>
- Barraza, A. (2011). La gestión del estrés académico por parte del orientador educativo. *Revista Visión Educativa Iuanes*, 5(11), 1-11.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4034497.pdf>
- Barraza, A. (2008). El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(29), 270-289.
<http://www.scielo.org.co/pdf/apl/v26n2/v26n2a12.pdf>
- Barraza, A. (2014). Estresores académicos y su relación con seis indicadores cuantitativos de la red de apoyo social. *Boletín de Psicología*, 111, 45-55.
<https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N111-3.pdf>
- Barraza, A., & Barraza, S. (2018). Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 9(1), 75-99.
<http://www.scielo.org.mx/pdf/rpcc/v9n1/2007-1833-rpcc-9-01-75.pdf>
- Barraza, A., & Barraza, S. (2019). Procrastinación y estrés: análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e*, (28), 132-151.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S1870-53082019000100132&script=sci_abstract

- Benavides, D., & Villegas, N. (2024). Estrés académico y su relación con las estrategias de afrontamiento en los adolescentes. *Revista Ecos De La Academia*, 10(19), 1-19. <https://doi.org/10.53358/ecosacademia.v10i19.1117>
- Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad Antioquia*, 3(2), 1-12. https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2145-48922011000200006
- Busko, D. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model* [Tesis de Maestría]. Guelph, Ontario: University of Guelph. https://atrium.lib.uoguelph.ca/xmlui/bitstream/handle/10214/20169/Busko_DeborahA_MA.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Catacutan, S. M., Ortiz, M. J., Mangadlao, T. D., Mission, R. J., Nonong, R. G., & Obenza, D. M. (2024). The Relationship Between Procrastination and Academic Stress Among University Students. *International Journal of Multidisciplinary Studies in Higher Education*, 1(1), 12–21. <https://doi.org/10.70847/586367>
- Caramantín, Y. (2022). *Validación y adaptación del Inventario de SISCO del estrés académico en estudiantes de secundaria de la ciudad de Piura* [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89420/Caramant%c3%adn_BYP-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castillo, P. C., Chacón De la C. T., & Díaz-Véliz, G. (2016). Ansiedad y fuentes de estrés académico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en Educación Médica*, 5(20), 230-237. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572016000400230&script=sci_abstract

- Castillo, L. (2023). Procrastination in University Students: A Proposal of a Theoretical Model. *Behav. Sci*, 13, 128-142. <https://www.mdpi.com/2076-328X/13/2/128/pdf>
- Castro, J., & Luévano, E. (2018). Influencia Del Estrés Académico Sobre El Rendimiento Escolar En Educación Media Superior. *Revista Panamericana de Pedagogía*, 26(2018), 97–117. <https://revistas.up.edu.mx/RPP/article/view/1926>
- Castro, S., & Mahamud, K. (2017). Procrastinación académica y adicción a internet en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Av.psicol*, 25(2), 189-197. https://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2017_2/PROCRASTINACI%C3%93N.pdf
- Camani, E., & Ccapatinta, L. (2024). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes se sétimo ciclo del nivel secundario de una Institución Educativa de la Provincia de Chumbilcas, Cusco* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional de San Antonio Abad del Cusco. https://repositorio.unsaac.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12918/9701/253T20241045_TC.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Chávez, R., & Peralta, Y. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista de Ciencias Sociales*, 25(1), 384–399. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7113737>
- Chávez, S., Haro-Rodriguez, Y. M., Machaca-Calcina, L. G., & Adriano-Rengifo, C. E. (2024). Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Perú. *Ciencias Psicológicas*, 18(1), e-3333. <https://doi.org/10.22235/cp.v18i>
- Contreras, K. (2022). *Evidencias psicométricas del cuestionario de procrastinación académica en adolescentes estudiantes de una*

Institución Educativa del Distrito de la Esperanza [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional de la Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/84125/Contreras_ZKS-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Corrales, H. G., & Gaibor, I. A. (2022). Estrés Académico y su relación con la Resiliencia en Adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10435-10449. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4140

Delgado, A., Oyanguren-Casas, N., Reyes, A., Zegarra, A., & Cueva, M. (2022). El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), e1372. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9n3.1372>

Díaz, J. (2019). Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 51(2), 43-60. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2019-04/RIDEP51-Art4.pdf>

Díaz, K. (2020). *Un marco de acción que enriquece la actividad académica*. <https://www.javeriana.edu.co/documents/12789/11767440/P%C3%A1g.+8.+La+actividad+acad%C3%A9mica.+HJ+junio+2020+web.pdf/a410a26d-6be3-4d09-b383-c2eb9a6f3757>

Duda, E., & Gallardo, E. (2022). Caracterización de la procrastinación académica en estudiantado universitario peruano. *Revista Electrónica Educare*, 26(2), 2-17. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582022000200369

Encarnación, J., & Huertas, E. (2022). *Procrastinación académica y estrés en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada del Distrito de Ventanilla* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional de la Universidad Privada del

Norte.

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/31548/Encarnacion%20Lopez%2c%20Julia%20-%20Huertas%20Inga%2c%20Eddy%20Omar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Espinosa, J., Hernández, J., Chacón, M., & Bermúdez, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos*, 39(1), 1-12.

<https://www.redalyc.org/journal/559/55969798011/55969798011.pdf>

Espinoza, K., & Flores, M. (2023). *Funcionalidad familiar y procrastinación académica en estudiantes de psicología de una universidad privada de Huancayo* [Tesis de Licenciatura, Universidad Continental]. Repositorio institucional de la Universidad Continental. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/13187/1/IV_FHU_501_TE_Espinoza_Flores_2023.pdf

Espín, J., & Vargas, A. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 551-569. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.272>

Estremadoiro, B., & Schulmeyer, M. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, 30, 51 - 65. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2306-86712021000100004#:~:text=Las%20razones%20por%20las%20que,y%20mujeres%20procrastinan%20son%20diferentes.

Estrada, M., Mamani, A., Gallegos, H., Mamani, U., & Mabeli C. (2021). *Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>

Flores, P., & Quispe, D. (2024). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Gran Unidad*

Escolar San Carlos, Puno [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional del Altiplano]. Repositorio institucional de la Universidad Nacional del Altiplano. https://tesis.unap.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14082/22149/Flores_Paola_Quispe_Daisi.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Galarsi, F., Medina, A., Ledezma, C., & Zanin, L. (2011). Comportamiento, historia y evolución. *Fundamentos en Humanidades*, 12(24), 89-123. <https://www.redalyc.org/pdf/184/18426920003.pdf>

Gil, J., Besa De, M., & Garzón, A. (2020). ¿Por qué procrastina el alumnado universitario? Análisis de motivos y caracterización del alumnado con diferentes tipos de motivaciones. *Revista de Investigación educativa*, 38(1), 183-200. <http://dx.doi.org/10.6018/rie.344781>

García-Ros, R., Pérez-González, F., & Fuentes Durán, M. C. (2016). Análisis del estrés académico en la adolescencia: Efectos del nivel educativo y del sexo en Educación Secundaria Obligatoria. *Información Psicológica*, (110), 2–12. <https://doi.org/10.14635/IPsic.2015.110.3>

Garzón, A., Flores, J., & De la Fuente, J. (2020). Rasgos demográficos, académicos y personales asociados a tres tipos de procrastinación en el alumnado universitario. *Revista de Pedagogía*, 72(1), 1-23. <http://dx.doi.org/10.13042/Bordon.2020.01.69513>

Gil, L., & Botello, V. (2019). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *Revista de Investigación y Casos en Salud*, 3(2), 89-96. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536897>

Gomez, S. (2024). *Estrés y procrastinación académica en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Pública de Chiclayo* [Tesis de licenciatura, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres. <https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/157>

78/gomez_cac.pdf;jsessionid=00285A8CF13B830D6AEA1A35D07
B4183?sequence=1

González, M., & Sánchez, A. (2015). ¿Puede amortiguar el Engagement los efectos nocivos de la Procrastinación Académica? *Acción Psicológica*, 10(1), 115-134. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2013000100012

Guerra, J. M., & Reivan, G. G. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos. *MQR Investigar*, 8(3), 4893–4908. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.3.2024.4893-4908>

Hernández, G. (2016). *Procrastinación académica, motivos de procrastinación y bienestar psicológico en alumnos de ingeniería industrial de una universidad de Trujillo* [Tesis de licenciatura, Universidad Privada del Norte]. Repositorio institucional de la Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.ucsm.edu.pe/server/api/core/bitstreams/16be2df4-c7cb-4e7c-a3e9-23a5c4d92ea9/content>

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

Herdian, H., & Nurrahma, I. (2021). Estrés académico en estudiantes musulmanes en Indonesia: estudio sobre aprendizaje en línea. *Revista Educare*, 25(1), 224–239. <https://revistas.investigacion-upelipb.com/index.php/educare/article/view/1433>

Hooda, M., & Saini, A. (2018). Academic procrastination, a critical issue for consideration. *Education*, 6(8), 1-3. https://www.researchgate.net/publication/327337740_Academic_Procrastination_A_Critical_Issue_for_Consideration

Johansson, F., & Edlund, K. (2023). Associations Between Procrastination and Subsequent Health Outcomes Among University Students in

- Sweden. *JAMA Network*, 6(1), 1-23.
<http://dx.doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.49346>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lemos, M., Henao, P. M., & López, M. D. (2018). Estrés y salud mental en estudiantes de Medicina: Relación con afrontamiento y actividades extracurriculares. *iMedPub Journals*, 14(3), 1-8.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6499267>
- Limone, P., Sinatra, M., & Monacis, L. (2020). Examining Procrastination among University Students through the Lens of the Self-Regulated Learning Mode. *Behavioral Sciences*, 10(12), 184-200.
<http://dx.doi.org/10.3390/bs10120184>
- Manchado, M., & Hervías, F. (2021). Procrastinación, ansiedad ante los exámenes y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Interdisciplinaria*, 38(2), 243-258.
<https://doi.org/10.16888/interd.2021.38.2.16>
- Marco, F., Naturil, C., Peñaranda, D., & Salvador, J. (2019). *Mala gestión del tiempo en los estudiantes universitarios: efectos de la procrastinación*.
https://www.researchgate.net/publication/326724647_Mala_gestion_del_tiempo_en_los_estudiantes_universitarios_efectos_de_la_procrastinacion/link/5be94c0c4585150b2bb08e96/download?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uliwicGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIn19
- Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, D. (2004). Emotional Intelligence: Theory, Find, and Implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197-215.
<https://www.jstor.org/stable/20447229>
- Ministerio de Educación. (2023). *Estrés académico adolescente y su relación con la habilidad socioemocional de toma de decisiones en 2° grado de secundaria*. <http://umc.minedu.gob.pe/estres->

academico-adolescente-y-su-relacion-con-la-habilidad-
socioemocional-de-toma-de-decisiones-en-2-grado-de-secundaria/

- Miñan, O., Flores, C., Piñas I., Suria, H., Toledo, F., García, Z., & Mejía, H. (2023). Estrés académico y adicción a las redes sociales en estudiantes universitarios peruanos. *Salud, Ciencia y Tecnología* 3, 519. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9129599>
- Montoya, R. y Sandoval, H. (2021). Estrés académico y dependencia al teléfono móvil en adolescentes peruanos en el contexto de la pandemia por COVID-19 [Tesis de maestría, Universidad Peruana Unión]. Repositorio institucional de la Universidad Peruana Unión. <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4430>
- Morales, S., Meza-Marín, R. N., & Rojas-Solís, J. L. (2021). Estrés académico en estudiantes mexicanos de nivel medio superior durante el confinamiento por COVID-19. *Dilemas contemporáneos: Educación, política y valores*, 9, 1-21. <https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/78.pdf>
- Moreta, R., & Durán, T. (2018). Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud y Sociedad*, 9(3), 236-247. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2018.0003.00003>
- Moreta, R., & Durán, T. (2017). Propiedades psicométricas de la escala de procrastinación académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud y Sociedad*, 9(3), 236-247. <https://orcid.org/0000-0003-0134-5927>
- Muliani, R., Haerul, I., & Egi, D. (2021). Relationship between stress level and academic procrastination among. *The Malaysian Journal of Nursing (MJN)*, 11(3), 63-67. <https://doi.org/10.31674/mjn.2020.v11i03.010>
- Mustaca, A., & Arroyo, M. (2022). Procrastinación académica e intolerancia a la frustración en estudiantes universitarios argentinos. *Revista*

ConCiencia *EPG*, 7(2), 30-47.
<https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.7-2.3>

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

Narváez, H., Vanessa, K., Garzón, A., & Córdoba, K. (2021). Eventos vitales estresantes, estrategias de afrontamiento y resiliencia en adolescentes en contexto de pandemia. *Psicogente*, 24(46), 1–17.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0124-01372021000200174

Natividad, L. (2014). *Tesis Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios* [Tesis de doctorado, Universitat de Valencia]. Universitat de Valencia.
<https://core.ac.uk/download/pdf/71027781.pdf>

Niazov, Z., Hen, M., & Ferrari, J. R. (2022). Online and academic procrastination in students with learning disabilities: The impact of academic stress and self-efficacy. *Psychological Reports*, 125(2), 890-912. <https://doi.org/10.1177/0033294120988113>

Núñez, K. R., & Gavilanes, D. (2023). Procrastinación académica y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 1550–1559.
<https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.358>

Organización Mundial de la Salud (2024). *La salud mental de los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Social Networks as Digi-Impact Channels in Citizen Participation. *Int. J. Morphol*, 35(1), 227-232.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

- Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui., M., & Mondragón, N. (2022). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cuadernos de Salud Pública*, 36(4), 5-20. <https://blog.scielo.org/wp-content/uploads/2020/04/1678-4464-csp-36-04-e00054020.pdf>
- Pardo, D., & Perilla, L. (2016). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos Hispanoamericanos De Psicología*, 14(1), 31–44. <https://doi.org/10.18270/chps.v14i1.1343>
- Páez, J., & Vásquez, F. (2023). Coping with academic stress and its relationship with impulsivity in adolescents. *Prometeo Conocimiento Científico*, 3(2), 1-14. <https://prometeojournal.com.ar/index.php/prometeo/article/view/67>
- Piemontesi, S., Heredia, D., Furlan, L., Sánchez, R., & Martínez M. (2012). Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*, 28(1), 89-96. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/140562>
- Portillo, S. (2024). Procrastinación académica y cansancio emocional en estudiantes de Posgrado en Educación. *Revista Dilemas Contemporáneos*, 1(8), 1-17. <https://dilemascontemporaneoseduccionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/4267/4130>
- Pulido, M., Serrano, M., Valdés, E., Chávez, M., Hidalgo, P., & Vera, F. (2011). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicología y Salud*, 21(1), pp. 31-37. <https://doi.org/10.25009/pys.v21i1.584>
- Quant, D., & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica: concepto e implicaciones. *Vanguardia Psicológica*, (3), 15-59. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4815146>
- Reátegui, R., Tarrillo, D., Córdova, F., & Ramírez, C. (2022). Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del nivel

secundario de Tarapoto. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 15(2), 1-10. <https://doi.org/10.17162/rccs.v2i15.1891>

Rodríguez, A., & Clariana, M. (2017). Procrastinación en estudiantes universitarios: su relación con la edad y el curso académico. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 45-60. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcps/v26n1/0121-5469-rcps-26-01-00045.pdf>

Rodríguez, R., & Cotonieto, E. (2022). Estrés académico y resiliencia en estudiantes mexicanos de nuevo ingreso de una universidad privada. *Educación y Salud Boletín Científico Instituto de Ciencias de La Salud Universidad Autónoma Del Estado de Hidalgo*, 10(20), 153–159. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/7164>

Rubio, L. (2018). *Propiedades psicométricas del cuestionario de procrastinación en estudiantes de carreras técnicas de La Esperanza* [Tesis de Licenciatura, Universidad César Vallejo]. Universidad César Vallejo. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/11366/rubio_sl.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Safari, Y., & Yousefpoor, N. (2022). The role of metacognitive beliefs in predicting academic procrastination among students in iran: Cross-sectional study. *JMIR Medical Education*, 8(3), 45-55. <https://doi.org/10.2196/32185>

Saleh, D., Camart N., & Romo L. (2017). Predictors of stress in College Students. *Frontiers in Psychology*, 8(19), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00019>

Sánchez, H., Reyes, C., & Mejía, K. (2018). *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística* (1ra Ed.). Bussiness Support Aneth S.R.L.

<https://www.urp.edu.pe/pdf/id/13350/n/libro-manual-de-terminos-en-investigacion.pdf>

Sánchez, H., & Reyes, C. (2021). *Metodología y diseños en la investigación científica*. (6ta edición). Editorial San Cristóbal.

Scheunemann, A., & Bobe, J. (2021). A longitudinal analysis of the reciprocal relationship between academic procrastination, study satisfaction, and dropout intentions in higher education. *European Journal of Psychology of Education*, 37(1), 1-17. <http://dx.doi.org/10.1007/s10212-021-00571-z>

Segura, G., & Pérez, S. I. (2016). Impacto diferencial del estrés entre hombres y mujeres: una aproximación desde el género. *Alternativas en Psicología*, 36, 105-120. <https://www.alternativas.me/attachments/article/138/Impacto%20diferencial%20del%20estr%C3%A9s%20entre%20hombres%20y%20mujeres.pdf>

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

Skinner, B. (1977). *Ciencia y Conducta Humana*. Ed. Fontanella.

Svardal, F. (2022). The ABC of academic procrastination: Functional analysis of a detrimental habit. *Frontiers in Psychology*, 13, 43-65. <http://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1019261>

Tacca, D., Alva, M., & Tacca, A. (2022). Estrés, afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes adolescentes peruanos durante tiempos de covid-19. *Revista de Psicología*, 27, 1-14. <https://doi.org/10.53287/yhtp7673mi81z>

Tapullima, C., & Ramírez, G. (2022). Procrastinación académica y bienestar psicológico en estudiantes universitarios durante las clases virtuales. *Sapienza: Revista Internacional de Estudios Interdisciplinarios*, 3(1), 96–105.

<https://journals.sapienzaeditorial.com/index.php/SIJIS/article/download/210/93>

- Torres, J., & Ayala, R. (2022). El estrés académico y su relación en la calidad de vida de estudiantes de un colegio residentado del Perú. *Rev. Cient. Cuidado y Salud Pública*, 2(2), 63-68. <https://doi.org/10.53684/csp.v2i2.55>
- Trujillo-Chumán, K., & Noé-Grijalva, M. (2020). La escala de Procrastinación académica-EPA: validez y confiabilidad en una muestra de estudiantes Peruanos. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 98-107. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.189>
- Tubay, M., Granja, W., Quimis, L., & Pincay, S. (2024). Stress and academic behavior in adolescents from an educational institution. *Journal of Science and Research*, 9(3), 1-24. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/sr/article/view/3148/2859>
- Uma, E. (2020). Academic procrastination and self-efficacy among a group of dental undergraduate students in Malaysia. *J Edu Health Promot*, 9(36), 1-13. <https://www.jehp.net/article.asp?issn=2277-9531;year=2020;volume=9;issue=1;spage=326;epage=326;aulast=>
- Vasconez, Y., Tubay, M., & Cedeño, M. (2021). Procrastinación académica y la formación de la identidad en los adolescentes de una institución educativa. *Revista Sinapsis*, 2(20), 1-18. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8474710.pdf>
- Ventura-León, J. L. (2017). ¿Población o muestra?: Una diferencia necesaria. *Revista Cubana de Salud Pública*, 43(4), 648-649. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662017000400014
- Yikuan, Y. (2021). The Relationship between Academic Procrastination and Stress in Times of Uncertainty. *Frontiers*, 4(9), 1-13. <https://dx.doi.org/10.25236/FER.2021.040913>
- Yilmaz, B. (2018). The relation between academic procrastination of university students and their assignment and exam performances:

the situation in distance and face-to-face learning environments. *Journal of Education and Training Studies*, 5(9), 1-12. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1151937.pdf>

Yurtseven, N., & Dogan, S. (2019). Structural relationships among academic procrastination, academic motivation, and problem solving skill in prep class college students. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 9(3), 849-876. <http://dx.doi.org/10.14527/pegegog.2019.027>

Zapata, G., & Canet, M. (2009). La cognición del individuo: reflexiones sobre sus procesos e influencia en la organización. *Espacio Abierto*, 18(2), 235-256. <https://www.redalyc.org/pdf/122/12211826003.pdf>

Zapata, G. D., & León, G. B. (2024). Estrés académico y procrastinación en estudiantes universitarios de la Amazonia del Perú. *Revista Vive*, 7(21), 1019–1030. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i21.357>

Zárate-Depraect, N. E., Soto-Decuir, M. G., Martínez-Aguirre, E. G., Castro-Castro, M. L. García-Jau, R.A., & López-Leyva, N. M. (2018). Hábitos de estudio y estrés en estudiantes del área de la salud. *FEM: Revista de la Fundación Educación Médica*, 21(3), 153-157. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-98322018000300007

Zárate, N. E., Zurita Camacho, D., & Flores, P. (2024). Estrés académico y procrastinación: Revisión documental. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos Y Grupos De Investigación*, 11(21). <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/308>

Zumárraga, M., & Cevallos, G. (2022). Self-efficacy, procrastination and academic performance in university students in Ecuador. *Alteridad*, 17(2), 277-290. <https://doi.org/10.17163/>

Zea, M., Bellido, V., Mendoza, R., & Sánchez, W. (2024). Estrés académico en estudiantes escolarizados en zona rural peruana durante la pandemia por COVID 19: estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. *Revista Pakamuros*, 12(1), 119-128. <https://doi.org/10.37787/fc47mg93>

Zúñiga, M. L., Márquez-Vargas, P. M., Alarcón-Luna, N.-S., & Rodríguez-Santamaría, Y. (2023). Estrés percibido y rendimiento académico en adolescentes: Estudio comparativo. *Cuidado Multidisciplinario De La Salud BUAP*, 5(9), 27–41. <https://rd.buap.mx/ojs-dm/index.php/cmsj/article/view/1225>

Anexos

Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
Problema general	Objetivo general	Hipótesis general		Estresores	Enfoque de investigación: Cuantitativo Nivel: Correlacional Diseño de investigación: No experimental de corte transversal. Población: 1791 adolescentes Muestra: 306 adolescentes
¿Cuál es la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?	Determinar la relación entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.	Existe relación significativa entre estrés académico y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.	Variable 1: Estrés académico	Síntomas	
				Estrategias de afrontamiento	
Problemas específicos	Objetivos específicos	Hipótesis específicas			Técnica e Instrumentos de recolección de información: Inventario de estrés académico SISCO Escala de
PE1 ¿Cuál es la relación entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa	OE1: Identificar la relación entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa	Existe relación significativa entre la dimensión estresores y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.	Variable 2: Procrastinación académica	Autorregulación académica	

Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?	Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.			Procrastinación Académica EPA
PE2 ¿Cuál es la relación entre la dimensión reacciones frente al estrés y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?	OE2: identificar la relación entre la dimensión reacciones frente al estrés y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.	Existe relación significativa entre la dimensión reacciones frente al estrés y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.	Postergación de actividades	
PE3 ¿Cuál es la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025?	OE3: identificar la relación entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.	Existe relación significativa entre la dimensión estrategias de afrontamiento y procrastinación en estudiantes de una Institución Educativa Secundaria de la Ciudad de Puno, 2025.		

Anexo 2: Instrumento de recolección de datos

Inventario de estrés académico SISCO

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

1- Durante el transcurso de este semestre ¿Has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

_____ Si

_____ No

2- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala 1 al 6 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde 1 es completamente falso de mí y 6 describe perfectamente de mí.

1	2	3	4	5	6
Completamente falso de mí	La mayor parte falsa de mí	Ligeramente más verdadero que falso	Moderadamente verdadero de mí	La mayor parte verdadero de mí	Describe perfectamente de mí

3- En una escala del:

- (1) es Completamente falso de mí
- (2) La mayor parte falsa de mí
- (3) Ligeramente más verdadero que falso
- (4) Moderadamente verdadero de mí,
- (5) El mayor parte verdadero de mí
- (6) Describe perfectamente de mí.

	1	2	3	4	5	6
1. ¿Existe competencia con los compañeros del grupo?						
2. La personalidad y el carácter del profesor, ¿te genera Estrés Académico?						
3. Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación), ¿Te genera estrés académico?						
4. El tipo de trabajo que te piden los profesores (Consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales) ¿Te genera Estrés Académico?						
5. Participación en clase, ¿Te genera Estrés Académico?						
6. Dolores de Cabeza o Migraña, ¿Te genera Estrés Académico?						
7. Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, ¿Te genera Estrés Académico?						
8. Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc, ¿Te genera Estrés Académico?						
9. Somnolencia o mayor necesidad de dormir, ¿Te genera Estrés Académico?						
10. Inquietud (Incapacidad de relajarse y estar tranquilo), ¿Te genera Estrés Académico?						
11. Sentimientos de depresión y tristeza (Decaído), ¿Te genera Estrés Académico?						
12. Ansiedad, angustia o desesperación, ¿Te genera Estrés Académico?						
13. Problemas de concentración, ¿Te genera Estrés Académico?						
14. Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad, ¿Te genera Estrés Académico?						

15. Conflictos o tendencia a polemizar o discutir, ¿Te genera Estrés Académico?						
16. Aislamiento de los demás, ¿Te genera Estrés Académico?						
17. Desgano para realizar las labores escolares, ¿Te genera Estrés Académico?						
18. Habilidad asertiva, (defender nuestra preferencia ideas o sentimientos sin dañar a otros), ¿Te genera Estrés Académico?						
19. Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas, ¿Te genera Estrés Académico?						
20. Elogios a sí mismo, ¿Te genera Estrés Académico?						
21. La religiosidad (Oraciones o asistencia a misa), ¿Te genera Estrés Académico?						
22. Búsqueda de información sobre la situación, ¿Te genera Estrés Académico?						
23. Ventilación de confidencias (Verbalización de la situación que preocupa, ¿Te genera Estrés Académico?						

ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

Datos de codificación:

Código: _____

Datos sociodemográficos:

Sexo

Masculino ()

Femenino ()

Edad: _____

Instrucciones:

Gracias por aceptar participar en la presente investigación. A continuación, te presentaremos una serie de preguntas que buscan conocer el nivel de procrastinación o aplazamiento de tus actividades académicas. Marca con una (X) dentro del cuestionario que se ajuste más a tu opinión.

Recuerda que solo puedes marcar un casillero y debes responder todas las preguntas.

(Cada número representa una categoría).

1	2	3	4	5
Nunca	Rara vez	A veces	Casi Siempre	Siempre

(Cada número representa una categoría).

ÍTEMS		N	CN	AV	CS	S
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					

8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

Anexo 3: Ficha de validación por juicio de expertos

- Juicio de experto N° 01



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PUBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025.

Nombres de los investigadores:

- Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
- Deliane Darcy Contreras Guerra

Nombre del Experto: Maritza Rodríguez Pineda

Nombre del instrumento: Inventario de Estrés Académico SISCO, elaborado por Arturo Barraza Macias (2007) en Mexico y adaptado al contexto Peruano por Caramantín Y. (2022).

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	

6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

II. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna

APELLIDOS Y NOMBRES DEL VALIDADOR:

GRADO ACADÉMICO:

Nº. DNI:


 Ps. Maritza Rodríguez Pizarra
 PSICÓLOGA
 CPSP 11008
 CORRESPONDIENTE DE JUSTICIA DE PUNO

Rodríguez Pizarra Maritza
 Mg. En Psicol. Química Educativa de
 Niño y Adolesc.

- Juicio de experto N° 01



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PUBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025.

Nombres de los investigadores:

- Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
- Deiane Darcy Contreras Guerra

Nombre del Experto: Maritza Rodríguez Pineda

Nombre del instrumento: Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada por Déborah Busko (1998) en Canadá y adaptada en el Perú por Contreras Z. (2022).

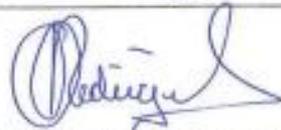
ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	

6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna



APELLIDOS Y NOMBRES DEL VALIDADOR: Rodriguez Pineda Maritza
 GRADO ACADÉMICO: Mg. Psicología Clínica y Educativa del Niño
 N°. DNI: 02433258 Adolesc.

Ps. Maritza Rodríguez Pineda
 PSICÓLOGA
 CP# 11800
 COLEGIO SUPERIOR DE INGENIERÍA DE PUÑO

Juicio de experto N° 02



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PUBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025.

Nombres de los investigadores:

- Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
- Deiane Darcy Contreras Guerra

Nombre del Experto: Mg. Lévano Muchotrigo, José Raúl

Nombre del instrumento: INVENTARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO SISCO, elaborado por Arturo Barraza Macías (2007) en Mexico. Y adaptado al contexto Peruano por Caramantin Y. (2022).

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	

6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con rigor metodológico para ser utilizado en la investigación. Muestra adecuada redacción.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL VALIDADOR: José

Raúl Lévano Muchotrigo

GRADO ACADÉMICO: Magister en Psicología

N° DNI: 21873892



Firma

Juicio de experto N° 02



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PUBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025.

Nombres de los investigadores:

- Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
- Deiane Darcy Contreras Guerra

Nombre del Experto: Mg. Lévano Muchotrigo, José Raúl

Nombre del instrumento: ESCALA DE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA (EPA),

creada por Déborah Busko (1998) en Canadá y adaptada en el Perú por Contreras Z.

(2022).

ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	

6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

II. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento cumple con rigor metodológico para ser utilizado en la investigación. Muestra adecuada redacción.

APELLIDOS Y NOMBRES DEL VALIDADOR:

Lévano Muchotrigo José Raúl

GRADO ACADÉMICO: Magister en Psicología

N° DNI: 21873892



Firma

Juicio de experto N° 03



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PUBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025.

Nombres de los investigadores:

- Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
- Deiane Darcy Contreras Guerra

Nombre del Experto: Mg. Andy Pavel Julca Roncal

Nombre del instrumento: Inventario de Estrés Académico SISCO, elaborado por Arturo Barraza Macías (2007) en Mexico y adaptado al contexto Peruano por Caramantin Y. (2022).

II. ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	

6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

III. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento es apto para su aplicación.




Andy Pavel Julca Roncal
PSICÓLOGO
C P s P 38942

APELLIDOS Y NOMBRES DEL VALIDADOR: Julca Roncal Andy Pavel

GRADO ACADÉMICO: Magíster en Intervención Psicológica

Nº. DNI: 70659192

Juicio de experto N° 03



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PUBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025.

Nombres de los investigadores:

- Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
- Deiane Darcy Contreras Guerra

Nombre del Experto: Mg. Andy Pavel Julca Roncal

Nombre del instrumento: Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada por Déborah Busko (1998) en Canadá y adaptada en el Perú por Contreras Z. (2022).

ASPECTOS QUE VALIDAR EN EL INSTRUMENTO:

Aspectos Para Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas por corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	

6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

II. OBSERVACIONES GENERALES

El instrumento es apto para su aplicación.




Andy Pavel Julca Roncal
PSICÓLOGO
C P s P 39942

APELLIDOS Y NOMBRES DEL VALIDADOR: Julca Roncal Andy Pavel

GRADO ACADÉMICO: Magíster en Intervención Psicológica

Nº. DNI: 7065912

Anexo 4: Base de datos

Base de datos estrés académico

IDEM	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8	E9	E10	E11	E12	E13	E14	E15	E16	E17	E18	E19	E20	E21	E22	E23	ESTR	SINT	ESTR_AFR	ESTRES	
1	4	4	4	4	3	4	2	4	5	6	4	6	5	4	3	3	4	3	4	3	2	4	2	25	34	28	87	
2	2	2	5	4	4	3	3	1	2	2	2	3	3	3	2	1	2	1	1	5	2	2	2	23	16	18	57	
3	3	5	6	4	3	1	1	1	5	2	3	4	6	3	4	2	3	2	4	1	1	1	2	23	24	20	67	
4	2	2	1	3	1	3	1	3	1	4	5	2	5	6	6	6	5	4	3	5	4	5	1	13	26	39	78	
5	4	5	2	4	2	2	2	3	2	4	3	2	2	2	3	4	1	5	4	3	4	3	3	21	18	30	69	
6	5	3	3	4	4	1	4	1	1	1	3	2	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	24	14	27	65	
7	1	3	4	4	1	4	5	3	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	4	6	4	3	1	22	38	42	102
8	6	1	1	6	5	4	1	2	3	3	3	3	3	5	4	5	5	5	4	4	5	3	2	24	22	37	83	
9	5	2	4	2	4	3	5	3	5	2	5	3	5	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	25	24	12	61	
10	6	6	6	6	6	5	4	5	3	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	4	6	4	3	39	37	47	123	
11	4	6	6	6	5	4	1	2	3	3	3	3	3	5	4	5	5	5	4	4	5	3	2	32	22	37	91	
12	4	4	4	1	4	2	3	4	2	3	3	5	1	1	4	3	4	3	4	3	4	4	3	22	19	32	73	
13	6	6	6	6	1	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	1	6	6	6	1	1	6	6	37	42	37	116	
14	1	1	1	1	4	2	3	4	2	3	1	1	1	4	3	4	6	4	3	4	6	4	3	13	16	37	66	
15	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	19	18	25	62	
16	4	4	5	4	4	4	3	5	3	5	3	3	5	3	5	2	5	3	5	5	5	3	3	28	27	36	91	
17	3	2	1	2	4	2	3	4	2	3	4	2	3	5	3	1	2	3	2	2	3	3	3	17	23	22	62	
18	4	5	5	5	4	3	2	2	3	4	4	4	5	1	1	2	1	5	4	2	3	3	5	28	23	26	77	
19	6	6	6	5	6	6	6	5	5	5	5	5	5	5	5	4	6	4	3	3	5	5	5	41	35	40	116	
20	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	9	11	13	33	
21	4	1	3	2	4	3	2	4	3	5	3	5	5	4	6	4	2	6	2	4	5	3	5	19	29	37	85	
22	3	2	2	2	5	3	3	4	3	2	1	1	1	2	5	2	3	2	3	5	3	3	3	20	14	29	63	
23	2	2	2	3	4	5	3	2	5	5	3	4	5	5	4	3	3	3	3	5	5	1	3	21	29	29	79	

24	6	5	2	1	6	1	4	1	6	5	3	4	1	2	3	1	6	1	6	1	3	2	6	25	22	29	76
25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	5	3	2	5	4	4	5	3	4	3	4	4	28	25	36	89
26	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	19	19	22	60
27	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	18	21	23	62
28	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	5	3	5	3	4	4	4	26	25	36	87
29	3	1	2	3	2	2	1	1	3	2	3	2	3	3	2	2	1	2	2	2	1	2	1	14	17	15	46
30	5	4	3	5	4	3	3	5	4	2	4	5	4	2	2	5	3	4	4	5	5	3	3	27	26	34	87
31	2	3	2	3	2	4	5	2	6	1	2	5	4	1	3	4	2	5	3	2	5	3	5	21	21	32	74
32	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	16	18	24	58
33	1	2	2	3	5	3	4	5	3	4	4	4	4	5	4	3	5	3	5	4	4	2	5	20	29	35	84
34	6	4	3	4	2	3	1	1	4	5	4	3	2	3	3	3	2	4	4	5	2	5	5	23	22	33	78
35	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	19	18	23	60
36	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	18	19	24	61
37	1	2	3	3	3	5	2	2	5	6	3	4	3	2	3	3	3	1	2	6	1	3	2	19	25	24	68
38	3	2	1	4	2	3	1	1	4	5	4	3	2	3	3	3	2	4	4	5	2	5	5	16	22	33	71
39	3	1	1	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	16	18	23	57
40	3	4	4	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	22	18	23	63
41	4	4	3	4	3	4	3	4	5	3	4	3	4	1	1	1	3	4	5	3	4	3	4	25	24	28	77
42	3	2	2	1	2	5	2	3	4	5	5	5	5	1	2	2	2	2	2	1	1	2	1	17	28	15	60
43	4	6	4	3	3	5	5	3	5	3	4	5	4	4	4	4	1	2	1	1	1	2	2	30	28	18	76
44	3	4	6	5	5	5	2	3	4	5	5	5	5	2	3	4	5	4	5	3	2	3	3	30	29	32	91
45	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	20	18	23	61
46	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	4	1	2	2	3	4	3	3	2	2	3	21	17	24	62
47	3	3	3	5	2	3	2	2	2	2	3	4	3	2	2	4	3	2	2	3	1	2	2	21	18	21	60
48	3	3	3	3	3	5	2	3	4	5	5	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	22	30	27	79
49	4	4	4	4	2	2	1	1	2	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	21	18	21	60
50	3	2	3	2	3	1	4	5	4	2	5	4	5	3	2	4	5	4	3	4	5	4	3	18	28	34	80
51	3	5	4	4	6	4	1	1	4	5	4	1	3	2	4	2	4	5	4	5	4	3	3	27	20	34	81

52	3	2	5	5	4	5	1	1	1	5	3	3	3	5	3	4	1	1	1	1	1	4	1	25	21	17	63
53	6	5	6	6	4	6	4	4	5	5	6	5	6	4	5	6	6	4	5	6	6	6	5	37	35	49	121
54	4	2	4	4	1	1	2	2	2	2	1	2	3	1	1	1	3	1	2	5	1	1	5	18	13	20	51
55	1	6	3	6	1	6	6	6	6	3	6	6	6	6	6	6	3	1	4	1	1	5	5	29	39	32	100
56	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	20	16	21	57
57	4	5	2	3	4	5	5	5	5	2	2	2	2	4	2	3	2	4	1	2	1	1	1	28	22	17	67
58	5	5	5	5	4	4	5	5	5	3	3	5	5	5	5	5	5	3	4	3	5	5	5	33	31	40	104
59	2	4	3	3	1	2	1	1	3	3	2	2	2	1	1	1	2	5	5	3	1	2	1	16	14	21	51
60	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	6	6	6	5	4	3	2	1	2	3	23	24	32	79
61	2	5	6	1	3	5	5	5	4	4	4	4	5	4	3	6	3	5	2	4	1	5	4	27	30	33	90
62	4	4	6	5	1	5	5	5	5	5	1	1	5	5	1	6	6	5	5	5	6	5	4	30	27	43	100
63	4	4	4	3	4	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	4	3	5	3	1	2	1	23	12	23	58
64	1	1	2	3	1	2	1	1	3	1	3	1	1	1	1	1	2	1	3	4	1	1	1	11	11	15	37
65	4	3	3	3	4	3	3	4	5	3	6	6	6	6	6	6	5	5	6	6	4	6	6	23	36	50	109
66	3	1	2	4	2	3	5	5	6	6	5	4	1	4	5	4	6	5	5	3	6	4	3	20	31	41	92
67	2	1	1	4	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	1	6	1	6	1	1	1	11	11	20	42
68	5	3	5	3	5	6	2	6	6	2	5	5	4	3	3	4	2	3	5	4	3	4	5	29	31	33	93
69	4	5	4	3	3	3	2	5	2	3	2	5	1	2	4	2	5	2	3	2	5	2	4	24	20	29	73
70	1	1	6	1	6	1	6	6	1	6	1	6	1	1	6	1	6	1	6	3	6	4	5	22	22	38	82
71	4	2	1	2	4	5	3	5	4	2	6	5	4	2	5	4	3	5	4	2	5	3	5	21	28	36	85
72	1	1	1	1	1	3	2	5	2	3	2	5	1	2	4	2	5	2	3	2	5	2	4	10	20	29	59
73	1	3	4	2	6	4	2	6	4	1	5	3	6	3	5	4	1	6	4	3	1	4	5	22	28	33	83
74	1	1	1	1	3	5	5	5	4	4	4	4	5	4	3	6	3	5	2	4	1	5	4	17	30	33	80
75	1	1	1	3	3	3	3	2	1	5	4	4	5	6	5	4	3	4	5	4	4	5	4	15	27	38	80
76	1	5	1	1	5	2	3	4	2	5	1	6	3	1	4	2	5	1	4	6	3	1	2	18	22	28	68
77	5	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	6	1	1	1	1	6	4	1	2	6	1	14	13	23	50
78	1	1	1	1	1	4	1	4	4	4	4	6	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	10	27	11	48
79	5	6	6	6	4	6	5	6	6	4	5	4	6	6	6	6	5	6	6	5	3	6	6	38	37	49	124

80	4	2	4	1	3	5	5	5	4	4	4	4	5	4	3	6	3	5	2	4	1	5	4	24	30	33	87	
81	6	3	4	5	2	2	2	1	1	2	4	2	3	3	2	3	2	4	3	2	2	3	3	24	16	24	64	
82	6	2	6	3	6	6	3	4	1	4	4	6	6	1	6	6	4	6	1	1	6	1	1	32	26	32	90	
83	2	2	5	5	5	2	3	3	4	2	5	2	2	5	5	2	1	2	1	2	3	2	2	24	23	20	67	
84	1	2	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	12	11	11	34	
85	5	4	3	2	4	5	3	6	5	4	2	5	3	1	2	3	5	4	5	1	3	5	4	26	26	32	84	
86	2	3	3	3	1	1	1	1	1	1	3	3	4	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	14	14	11	39	
87	2	1	1	2	3	4	6	1	4	3	5	4	3	1	4	2	5	4	3	2	2	3	4	19	21	29	69	
88	3	6	6	4	1	1	1	6	2	6	6	6	6	3	4	6	5	1	1	1	1	1	1	22	35	21	78	
89	3	3	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	1	6	6	36	42	49	127
90	1	2	5	4	1	5	6	1	2	2	2	3	4	1	2	3	1	1	2	3	1	3	4	24	15	20	59	
91	1	6	5	4	1	6	4	6	1	1	1	6	6	6	6	1	6	1	1	1	1	1	1	27	27	19	73	
92	4	5	4	5	5	6	5	2	1	2	2	3	4	2	3	1	3	4	6	5	1	3	4	34	16	30	80	
93	3	1	1	3	3	3	3	2	1	5	4	4	5	6	5	4	3	4	5	4	4	5	4	17	27	38	82	
94	1	3	5	4	2	6	3	6	2	3	6	3	3	1	2	1	1	2	2	4	5	6	4	24	24	27	75	
95	5	4	4	5	3	3	3	2	1	5	4	4	5	6	5	4	3	4	5	4	4	5	4	27	27	38	92	
96	5	4	4	3	3	2	3	2	3	4	4	4	4	1	2	5	3	4	2	5	4	3	6	24	22	34	80	
97	5	5	5	5	4	5	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32	15	18	65	
98	6	4	1	4	3	4	6	1	4	3	5	4	3	1	4	5	5	5	6	2	2	5	2	28	21	36	85	
99	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	33	34	39	106	
100	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	23	20	32	75	
101	4	6	6	5	2	2	1	3	1	2	5	5	5	6	6	5	5	5	6	2	2	5	2	26	27	38	91	
102	4	6	6	5	2	1	3	1	6	2	5	5	5	6	6	5	5	5	5	6	2	5	2	27	30	41	98	
103	1	3	6	4	3	4	6	1	4	3	5	4	3	1	4	2	5	4	3	2	2	3	4	27	21	29	77	
104	5	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	5	1	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	23	20	24	67	
105	1	2	1	4	3	4	6	1	4	3	5	4	3	1	4	3	4	5	3	4	5	2	2	21	21	32	74	
106	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	14	14	16	44	
107	5	4	1	2	1	3	2	5	2	2	5	5	1	4	2	1	1	1	1	1	1	2	2	18	24	12	54	

108	3	2	5	4	2	1	2	4	5	4	2	3	4	2	1	1	3	1	4	3	3	1	3	19	24	20	63
109	4	4	4	4	3	2	1	4	5	2	3	3	4	4	2	1	4	2	1	1	1	3	1	22	25	16	63
110	6	3	4	1	2	6	4	3	2	6	4	1	2	6	2	3	3	6	1	6	1	2	2	26	24	26	76
111	2	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	11	9	12	32
112	2	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	3	2	5	6	3	2	3	5	1	10	10	30	50
113	4	6	4	6	5	5	1	1	6	5	6	5	5	5	5	5	1	5	6	5	3	3	5	31	33	38	102
114	1	1	1	6	1	3	1	1	4	3	3	3	3	5	1	1	1	1	3	3	1	2	3	14	22	16	52
115	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	8	9	27
116	1	2	2	3	1	2	1	1	5	3	1	3	4	2	2	5	3	4	2	1	1	2	2	12	19	22	53
117	2	2	2	1	2	3	3	1	2	3	2	3	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	15	14	13	42
118	2	1	5	4	5	6	1	1	3	6	5	2	5	6	2	5	1	1	4	2	3	1	6	24	28	25	77
119	2	1	2	1	6	1	2	1	2	1	3	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	15	11	11	37
120	3	6	6	6	1	3	1	6	6	6	6	6	3	3	1	1	6	6	3	3	1	3	1	26	36	25	87
121	3	5	5	4	2	1	2	3	5	5	4	5	6	2	2	1	3	3	2	1	1	2	1	22	30	16	68
122	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	3	12	10	16	38
123	2	3	2	4	1	3	5	4	5	2	3	5	2	2	2	2	3	4	2	1	1	2	3	20	23	20	63
124	1	1	4	2	1	1	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	6	11	12	16	39
125	2	3	4	1	2	1	1	5	2	1	5	6	6	1	1	1	2	3	2	1	1	1	1	14	26	13	53
126	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	7	9	27
127	2	1	4	6	2	2	3	2	4	5	6	6	6	2	3	5	6	6	6	4	2	5	5	20	31	42	93
128	3	5	5	4	2	4	1	1	6	5	6	5	6	2	4	2	4	5	6	1	3	4	5	24	31	34	89
129	3	4	3	3	1	5	1	4	4	3	5	4	5	2	2	3	5	1	2	2	3	1	3	20	27	22	69
130	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	1	9	13	12	34
131	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	1	4	3	4	2	1	4	3	24	25	24	73
132	6	6	1	1	1	6	6	1	1	1	6	6	6	1	5	6	1	1	1	6	3	3	3	27	22	29	78
133	3	5	4	3	2	6	5	4	5	6	3	4	6	1	3	4	2	1	2	2	1	1	2	28	29	18	75
134	1	2	3	2	2	3	2	5	6	2	2	6	2	1	1	1	2	5	2	1	2	1	1	15	24	16	55
135	3	3	2	6	3	5	4	1	6	6	6	6	5	4	5	1	3	2	4	2	3	4	5	26	34	29	89

136	3	5	5	5	2	2	1	5	4	1	2	4	3	1	2	1	3	2	3	1	1	2	1	23	20	16	59
137	6	6	6	6	4	3	1	2	6	5	3	4	5	4	5	2	6	4	4	6	1	1	1	32	29	30	91
138	6	6	6	6	3	5	4	1	6	6	6	6	5	4	5	1	3	2	4	2	3	4	5	36	34	29	99
139	1	6	6	6	5	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	1	4	6	36	42	47	125
140	3	2	4	3	2	2	3	2	1	4	5	2	4	2	3	1	3	4	2	3	2	4	2	19	20	24	63
141	1	1	4	1	1	1	1	2	4	1	1	1	1	1	2	3	1	5	5	1	4	1	1	10	11	23	44
142	6	1	3	2	6	3	4	2	4	3	1	4	6	2	5	6	3	4	1	1	5	6	3	25	22	34	81
143	4	6	5	5	6	4	1	3	6	6	6	6	6	6	5	6	4	5	5	4	6	6	4	31	39	45	115
144	5	1	1	1	1	6	5	1	6	1	1	1	6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	17	9	46
145	3	4	5	6	4	5	5	4	3	3	6	6	6	4	4	1	6	2	4	2	1	2	3	32	32	25	89
146	6	6	1	2	3	5	1	4	2	4	2	1	1	2	6	6	6	2	2	1	6	3	1	24	16	33	73
147	6	6	4	3	1	1	1	1	6	6	6	3	6	1	2	1	6	4	1	1	1	1	6	22	29	23	74
148	5	5	5	2	1	5	2	1	2	3	4	2	3	5	5	3	6	2	5	1	6	2	3	25	20	33	78
149	3	3	3	3	2	1	1	2	2	1	5	5	5	3	5	1	1	3	2	1	1	1	2	16	23	17	56
150	2	2	2	1	3	3	3	3	2	1	3	4	5	3	1	1	5	4	3	1	1	2	4	16	21	22	59
151	5	1	2	5	3	5	4	5	6	3	3	4	4	6	6	3	2	5	2	6	2	2	6	25	31	34	90
152	3	6	6	6	1	6	1	1	6	2	6	6	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	29	24	10	63
153	6	5	4	4	2	5	6	6	6	3	2	4	5	1	1	4	5	6	6	2	3	3	4	32	27	34	93
154	3	6	6	6	1	6	1	1	6	2	6	6	2	1	2	1	5	4	3	1	1	2	4	29	24	23	76
155	2	1	5	3	4	5	5	4	4	5	4	4	4	3	4	2	4	3	5	3	4	4	5	25	28	34	87
156	3	4	5	6	4	2	3	2	2	5	2	1	1	2	1	3	4	4	5	2	1	6	6	27	15	32	74
157	1	1	4	4	3	2	4	5	4	2	4	3	5	6	4	2	3	2	4	3	1	3	1	19	29	23	71
158	3	4	5	4	3	3	3	2	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	25	11	11	47
159	4	6	6	5	5	6	5	1	3	4	5	5	5	6	4	4	6	6	6	6	3	1	5	37	29	41	107
160	6	2	6	4	2	2	4	2	2	3	1	6	2	2	5	6	3	3	2	1	2	2	2	26	18	26	70
161	4	3	3	3	1	2	1	1	2	3	3	3	4	1	1	1	2	1	2	1	2	2	2	17	17	14	48
162	3	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	4	2	2	2	1	1	2	1	3	3	2	1	14	17	16	47
163	1	2	2	4	3	2	4	5	4	2	4	3	5	6	4	2	3	2	4	3	1	3	1	18	29	23	70

164	3	4	6	4	3	6	1	1	3	3	5	6	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	3	27	22	12	61
165	4	4	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	4	5	5	32	33	41	106
166	3	3	4	5	5	3	4	5	4	5	5	5	6	4	3	4	5	4	5	4	3	5	6	27	34	39	100
167	4	4	5	2	3	4	4	3	6	5	4	5	4	2	2	1	3	1	1	3	1	2	2	26	29	16	71
168	4	3	5	4	2	3	1	2	3	3	4	4	3	4	3	2	2	2	4	3	3	2	2	22	23	23	68
169	2	2	3	3	3	2	3	3	4	2	4	3	4	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	18	22	23	63
170	2	2	4	5	1	5	3	2	6	5	2	3	2	2	3	1	3	3	2	1	1	3	3	22	22	20	64
171	3	4	6	5	2	4	5	1	6	5	3	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	3	29	23	27	79
172	6	2	4	3	4	1	3	4	6	6	1	4	5	3	4	5	4	4	4	2	2	2	4	23	29	31	83
173	4	3	2	4	3	2	4	5	4	2	4	3	5	6	4	2	3	2	4	3	1	3	1	22	29	23	74
174	6	6	6	1	6	6	2	1	6	6	6	6	6	6	6	6	3	1	1	1	3	6	1	33	37	28	98
175	3	4	3	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	17	10	13	40
176	6	4	3	4	3	2	4	5	4	2	4	3	5	6	4	2	3	2	4	3	1	3	1	26	29	23	78
177	2	2	2	2	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	2	5	5	5	5	5	5	5	5	20	32	45	97
178	4	6	6	5	2	1	3	6	4	6	3	2	2	4	3	5	2	5	4	2	1	5	3	27	27	30	84
179	5	4	3	6	2	1	1	1	3	3	1	1	4	1	1	1	1	5	4	2	1	1	1	22	14	17	53
180	1	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	18	21	27	66
181	1	5	5	5	3	4	1	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	5	1	4	24	25	31	80
182	4	3	6	5	5	2	3	1	4	3	2	6	5	4	2	3	1	5	4	1	1	4	3	28	25	24	77
183	3	4	6	3	2	1	1	1	2	2	1	3	4	2	1	3	3	4	4	1	1	2	4	20	15	23	58
184	4	4	4	3	4	3	4	5	2	2	3	3	4	5	3	3	4	3	3	4	5	6	4	26	24	35	85
185	6	4	5	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	3	1	3	1	4	6	37	42	36	115
186	5	4	6	5	2	2	2	1	2	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	26	18	27	71
187	5	5	5	4	2	2	1	4	2	3	3	2	3	4	2	1	5	2	1	3	1	4	2	24	21	21	66
188	5	2	5	4	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	1	1	1	22	20	13	55
189	2	1	3	3	1	2	4	1	5	5	1	1	1	3	4	4	6	3	1	5	6	2	2	16	17	33	66
190	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	28	28	36	92
191	4	5	6	4	4	4	3	5	6	5	5	5	6	4	3	4	5	4	5	5	3	5	4	30	36	38	104

192	4	5	4	4	5	4	6	2	5	5	5	4	5	2	2	1	1	3	3	4	1	5	5	32	28	25	85
193	5	1	2	4	1	2	1	3	4	2	3	5	5	5	3	5	3	4	2	3	4	5	3	16	27	32	75
194	4	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4	4	3	4	5	4	3	2	3	4	5	31	30	33	94
195	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	5	4	3	3	4	5	3	14	23	34	71
196	2	4	2	4	2	6	3	5	3	5	2	5	3	3	3	6	6	1	4	2	6	4	2	23	26	34	83
197	2	4	2	4	3	4	5	2	4	2	4	3	4	4	3	2	5	3	1	6	3	1	3	24	23	27	74
198	3	6	3	4	2	6	5	6	2	3	4	4	3	4	3	4	5	4	3	3	4	5	3	29	26	34	89
199	4	3	5	5	3	5	3	5	5	5	4	5	3	4	4	4	5	3	3	3	4	3	3	28	31	32	91
200	3	3	5	5	3	6	3	6	6	5	2	2	1	5	5	3	3	2	2	2	4	1	2	28	27	24	79
201	4	6	6	5	6	5	1	4	6	5	5	5	6	4	4	3	5	5	6	5	2	1	3	33	35	34	102
202	6	3	5	1	5	3	5	2	1	6	2	5	3	1	6	3	5	1	4	3	6	1	4	28	20	33	81
203	4	6	3	4	2	6	5	6	2	4	4	5	6	4	6	5	6	4	6	3	5	6	4	30	31	45	106
204	6	5	6	3	6	1	2	1	1	5	6	5	2	6	2	6	1	4	6	3	6	6	6	29	26	40	95
205	6	4	3	3	4	2	3	4	5	5	3	2	5	6	5	4	1	1	1	1	1	1	1	25	30	16	71
206	4	5	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	5	4	3	3	4	5	3	27	25	34	86
207	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	21	19	21	61
208	2	4	1	5	3	6	1	5	2	3	4	1	5	2	3	1	5	1	3	6	1	3	5	22	22	28	72
209	1	1	1	6	6	6	6	1	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	27	37	54	118
210	4	4	4	4	4	2	1	5	4	6	2	3	1	3	4	2	2	1	1	1	1	1	1	23	24	14	61
211	1	4	5	2	1	1	3	1	5	3	1	1	3	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	17	17	10	44
212	3	5	6	3	1	2	3	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	6	1	1	2	1	2	23	10	17	50
213	4	3	5	4	3	1	1	1	2	2	1	5	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	21	14	13	48
214	3	5	5	6	2	2	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	25	19	20	64
215	3	5	3	5	1	1	1	1	1	2	2	5	5	2	1	1	3	1	3	1	1	1	2	19	18	14	51
216	5	4	6	4	6	5	4	6	6	6	5	6	6	5	5	5	5	5	5	5	2	4	6	34	40	42	116
217	4	1	3	1	3	1	1	6	6	6	2	1	6	1	6	6	6	6	6	3	6	1	2	14	28	42	84
218	3	4	2	6	4	3	1	1	5	3	1	1	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	23	17	30	70
219	3	4	3	4	3	4	5	3	5	5	6	6	5	5	5	3	3	3	5	3	3	6	3	26	35	34	95

220	4	2	1	2	1	3	6	4	1	2	4	6	1	5	6	4	2	5	2	1	3	2	4	19	23	29	71
221	1	3	3	4	4	1	1	3	4	2	1	3	3	1	2	2	3	1	1	1	1	2	1	17	17	14	48
222	4	1	3	2	2	2	2	2	3	1	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	16	11	13	40
223	3	5	5	1	2	3	1	6	4	3	5	6	5	2	3	1	4	3	2	1	2	3	2	20	31	21	72
224	3	2	5	2	2	2	1	2	5	5	4	4	4	1	1	1	4	2	2	1	1	2	2	17	25	16	58
225	5	6	5	3	1	1	3	2	6	6	1	3	6	4	5	4	6	6	4	3	1	5	6	24	28	40	92
226	5	5	3	1	1	3	5	3	5	4	4	5	5	5	4	5	3	4	2	2	1	1	5	23	31	27	81
227	3	3	3	2	1	1	1	1	2	5	3	6	4	3	4	1	2	6	6	4	1	1	1	14	24	26	64
228	6	6	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	29	25	31	85
229	2	1	5	5	1	2	2	2	1	4	2	1	3	2	1	4	2	2	1	1	3	1	2	18	15	17	50
230	5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	23	21	27	71
231	4	4	5	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	3	3	3	4	2	3	3	1	1	1	20	12	19	51
232	4	6	6	5	6	5	1	4	6	5	5	5	6	4	4	3	5	6	6	3	1	3	4	33	35	35	103
233	3	4	4	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5	4	4	5	4	4	3	4	3	3	3	28	31	33	92
234	3	1	2	3	5	2	1	3	5	4	2	3	1	2	1	3	1	2	4	1	5	3	6	17	20	26	63
235	3	2	2	2	1	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	5	1	1	12	12	15	39
236	5	3	4	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	1	1	16	13	13	42
237	2	5	6	6	4	6	4	6	6	6	6	6	6	6	6	5	6	5	5	5	6	3	6	33	42	47	122
238	5	4	5	5	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	2	2	2	3	2	2	30	26	24	80
239	6	1	2	1	1	4	2	5	5	6	5	5	4	2	2	2	3	2	3	2	5	5	5	17	32	29	78
240	3	3	4	5	3	4	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	26	32	39	97
241	3	2	2	2	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	5	1	1	12	11	15	38
242	5	5	4	5	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	4	2	5	3	4	23	10	24	57
243	4	5	5	5	3	2	2	3	5	6	5	5	2	5	5	4	6	2	3	2	1	3	3	26	31	29	86
244	2	5	4	6	6	3	1	3	6	3	1	1	3	1	3	1	6	1	6	1	2	2	6	27	18	28	73
245	2	5	4	6	6	4	2	5	5	6	5	5	4	2	2	2	3	2	3	2	5	5	5	29	32	29	90
246	3	4	6	5	2	6	3	2	3	6	4	6	6	2	2	1	5	3	4	5	4	5	1	29	29	30	88
247	6	3	6	4	5	6	5	4	5	6	6	6	6	5	6	4	5	4	4	4	5	6	4	35	38	42	115

248	4	5	6	6	1	5	5	3	6	5	4	6	6	3	3	5	4	4	4	4	4	3	4	32	33	35	100
249	2	4	6	4	2	4	2	2	2	1	4	5	4	2	1	2	3	3	3	5	1	2	1	24	20	21	65
250	1	1	1	1	1	5	5	3	6	5	4	6	6	3	3	5	4	4	4	4	4	3	4	15	33	35	83
251	5	2	1	4	3	4	4	4	5	5	3	6	5	3	3	4	4	5	3	1	1	3	3	23	31	27	81
252	4	1	2	1	4	5	6	3	5	4	2	4	5	6	4	3	3	5	2	5	2	2	3	23	29	29	81
253	3	3	4	3	4	5	5	4	3	3	3	4	4	4	3	4	5	4	3	3	4	3	2	27	25	31	83
254	5	6	6	5	5	5	6	2	6	5	5	5	5	5	3	4	3	5	2	3	1	2	3	38	33	26	97
255	2	1	5	2	6	1	5	2	4	3	2	3	2	1	2	3	2	3	6	5	4	4	5	22	17	34	73
256	4	5	5	4	5	2	4	4	5	3	3	3	3	2	2	4	5	2	2	2	2	5	4	29	23	28	80
257	4	6	6	6	2	5	6	3	5	4	2	4	5	6	4	3	3	5	2	5	2	2	3	35	29	29	93
258	3	5	3	2	2	5	6	3	5	4	2	4	5	6	4	3	3	5	2	5	2	2	3	26	29	29	84
259	1	1	1	1	1	1	5	5	4	4	2	5	5	5	4	4	2	2	4	6	4	1	2	11	30	29	70
260	3	3	4	4	3	3	3	3	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	4	3	23	31	39	93
261	2	4	3	2	1	2	2	3	4	5	2	2	3	5	3	3	3	3	2	2	2	2	3	16	24	23	63
262	2	4	2	3	4	4	3	5	3	2	3	2	1	4	2	3	1	5	4	5	5	2	3	22	20	30	72
263	4	4	4	4	4	4	4	4	5	4	5	6	1	3	5	6	1	3	2	2	4	5	4	28	28	32	88
264	2	3	6	6	5	4	1	3	4	1	1	1	1	1	4	4	2	2	4	6	1	5	4	27	12	32	71
265	3	4	5	2	1	5	5	2	1	6	6	6	6	6	4	3	3	4	4	5	5	3	3	25	33	34	92
266	3	4	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	18	15	14	47
267	4	5	5	4	2	1	1	1	3	2	1	2	4	2	1	1	4	3	3	1	1	2	2	22	15	18	55
268	5	3	1	1	2	4	4	6	5	3	1	2	5	3	2	2	4	1	5	6	6	4	2	20	25	32	77
269	2	4	6	4	3	1	3	4	5	5	4	4	3	1	1	2	2	3	4	4	1	3	3	23	26	23	72
270	5	4	5	3	4	5	6	3	6	6	1	2	4	5	2	5	2	2	2	5	1	2	5	32	27	26	85
271	5	6	6	5	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	5	3	4	1	3	2	1	4	2	38	42	25	105
272	5	2	4	3	1	4	2	5	1	6	6	5	6	1	1	2	1	2	1	2	4	5	3	21	30	21	72
273	4	2	5	2	2	6	5	5	5	5	2	3	6	5	3	1	4	2	3	1	1	2	2	26	31	19	76
274	4	3	3	4	3	4	6	3	4	3	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	5	4	3	27	23	35	85
275	3	2	2	2	1	2	3	1	4	2	3	4	5	2	2	1	2	3	3	2	3	3	2	15	21	21	57

276	5	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	5	1	4	1	17	10	16	43	
277	6	4	5	1	1	1	1	3	2	2	3	1	5	2	3	3	2	4	5	6	6	6	5	19	18	40	77	
278	6	4	5	2	1	3	4	6	5	6	6	6	6	6	6	6	5	1	4	1	1	1	2	25	41	27	93	
279	3	2	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	22	24	30	76	
280	4	5	6	3	2	1	1	3	5	5	6	6	6	2	2	1	3	1	2	3	1	2	1	22	33	16	71	
281	3	4	4	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	2	3	20	20	26	66	
282	1	2	4	3	5	2	4	6	3	5	3	6	2	3	5	2	6	5	4	3	6	4	3	21	28	38	87	
283	3	2	5	2	1	1	1	5	5	5	1	5	5	1	3	5	3	4	3	6	4	1	3	15	27	32	74	
284	4	3	4	3	2	1	2	3	4	4	3	2	1	1	1	1	1	2	1	2	3	2	1	19	18	14	51	
285	6	4	2	2	1	3	1	3	2	1	1	1	1	1	2	4	3	5	4	1	1	4	1	19	10	25	54	
286	3	3	4	4	1	3	5	3	3	5	4	4	6	6	6	3	4	3	3	1	1	2	2	23	31	25	79	
287	5	3	4	4	1	6	2	6	6	6	6	6	6	6	6	4	2	6	2	1	1	6	1	1	25	42	24	91
288	4	4	5	3	2	5	5	5	6	6	6	6	6	5	4	4	5	5	2	3	2	2	2	28	38	27	93	
289	1	4	3	5	3	3	2	2	1	1	2	2	3	4	4	1	2	2	3	3	2	2	1	21	15	20	56	
290	3	4	5	4	5	5	2	3	2	2	4	2	5	4	4	2	5	2	4	2	3	4	3	28	22	29	79	
291	3	5	5	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3	2	2	6	3	3	3	2	2	3	1	30	24	25	79	
292	2	4	2	5	3	4	5	2	4	2	4	3	4	3	2	5	4	1	6	3	1	3	3	25	22	28	75	
293	3	6	5	4	2	5	1	2	4	6	6	5	2	2	4	2	4	3	5	3	5	2	5	26	27	33	86	
294	5	6	4	1	1	4	2	1	6	5	5	5	3	6	5	3	6	4	5	1	1	1	6	23	31	32	86	
295	5	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	18	12	15	45	
296	3	6	2	3	2	5	3	6	6	4	6	5	6	6	5	4	5	4	5	6	6	6	5	24	39	46	109	
297	1	1	1	1	1	5	5	3	6	5	4	6	6	3	3	5	4	4	4	4	4	3	4	15	33	35	83	
298	5	2	1	4	3	4	4	4	5	5	3	6	5	3	3	4	4	5	3	1	1	3	3	23	31	27	81	
299	4	1	2	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	14	7	9	30	
300	3	3	4	3	4	5	5	4	3	3	3	4	4	4	3	4	5	4	3	3	4	3	2	27	25	31	83	
301	5	6	6	5	5	5	6	2	6	5	5	5	5	5	3	4	3	5	2	3	1	2	3	38	33	26	97	
302	2	1	5	2	6	1	5	2	4	3	2	3	2	1	2	3	2	3	6	5	4	4	5	22	17	34	73	
303	4	5	5	4	5	2	4	4	5	3	3	3	3	2	2	4	5	2	2	2	2	5	4	29	23	28	80	

304	4	6	6	6	2	5	6	3	5	4	2	4	5	6	4	3	3	5	2	5	2	2	3	35	29	29	93
305	3	5	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	7	9	34
306	1	1	1	1	1	1	5	5	4	4	2	5	5	5	4	4	2	2	4	6	4	1	2	11	30	29	70

Base de datos procrastinación académica

P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	AU	POS_aC	PROCR	
3	3	4	5	3	4	3	3	3	4	3	3	9	32	41	
2	3	1	4	4	1	3	4	3	3	4	3	9	26	35	
3	5	4	5	4	3	4	4	3	2	4	2	10	33	43	
2	2	2	3	2	2	2	2	2	5	4	2	6	24	30	
3	4	3	3	5	3	3	3	2	4	3	2	8	30	38	
3	2	4	5	4	3	3	3	3	3	3	3	9	30	39	
4	3	3	1	4	3	3	3	4	3	3	3	11	26	37	
2	3	5	1	5	1	1	5	5	5	5	5	12	31	43	
5	2	5	5	4	1	1	5	3	4	5	3	13	30	43	
3	1	4	4	3	3	5	2	1	2	2	5	6	29	35	
4	2	3	5	4	3	4	3	4	1	3	3	11	28	39	
2	4	3	5	5	2	2	4	4	4	5	4	10	34	44	
4	2	6	4	4	6	6	6	6	3	6	6	6	13	46	59
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	9	12	
3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	8	25	33	
2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	6	27	33	
2	3	3	1	3	4	3	2	3	4	3	5	7	29	36	
2	4	5	5	4	2	3	5	4	4	4	5	11	36	47	
4	4	1	4	4	3	3	4	3	4	3	3	11	29	40	
3	4	4	2	3	2	1	4	3	3	3	4	10	26	36	
2	2	1	1	4	4	2	4	3	2	3	2	9	21	30	
2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	2	3	10	21	31	
3	3	3	3	3	1	5	2	3	4	2	3	8	27	35	
4	3	2	5	5	3	5	2	3	1	5	2	9	31	40	

3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	3	9	25	34
3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	9	23	32
3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	8	24	32
4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	10	29	39
2	2	4	1	5	3	3	5	4	5	4	4	3	11	30	41
3	2	4	1	4	4	2	3	2	4	3	4	4	8	28	36
2	2	2	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	9	23	32
3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	3	3	8	24	32
2	3	4	2	4	4	2	4	3	3	4	5	5	9	31	40
1	5	5	1	5	1	1	5	5	5	5	5	4	11	32	43
3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	7	25	32
3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	8	25	33
3	2	3	5	4	2	2	3	3	4	3	3	3	9	28	37
2	3	1	2	1	3	2	3	1	2	3	1	1	6	18	24
5	1	5	5	3	5	3	3	1	5	3	5	5	9	35	44
3	4	2	5	5	2	2	4	4	4	3	4	2	11	29	40
2	3	4	5	5	2	2	4	4	5	4	4	4	10	34	44
4	2	3	5	2	4	2	3	4	3	2	3	3	11	26	37
3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	10	30	40
3	2	2	5	3	2	3	3	3	3	4	2	2	9	25	34
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	9	27	36
4	2	2	1	3	2	3	4	2	2	3	2	2	10	20	30
4	2	3	5	3	2	2	2	2	2	3	2	3	8	25	33
3	2	3	5	2	3	3	4	3	2	3	1	1	10	24	34
4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	8	27	35
2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	5	13	18
3	3	3	5	3	4	3	3	3	4	4	4	3	9	32	41
1	1	3	1	2	1	3	2	4	4	5	4	4	7	24	31

1	3	2	1	5	1	1	3	5	5	5	5	9	28	37	
3	3	4	5	5	2	2	4	4	5	3	4	11	33	44	
2	2	4	4	5	4	4	5	4	5	5	4	11	37	48	
3	2	2	1	5	1	2	4	5	5	5	4	12	27	39	
2	3	3	5	3	3	3	4	4	4	4	4	10	32	42	
3	4	4	5	4	3	3	3	3	3	3	3	9	33	42	
3	3	2	5	2	3	3	4	3	5	4	4	10	31	41	
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	6	18	24	
2	2	2	1	5	4	4	4	4	4	4	4	5	10	31	41
4	1	1	4	2	4	4	2	1	2	2	2	7	22	29	
3	4	3	5	3	4	4	4	3	4	2	4	10	33	43	
2	5	3	5	5	2	2	5	5	5	5	4	12	36	48	
3	4	5	5	3	3	3	3	3	3	3	3	9	33	42	
3	2	1	5	3	1	1	5	2	5	5	5	10	28	38	
1	5	3	1	5	1	1	5	5	5	5	4	11	30	41	
4	3	5	5	4	3	3	5	3	3	4	5	12	35	47	
5	4	3	4	5	1	2	4	4	3	4	5	13	31	44	
1	5	4	5	5	3	1	5	5	5	1	5	11	34	45	
2	4	3	5	4	1	1	4	4	5	5	4	10	32	42	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	9	12	
4	3	5	5	3	3	2	5	3	2	4	1	12	28	40	
2	1	3	5	4	1	1	4	3	4	3	4	9	26	35	
3	2	4	5	5	2	2	4	2	2	4	2	9	28	37	
1	2	2	5	5	2	1	3	3	5	1	2	7	25	32	
1	3	2	5	2	1	1	4	3	4	5	2	8	25	33	
2	1	4	5	1	1	1	1	1	2	5	1	4	21	25	
4	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	5	11	26	37	
1	4	5	4	5	2	2	5	2	5	5	5	8	37	45	

3	3	3	5	4	4	1	5	3	4	3	4	11	31	42
1	3	3	1	1	1	1	5	4	5	5	5	10	25	35
2	2	3	5	5	2	2	5	5	2	5	2	12	28	40
3	3	3	5	4	1	1	3	4	4	4	4	10	29	39
1	4	3	1	4	3	3	5	3	5	5	5	9	33	42
3	2	2	5	4	3	5	5	4	4	3	5	12	33	45
4	2	4	5	4	3	3	4	3	4	4	2	11	31	42
1	3	4	5	5	1	1	5	3	4	5	5	9	33	42
4	2	1	5	4	3	3	3	4	5	5	5	11	33	44
3	1	2	5	4	2	2	4	4	5	4	3	11	28	39
3	2	3	5	4	1	1	4	2	3	3	5	9	27	36
3	4	3	2	4	2	2	4	4	4	4	4	11	29	40
1	4	3	5	5	1	1	3	3	5	5	5	7	34	41
2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	7	23	30
2	2	3	3	2	4	3	2	2	4	2	5	6	28	34
2	3	2	5	4	3	2	2	2	2	2	2	6	25	31
4	2	1	5	4	4	4	4	4	4	4	4	12	32	44
3	3	5	5	5	1	1	4	5	5	5	3	12	33	45
4	2	3	5	4	3	3	4	3	3	3	3	11	29	40
3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	11	32	43
3	4	4	4	5	3	4	4	3	5	4	5	10	38	48
3	4	4	3	5	2	3	4	3	5	5	5	10	36	46
2	3	4	5	4	1	1	5	3	4	4	4	10	30	40
3	4	3	5	4	2	2	3	3	3	2	3	9	28	37
3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	11	32	43
2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	6	21	27
2	1	4	5	5	5	1	1	5	5	5	5	8	36	44
4	3	3	5	3	3	3	2	2	3	4	2	8	29	37

2	3	2	5	4	2	1	3	2	1	4	3	7	25	32
4	1	3	2	5	1	2	3	4	5	1	2	11	22	33
2	5	5	5	5	1	1	5	5	5	5	5	12	37	49
2	3	4	5	3	2	2	4	3	4	2	2	9	27	36
3	3	2	5	4	3	3	5	5	5	3	3	13	31	44
3	3	4	5	4	1	1	5	3	5	4	2	11	29	40
2	2	3	1	5	1	1	5	5	5	5	2	12	25	37
2	2	4	4	3	2	1	3	2	2	3	2	7	23	30
2	4	2	5	3	2	2	3	3	4	4	4	8	30	38
3	4	2	5	4	2	1	5	2	3	5	3	10	29	39
2	3	2	5	4	2	4	5	3	4	4	5	10	33	43
4	3	3	1	3	5	3	3	1	3	5	5	8	31	39
4	2	3	4	2	4	2	4	2	3	2	2	10	24	34
1	5	3	5	2	1	2	5	1	2	2	2	7	24	31
4	3	4	5	3	3	1	3	3	2	4	4	10	29	39
1	3	5	5	3	1	1	3	4	2	5	1	8	26	34
3	3	2	5	4	1	1	4	2	2	3	4	9	25	34
2	2	3	5	2	1	1	4	2	4	2	4	8	24	32
5	1	2	5	1	1	5	4	3	3	2	1	12	21	33
3	2	4	5	4	3	2	4	2	4	5	4	9	33	42
3	3	5	5	4	2	2	4	3	4	4	3	10	32	42
2	4	5	5	4	1	1	4	2	4	5	4	8	33	41
4	3	3	5	4	3	2	3	3	3	3	4	10	30	40
2	3	5	5	5	1	1	5	5	4	5	3	12	32	44
3	3	2	5	5	4	3	2	2	4	2	5	7	33	40
2	3	4	5	4	1	2	3	3	4	3	5	8	31	39
2	3	2	5	4	2	2	4	3	5	4	4	9	31	40
3	2	4	5	5	3	3	4	4	5	5	2	11	34	45

3	1	2	5	3	1	5	4	3	5	2	2	10	26	36
4	5	2	5	4	3	3	4	4	4	3	4	12	33	45
4	1	1	3	2	3	3	1	1	1	5	3	6	22	28
4	3	3	5	3	2	1	5	3	4	3	5	12	29	41
1	3	4	5	5	1	1	5	5	5	5	4	11	33	44
1	4	2	5	4	5	3	1	4	3	1	2	6	29	35
3	2	1	1	2	3	3	2	2	2	3	4	7	21	28
1	4	3	4	4	1	1	5	5	5	4	4	11	30	41
4	3	4	5	3	3	3	4	2	3	3	2	10	29	39
5	3	1	5	1	3	3	5	4	4	2	1	14	23	37
4	2	5	5	4	2	2	5	1	2	4	1	10	27	37
4	2	2	5	4	3	2	2	2	2	2	1	8	23	31
2	2	1	1	5	1	1	5	4	5	5	5	11	26	37
4	3	2	5	3	2	1	5	4	4	5	5	13	30	43
2	3	2	5	4	2	2	4	5	5	5	4	11	32	43
1	5	4	5	5	1	1	5	5	5	5	5	11	36	47
4	2	1	5	3	5	4	5	5	3	3	2	14	28	42
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	9	27	36
3	2	2	5	2	2	1	3	3	3	3	3	9	23	32
4	2	5	3	5	5	3	2	2	2	2	3	8	30	38
3	3	3	5	3	3	1	4	3	3	3	2	10	26	36
3	3	2	5	3	3	3	2	4	3	3	3	9	28	37
3	2	2	5	4	3	4	5	3	5	4	3	11	32	43
4	3	2	5	6	3	3	4	3	2	5	3	11	32	43
2	3	4	5	4	2	2	4	3	4	4	4	9	32	41
3	3	2	5	2	3	2	4	3	4	3	2	10	26	36
2	3	4	5	4	1	1	4	4	4	4	4	10	30	40
2	4	3	5	4	1	2	5	4	5	4	3	11	31	42

3	4	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	9	28	37
3	2	4	5	3	2	2	4	3	4	4	4	10	30	40
3	3	3	2	5	3	3	2	4	3	5	3	9	30	39
4	3	2	4	3	2	2	3	3	3	4	2	10	25	35
3	2	4	5	3	2	2	4	3	5	3	2	10	28	38
3	2	2	5	3	3	3	4	2	4	4	3	9	29	38
3	2	3	4	5	3	2	4	2	4	5	5	9	33	42
2	2	4	5	3	1	1	5	2	3	4	5	9	28	37
3	3	4	1	4	2	2	4	3	4	4	3	10	27	37
5	3	1	5	1	5	3	5	2	5	5	1	12	29	41
3	2	2	5	3	4	3	4	3	3	3	2	10	27	37
2	1	5	4	4	1	5	3	2	1	1	1	7	23	30
3	3	4	5	5	3	2	4	4	4	4	4	11	34	45
3	3	4	5	4	2	2	5	4	4	4	3	12	31	43
3	3	2	5	3	3	2	3	2	3	5	5	8	31	39
3	3	3	5	4	2	3	4	3	4	4	4	10	32	42
3	2	4	5	4	1	1	3	3	3	3	2	9	25	34
4	2	2	5	3	3	1	4	3	4	2	2	11	24	35
3	3	1	3	4	3	2	4	4	4	3	2	11	25	36
4	2	1	5	4	2	2	2	2	2	3	2	8	23	31
5	2	1	5	3	5	4	5	1	5	1	2	11	28	39
3	3	3	5	3	3	3	3	3	3	3	3	9	29	38
2	5	4	5	5	2	1	5	4	5	5	5	11	37	48
2	4	3	5	5	2	2	4	4	4	4	4	10	33	43
3	1	4	5	5	3	1	2	4	3	5	3	9	30	39
3	3	3	5	4	3	2	3	4	3	3	4	10	30	40
3	3	4	2	4	2	3	4	4	3	3	3	11	27	38
3	3	3	5	3	3	2	3	3	3	3	3	9	28	37

2	2	3	5	2	2	5	2	2	3	2	2	6	26	32
2	3	3	5	3	3	2	5	3	4	3	3	10	29	39
2	4	3	5	4	2	2	4	4	4	4	4	10	32	42
3	3	2	1	2	3	2	4	4	2	2	2	11	19	30
3	2	1	1	2	3	3	3	5	4	2	1	11	19	30
3	3	2	1	2	4	4	3	4	3	3	4	10	26	36
3	2	2	5	2	3	3	4	3	4	3	3	10	27	37
2	4	3	5	4	2	2	4	3	4	4	4	9	32	41
3	3	4	5	4	3	4	5	3	4	4	4	11	35	46
4	4	3	5	4	4	4	5	4	4	4	4	13	36	49
4	4	1	5	4	4	4	5	4	4	4	4	13	34	47
2	5	2	5	5	1	2	4	5	5	3	5	11	33	44
2	4	5	5	4	2	2	5	3	4	5	5	10	36	46
3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	10	29	39
2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	6	21	27
3	2	3	3	4	2	3	4	1	4	1	3	8	25	33
4	2	1	5	2	4	4	3	4	5	4	5	11	32	43
1	1	1	5	5	2	2	5	4	4	4	4	10	28	38
3	4	3	1	4	3	4	5	5	5	5	5	13	34	47
4	2	4	1	3	3	3	3	5	3	5	4	12	28	40
2	3	2	5	3	1	1	4	3	4	3	4	9	26	35
5	1	2	4	3	5	5	3	2	2	4	3	10	29	39
4	3	4	5	2	1	1	3	3	4	4	3	10	27	37
3	3	3	5	3	2	4	3	2	1	2	3	8	26	34
1	3	3	5	3	1	3	5	3	4	5	3	9	30	39
3	4	3	5	4	3	2	5	4	4	4	4	12	33	45
3	2	3	1	3	3	3	4	3	4	2	3	10	24	34
3	4	2	5	3	2	2	4	3	4	4	3	10	29	39

2	3	3	4	2	4	3	3	2	3	4	3	7	29	36
3	3	3	5	4	2	1	4	4	5	4	5	11	32	43
3	1	3	5	4	3	4	4	3	4	4	3	10	31	41
4	2	3	4	2	2	4	3	4	4	3	4	11	28	39
4	3	1	5	5	4	1	4	1	3	3	1	9	26	35
1	3	4	5	3	2	2	3	3	3	4	4	7	30	37
2	3	4	5	5	1	1	4	3	3	4	4	9	30	39
3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	9	25	34
4	3	5	5	5	1	2	3	3	4	4	2	10	31	41
2	4	3	5	4	3	3	4	4	4	4	3	10	33	43
3	5	4	5	4	1	1	4	3	5	5	3	10	33	43
5	4	2	4	5	2	1	1	4	4	5	4	10	31	41
2	4	4	5	4	2	2	4	4	4	4	5	10	34	44
2	1	1	5	5	1	1	3	2	4	4	4	7	26	33
3	3	4	5	3	2	2	2	3	3	4	1	8	27	35
3	3	4	5	4	4	4	5	4	5	4	4	12	37	49
4	3	4	5	4	4	3	4	3	3	5	5	11	36	47
2	3	4	5	3	3	3	4	4	4	4	3	10	32	42
2	2	5	5	5	2	2	5	5	4	5	5	12	35	47
3	2	4	5	3	3	4	3	2	3	3	2	8	29	37
3	2	4	5	3	2	2	3	3	3	3	1	9	25	34
1	3	3	5	5	2	1	4	3	5	4	3	8	31	39
3	2	3	5	3	2	4	3	3	4	2	3	9	28	37
3	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	8	30	38
2	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	8	28	36
3	3	3	2	4	3	2	4	4	4	3	3	11	27	38
3	4	5	5	3	4	2	4	3	4	5	3	10	35	45
5	3	4	5	5	1	1	5	3	5	4	5	13	33	46

3	4	3	5	4	1	3	5	4	2	3	1	12	26	38
4	1	3	5	4	2	2	4	3	3	3	3	11	26	37
4	3	2	5	3	1	2	3	2	3	3	3	9	25	34
4	3	3	5	4	3	3	4	3	3	4	5	11	33	44
4	2	3	3	4	5	4	4	2	3	3	4	10	31	41
4	2	3	5	3	4	4	3	4	5	2	2	11	30	41
5	3	2	5	3	5	5	5	3	3	3	1	13	30	43
2	4	5	5	4	2	2	4	3	4	4	5	9	35	44
3	2	3	5	5	2	3	4	2	3	4	3	9	30	39
2	3	1	2	2	2	2	3	4	5	3	3	9	23	32
3	3	3	5	3	2	2	4	3	3	3	3	10	27	37
3	3	3	1	4	2	2	4	2	2	3	3	9	23	32
3	2	2	2	5	3	3	4	3	2	3	2	10	24	34
2	4	2	1	2	2	3	1	5	4	1	2	8	21	29
3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	5	4	9	29	38
4	3	3	5	2	3	3	4	2	3	2	3	10	27	37
3	2	2	5	3	3	2	2	3	3	3	3	8	26	34
2	4	5	5	4	2	2	4	4	4	4	3	10	33	43
2	3	3	5	4	2	2	4	3	5	5	4	9	33	42
2	5	3	1	4	2	1	5	4	5	4	4	11	29	40
3	2	4	5	3	2	3	4	4	4	4	3	11	30	41
2	4	5	5	4	3	3	5	4	5	3	3	11	35	46
3	4	2	5	4	2	3	4	4	3	4	4	11	31	42
4	2	5	5	3	3	3	4	2	4	3	2	10	30	40
3	3	4	5	4	2	2	4	3	5	3	2	10	30	40
4	3	5	5	4	4	4	5	3	3	5	5	12	38	50
3	2	2	5	3	3	2	4	3	3	3	3	10	26	36
1	4	3	3	4	2	1	4	3	4	4	4	8	29	37

3	3	5	5	5	3	3	5	4	5	4	3	12	36	48	
3	4	2	5	4	1	2	2	3	5	2	4	8	29	37	
3	4	4	5	4	3	3	4	4	4	3	2	11	32	43	
3	2	4	5	4	2	2	5	3	3	4	2	11	28	39	
3	3	4	5	4	3	4	4	3	3	3	2	10	31	41	
1	3	4	5	4	1	1	4	4	5	5	5	9	33	42	
3	3	2	4	5	1	1	4	1	1	5	4	8	26	34	
2	4	3	5	4	1	1	4	4	4	3	2	10	27	37	
2	4	3	5	2	1	1	3	5	3	2	2	10	23	33	
2	2	3	5	5	2	2	4	3	2	5	2	9	28	37	
2	2	3	5	5	1	3	1	4	3	1	2	7	25	32	
3	2	3	5	4	2	2	4	3	4	3	3	10	28	38	
3	3	3	1	5	3	1	3	2	2	3	3	8	24	32	
4	3	1	3	5	3	4	5	3	4	2	3	12	28	40	
2	3	3	5	4	3	3	4	4	4	4	4	5	10	34	44
2	4	3	5	4	2	2	4	4	4	4	4	2	10	30	40
2	4	2	5	3	2	3	5	2	3	4	2	9	28	37	
4	3	2	5	2	1	3	4	5	5	5	3	13	29	42	
3	3	4	5	4	3	3	5	3	3	1	3	11	29	40	
3	2	3	5	4	2	2	4	3	4	3	3	10	28	38	
4	1	3	5	4	2	2	4	3	3	3	3	11	26	37	
4	3	2	5	3	1	2	3	2	3	3	3	9	25	34	
4	3	3	5	4	3	3	4	3	3	4	5	11	33	44	
4	2	3	3	4	5	4	4	2	3	3	4	10	31	41	
4	2	3	5	3	4	4	3	4	5	2	2	11	30	41	
5	3	2	5	3	5	5	5	3	3	3	1	13	30	43	
2	4	5	5	4	2	2	4	3	4	4	5	9	35	44	
3	2	3	5	5	2	3	4	2	3	4	3	9	30	39	

2	3	1	2	2	2	2	3	4	5	3	3	9	23	32
3	3	3	5	3	2	2	4	3	3	3	3	10	27	37

Anexo 5: Documentos administrativos



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Chincha Alta, 31 de mayo del 2025

OFICIO N°0895-2025-UAI-FCS

Mag. Edgar Vilcanqui Capaquirá
Director
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA BOLIVARIANA Y EMBLEMÁTICA GRAN
UNIDAD ESCOLAR "SAN CARLOS", PUNO
Presente.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, este compromiso lo interiorizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en la formación académica, y trabajando transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, responsabilidad social y bienestar universitario en inserción laboral.

En tal sentido, nuestros estudiantes se encuentran en el desarrollo de tesis para la obtención del título profesional, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución que usted dirige.

Como parte de la exigencia del proceso de investigación, se debe contar con la **autorización** de la Institución elegida, para que los estudiantes puedan proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la carta de presentación de los estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación.

Sin otro particular y con la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.

Mag. Jose Yomil Perez Gomez
DECANO (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

Que, **CRUZ QUISPE, Gonzalo Rodolfo** identificado con código de estudiante **0070050810** y **CONTRERAS GUERRA, Deiane Darcy** identificada con código de estudiante **0070331484** del Programa Académico de **PSICOLOGÍA**, quienes vienen desarrollando la tesis denominada: **"ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PUBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025."**

Se expide el presente documento, a fin de que el encargado, tenga a bien autorizar a los en mención, a recoger los datos y aplicar su instrumento para su investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 31 de mayo del 2025



Mag. Jose Yomil Perez Gomez
DECANO (E)
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA





Colegio Bicentenario del Perú

"GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN CARLOS"



Resolución por el Excmo. Sr. Ministro de Educación de la Dirección Distrital de Educación y Deportes N° 01 de agosto de 2025

"AÑO DE LA RECUPERACIÓN Y CONSOLIDACIÓN DE LA ECONOMÍA PERUANA"

CONSTANCIA DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS PARA PROYECTO DE TESIS

EL DIRECTOR Y EL SUB DIRECTOR DE FORMACIÓN GENERAL DEL TURNO LA MAÑANA BLOQUE I, DE LA "GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN CARLOS", DEL DISTRITO, PROVINCIA Y DEPARTAMENTO DE PUNO:

HACE CONSTAR:

Que, el Señor GONZALO RODOLFO CRUZ QUISPE, CON DNI 70050810, BACHILLER DEL PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA, de la UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA, realizó la Aplicación de Instrumentos para Proyecto de Tesis titulado "ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACION EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025", desarrollado a partir del 25 de junio al 03 de julio del año Académico 2025, en horas de Tutoría con estudiantes de Primer Grado a Quinto Grado de Educación Secundaria del turno mañana, en esta Institución Educativa "GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN CARLOS" DE PUNO, durante la ejecución de su Proyecto ha demostrado, responsabilidad, puntualidad y eficiencia.

Se expide la presente a solicitud escrita del interesado para los fines convenientes.

Puno, 03 de julio del 2025.



[Signature]
Edgar Yacovino Caporaso
DIRECTOR
GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN CARLOS - PUNO



[Signature]
Prof. Jorge Luis Pardo Cruz
SUB DIRECTOR DE FORMACIÓN GENERAL
GRAN UNIDAD ESCOLAR SAN CARLOS - PUNO



"Un Carolino, Un Caballero"

Av. El Puerto N° 180 - Puno - Perú
Teléfono: 051 - 620402 / 620403
E-mail: guesancarlos@gmail.com



CONSENTIMIENTO INFORMADO



CONSENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL ESTUDIO:

ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025

Investigadores responsables:

- Bach. Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe DNI. 70050810 Cel. 937390578 (*Ex alumno GUESC prom. 2016*)
- Bach. Deiane Darcy Contreras Guerra DNI. 70331484 Cel. 943807090

INSTITUCION EDUCATIVA:

BOLIVARIANA Y EMBLEMATICA GRAN UNIDAD ESCOLAR "SAN CARLOS" - PUNO

INFORMACIÓN PARA EL PARTICIPANTE

Usted está siendo invitado(a) a autorizar la participación de su hijo(a) en una investigación cuyo objetivo es analizar la relación entre el estrés académico y la procrastinación académica en estudiantes de nivel secundario. Esta investigación se realizará en la Gran Unidad Educativa San Carlos, 2025.

La participación consistirá en responder dos instrumentos psicológicos validados:

1. Inventario de Estrés Académico SISCO, elaborado por Arturo Barraza Macías (2007) en Mexico y adaptado al contexto Peruano por Caramantin Y. (2022).
2. Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada por Déborah Busko (1998) en Canadá y adaptada en el Perú por Contreras Z. (2022).

La aplicación de ambos instrumentos tomará aproximadamente 20 a 30 minutos, realizándose dentro del horario escolar, en un entorno seguro y controlado. Esta actividad no implica riesgos físicos ni psicológicos para los estudiantes. En caso de que el estudiante se sienta incómodo, podrá retirarse libremente en cualquier momento.

Esta investigación es relevante porque permitirá comprender mejor cómo influyen estos factores en el bienestar y el rendimiento académico de los adolescentes, generando aportes importantes para la comunidad educativa, científica y psicológica. Los resultados podrán contribuir a diseñar estrategias preventivas y de apoyo dentro del contexto escolar.

Todos los datos serán tratados con estricta confidencialidad y anonimato, y se usarán exclusivamente con fines académicos.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Nancy Hilsia Lujaca Mamani

padre, madre o apoderado(a) del(a) estudiante

(Madre) Yonatan Lujaca Velázquez

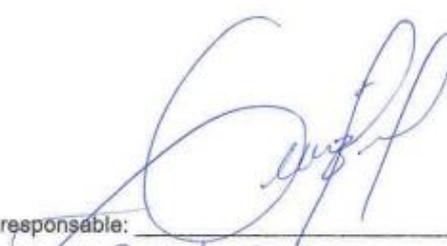
he leído y comprendido la información anterior, y autorizo su participación en esta investigación. Así mismo comprendo que la participación es voluntaria, confidencial y que tiene un valor científico y social importante.

Firma del padre/madre/apoderado: 

DNI del padre/madre/apoderado: 41174562

Lugar y fecha: Puno, 03-07-25

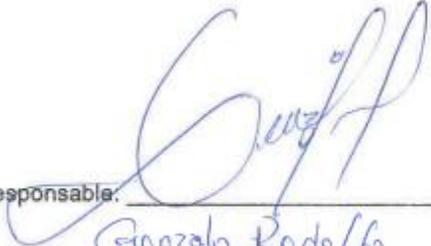
Firma del investigador responsable:


Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe
Investigador Responsable.

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Yanet Cacho Cacho
padre, madre o apoderado(a) del(a) estudiante
Cristofer Samuel Cacho Cacho Quipe
he leído y comprendido la información anterior, y autorizo su participación en esta
investigación. Así mismo comprendo que la participación es voluntaria, confidencial y
que tiene un valor científico y social importante.

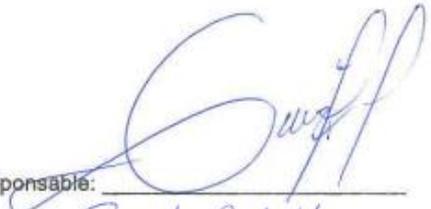
Firma del padre/madre/apoderado: 
DNI del padre/madre/apoderado: 01835537
Lugar y fecha: 03/07/25

Firma del investigador responsable: 
Gonzalo Rodolfo
Cruz Quipe
Investigador Responsable

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Isabel Anccasi Paccori
padre, madre o apoderado(a) del(a) estudiante
Junior Diederin Ulca Anccasi
he leído y comprendido la información anterior, y autorizo su participación en esta
investigación. Así mismo comprendo que la participación es voluntaria, confidencial y
que tiene un valor científico y social importante.

Firma del padre/madre/apoderado: 
DNI del padre/madre/apoderado: 01343007
Lugar y fecha: GUE San Carlos 03-07-25

Firma del investigador responsable: 
Gonzalo Rodolfo
Cruz Quispe
Investigador Responsable

DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Mariano Fernando Mamani Mamani,

padre, madre o apoderado(a) del(a) estudiante

Reineris Leonel Mamani Prohuanca,

he leído y comprendido la información anterior, y autorizo su participación en esta investigación. Así mismo comprendo que la participación es voluntaria, confidencial y que tiene un valor científico y social importante.

Firma del padre/madre/apoderado: 

DNI del padre/madre/apoderado: 42076595

Lugar y fecha: 03/07/2025.

Firma del investigador responsable: 

Gonzalo Rodolfo
Cruz Quispe
Investigador Responsable

ASENTIMIENTO INFORMADO



ASENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL ESTUDIO:

ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025

INVESTIGADORES RESPONSABLES:

- Bach. Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe DNI. 70050810 Cel. 937390578
- Bach. Deiane Darcy Contreras Guerra DNI. 70331484 Cel. 943807090

Hola!

Estamos realizando una investigación para conocer cómo se relacionan el estrés académico y la procrastinación en los estudiantes como tú. Esto servirá para que los profesores, psicólogos y directivos entiendan mejor cómo se sienten los escolares y cómo ayudarles.

Para eso, te pediremos que respondas dos cuestionarios:

1. Inventario de Estrés Académico SISCO, elaborado por Arturo Barraza Macías (2007) en México y adaptado al contexto Peruano por Caramantin Y. (2022).
2. Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada por Déborah Busko (1998) en Canadá y adaptada en el Perú por Contreras Z. (2022).

No es un examen, no hay respuestas correctas o incorrectas, y no afectará tus notas. Todo lo que digas será confidencial, y nadie sabrá qué respondiste. Puedes decidir no participar o dejar de hacerlo si en algún momento no deseas continuar.

Tu ayuda será valiosa para mejorar la educación y el apoyo a estudiantes como tú.

¿Quieres participar?

Marca con una "X" tu respuesta:

- Sí, quiero participar.
 No, no quiero participar.

Nombre del estudiante: Liana Castro Ramos
Edad: 15 Grado y sección: 3^{ro} E

Firma del estudiante: 
Fecha: 02-07-25

ASENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL ESTUDIO:

ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025

INVESTIGADORES RESPONSABLES:

- Bach. Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe DNI. 70050810 Cel. 937390578
- Bach. Deiane Darcy Contreras Guerra DNI. 70331484 Cel. 943807090

Hola!

Estamos realizando una investigación para conocer cómo se relacionan el estrés académico y la procrastinación en los estudiantes como tú. Esto servirá para que los profesores, psicólogos y directivos entiendan mejor cómo se sienten los escolares y cómo ayudarles.

Para eso, te pediremos que respondas dos cuestionarios:

1. Inventario de Estrés Académico SISCO, elaborado por Arturo Barraza Macías (2007) en Mexico y adaptado al contexto Peruano por Caramantin Y. (2022).
2. Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada por Déborah Busko (1998) en Canadá y adaptada en el Perú por Contreras Z. (2022).

No es un examen, no hay respuestas correctas o incorrectas, y no afectará tus notas. Todo lo que digas será confidencial, y nadie sabrá qué respondiste. Puedes decidir no participar o dejar de hacerlo si en algún momento no deseas continuar.

Tu ayuda será valiosa para mejorar la educación y el apoyo a estudiantes como tú.

¿Quieres participar?

Marca con una "X" tu respuesta:

Sí, quiero participar.

No, no quiero participar.

Nombre del estudiante: Angel Jeanpiero
Edad: 16 Grado y sección: 4 "E"

Firma del estudiante: 

Fecha: 03/07/25

ASENTIMIENTO INFORMADO

TÍTULO DEL ESTUDIO:

ESTRÉS ACADÉMICO Y PROCRASTINACIÓN EN ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA PÚBLICA DE LA CIUDAD DE PUNO, 2025

INVESTIGADORES RESPONSABLES:

- Bach. Gonzalo Rodolfo Cruz Quispe DNI. 70050810 Cel. 937390578
- Bach. Deiane Darcy Contreras Guerra DNI. 70331484 Cel. 943807090

Hola!

Estamos realizando una investigación para conocer cómo se relacionan el estrés académico y la procrastinación en los estudiantes como tú. Esto servirá para que los profesores, psicólogos y directivos entiendan mejor cómo se sienten los escolares y cómo ayudarles.

Para eso, te pediremos que respondas dos cuestionarios:

1. Inventario de Estrés Académico SISCO, elaborado por Arturo Barraza Macías (2007) en México y adaptado al contexto Peruano por Caramantin Y. (2022).
2. Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada por Déborah Busko (1998) en Canadá y adaptada en el Perú por Contreras Z. (2022).

No es un examen, no hay respuestas correctas o incorrectas, y no afectará tus notas. Todo lo que digas será confidencial, y nadie sabrá qué respondiste. Puedes decidir no participar o dejar de hacerlo si en algún momento no deseas continuar.

Tu ayuda será valiosa para mejorar la educación y el apoyo a estudiantes como tú.

¿Quieres participar?

Marca con una "X" tu respuesta:

- Sí, quiero participar.
 No, no quiero participar.

Nombre del estudiante: Kean Alexander Quispe Pineda

Edad: 15 Grado y sección: 4^{to} "E"

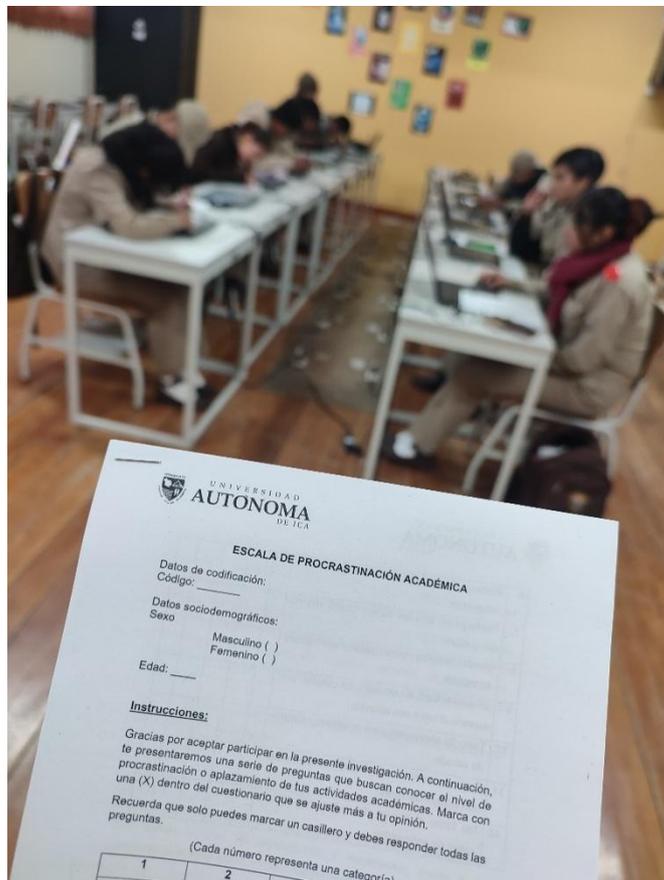
Firma del estudiante: 

Fecha: 02/07/2025

Anexo 6: Evidencias fotográficas









Anexo 7: Informe de turnitin al 28% de similitud

1753890691_TESIS - CRUZ QUISPE - CONTRERAS GUERRA.docx

 2025
 2025
 Universidad Autónoma de Ica

Detalles del documento

Identificador de la entrega

tm:old::3117:477431509

Fecha de entrega

30 jul 2025, 7:07 p.m. GMT-5

Fecha de descarga

30 jul 2025, 7:35 p.m. GMT-5

Nombre de archivo

1753890691_TESIS - CRUZ QUISPE - CONTRERAS GUERRA.docx

Tamaño de archivo

7.2 MB

148 Páginas

31.466 Palabras

128.510 Caracteres

11% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- ▶ Bibliografía
- ▶ Coincidencias menores (menos de 15 palabras)

Fuentes principales

- 8%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 9%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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