



Revista Eugenio Espejo
ISSN: 1390-7581
ISSN: 2661-6742
revistaeugenioespejo@unach.edu.ec
Universidad Nacional de Chimborazo
Ecuador

Procrastinación académica y su relación con la ansiedad

Altamirano Chérrez, Cynthia Estefanía; Rodríguez Pérez, Mayra Lucía

Procrastinación académica y su relación con la ansiedad

Revista Eugenio Espejo, vol. 15, núm. 3, 2021

Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=572868251010>

DOI: <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>

Procrastinación académica y su relación con la ansiedad

Academic procrastination and its relationship with anxiety

Cynthia Estefanía Altamirano Chérrez
Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

 <https://orcid.org/0000-0003-2274-5145>

DOI: <https://doi.org/10.37135/ee.04.12.03>
Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=572868251010>

Mayra Lucía Rodríguez Pérez
Universidad Técnica de Ambato, Ecuador
ml.rodriguez@uta.edu.ec

 <https://orcid.org/0000-0003-0383-998X>

Recepción: 18 Mayo 2021
Aprobación: 21 Julio 2021

RESUMEN:

La procrastinación académica (PA) es una problemática que afecta a estudiantes universitarios. La investigación tuvo como objetivo establecer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad **en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Ambato, Tungurahua – Ecuador**, durante el período abril – agosto 2020; **mediante** un estudio de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo y correlacional, y de corte transversal, en una muestra constituida por 50 futuros profesionales; en los que se aplicó la Escala de Procrastinación Académica de Busko (EPA) y la de valoración para la Ansiedad de Hamilton. **En ambas dimensiones de la PA predominó el nivel promedio: 52% en postergación de actividades y 48% en autorregulación académica. Prevalció el nivel leve de ansiedad (54%), existiendo diferencias significativas según el sexo** ($p=0,012$), en las mujeres el nivel grave tuvo mayor incidencia en comparación con los hombres. Se hallaron diferencias significativas entre las medias de las dos dimensiones de procrastinación académica en respecto al semestre, observando que la postergación de actividades fue mayor en noveno; mientras que, el estado de autorregulación fue mejor en los participantes de primero. La correlación resultó estadísticamente significativa entre postergación de actividades y ansiedad.

PALABRAS CLAVE: procrastinación, ansiedad, estudiantes.

ABSTRACT:

Academic procrastination (AP) is a problem that affects university students. The objective of the research was to establish the relationship between academic procrastination and anxiety in Clinical Psychology students at the Technical University of Ambato, Tungurahua - Ecuador, during the period April - August 2020. A study with a quantitative approach, descriptive and correlational scope, and cross-sectional was conducted. A sample of 50 future professionals was considered; in which the Busko Academic Procrastination Scale and the Hamilton Anxiety Assessment Scale were applied. In both dimensions of the AP, the average level prevailed: 52% in postponement of activities and 48% in academic self-regulation. The mild level of anxiety prevailed (54%), with significant differences according to sex ($p = 0.012$), in women the severe level had a higher incidence compared to men. Significant differences were found between the means of the two dimensions of academic procrastination with respect to the semester, observing that the postponement of activities was greater in the ninth, while the state of self-regulation was better in the first-year participants. The correlation was statistically significant between postponement of activities and anxiety.

KEYWORDS: Procrastination, Anxiety, Students.

INTRODUCCIÓN

La procrastinación es una tendencia irracional que desarrollan ciertos individuos a aplazar o retrasar el comienzo del cumplimiento de una tarea por un periodo indeterminado de tiempo.⁽¹⁾ Comúnmente, esa conducta se genera como protección ante situaciones que considera inaceptables y/o amenazadoras.⁽²⁾

Esta entidad psicológica suele presentarse en el contexto de la formación universitaria debido a los retos y dificultades que les plantea la educación superior contemporánea, unido a la situación de emergencia sanitaria por Covid-19 desde inicios de 2020. Los estudiantes pueden mostrarse susceptibles a la frustración, afectando su desempeño y rendimiento académico de manera inusual.

La procrastinación académica (PA) se relaciona con la conducta intencionada del estudiante de postergar actividades dentro del ámbito educativo, caracterizándose por un comportamiento disfuncional expresado como falta de: puntualidad, respuesta oportuna, cumplimiento de los plazos, capacidad de discrepancia, concentración en las actividades del estudio.⁽³⁾

En general, se evidencia que la PA se manifiesta con bastante intensidad hasta en el 70% de los estudiantes universitarios, atribuido a diferentes causas como el miedo al fracaso o por sentir aversión hacia determinadas tareas asignadas.^(4,5)

La PA debe ser contrarrestada con la autorregulación académica, la que constituye un elemento clave en el éxito académico que permite al estudiante ser capaz de regular eficientemente su proceso de aprendizaje mediante la fijación de metas y la planificación del tiempo, partiendo del autoconocimiento de las capacidades propias.⁽⁶⁾

La autorregulación académica constituye un eje principal de la acción educativa contemporánea, pues el estudiante universitario se propone objetivos y toma una conducta activa para alcanzarlos y lograr la adquisición de habilidades y destrezas que garanticen su futuro desempeño profesional.⁽⁷⁾

Otro concepto relacionado es la ansiedad, esta constituye una sensación subjetiva displacentera acompañada de tensión y malestar físico y mental, la que se manifiesta frente a situaciones que la persona valora como amenazantes.⁽⁸⁾

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estableció que la depresión y ansiedad son los trastornos mentales más frecuentes en la atención hospitalaria. Las cifras relacionadas con estos diagnósticos mostraron un incremento de 50% aproximadamente. En 1990, se reportaron 416 millones de casos, mientras que en 2013, ese número se elevó a 615 millones.⁽⁹⁾

En 2015, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) estimó que el 3,6% de la población mundial presentaba ansiedad, con mayor prevalencia en mujeres (4,6%) con respecto a los hombres (2,6%).⁽¹⁰⁾ En América Latina y el Caribe resultó el segundo trastorno mental más frecuente, con un 3,4%.⁽¹¹⁾

La OPS ubica a Ecuador dentro de los diez primeros países de América con mayor número de diagnósticos de trastornos de ansiedad entre su población.⁽¹²⁾ El Ministerio de Salud Pública, en su Plan Estratégico Nacional de Salud Mental durante el período 2015 – 2017, estimó que el 20% de los adolescentes ecuatorianos fueron diagnosticados con trastorno ansioso o depresivo, que resultó tres veces más prevalente en mujeres que en hombres.⁽¹³⁾

Un informe de la OMS, acerca del sistema de salud mental ecuatoriano, especifica que la ansiedad es el diagnóstico con mayor prevalencia en los centros y servicios ambulatorios de salud en el país.⁽¹⁴⁾ Similarmente, el Instituto de Métricas y Evaluación de la Salud (IHME) reportó un incremento de la prevalencia de la ansiedad en 2017 (4,31%), en relación con la década de los noventa (4,22%).⁽¹⁵⁾

El confinamiento producto de la situación epidemiológica, afecta la salud mental de los jóvenes, lo que se refleja en su desempeño académico por las limitaciones para acceder a la educación en el contexto escolar tradicional, aumentando los desafíos propios del proceso educativo.⁽¹⁶⁾ En consideración, el presente estudio se hizo con el objetivo de establecer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes universitarios. Ya que, ambas entidades son problemáticas frecuentes en la población con edades inferiores a los 25 años.⁽¹⁷⁾

MATERIAL Y MÉTODOS

Se presenta un estudio de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo y correlacional, y de corte transversal, en una población constituida por 82 estudiantes pertenecientes a primero y noveno semestre de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Ambato en la ciudad de Ambato, provincia Tungurahua, Ecuador; ejecutado en el período abril – agosto 2020. Se seleccionaron 50 estudiantes (39 mujeres y 11 hombres), a través de un muestreo no probabilístico, de tipo intencional o deliberado, teniendo en cuenta las siguientes características:

- Emisión del consentimiento informado.
- Llenado de los instrumentos de evaluación acorde a las orientaciones.
- No pertenecer a ninguno de los grupos poblacionales vulnerables.
- Sin sintomatología ansiosa según la aplicación del cuestionario de Ansiedad de Hamilton.

Durante la investigación no se utilizaron procedimientos invasivos que pudieran representar un riesgo para los participantes. En referencia a los aspectos éticos, el estudio contó con la aprobación de la autoridad competente en la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador; los estudiantes participantes emitieron su consentimiento informado para ser parte del estudio, validando así su autonomía. Los resultados se presentaron respetando el anonimato de los integrantes de la muestra, además de ser empleados únicamente con fines académicos y científicos.

Las escalas fueron aplicadas de manera virtual mediante la plataforma Zoom, debido a las medidas sanitarias establecidas en el contexto de pandemia por COVID-19. Se utilizó Google Forms para recolectar y sistematizar la información de cada instrumento de evaluación, los cuales fueron:

- Escala de Procrastinación Académica de Busko (EPA), adaptada por Domínguez para la población peruana, con un Alfa de Cronbach de 0.923 para la escala total, y 0.8 en ambas dimensiones, a la vez 77% de validez de constructo. La escala está conformada por dos dimensiones: postergación de actividades con 3 ítems y autorregulación académica con 9 ítems; no existen evidencias suficientes sobre la eficacia en cuanto a la sumatoria de ambas dimensiones ya que son reconocidas como procesos independientes, por esta razón, se analizan por separado y se debe considerar el siguiente perfil de riesgo: una baja puntuación en autorregulación académica y alta puntuación en postergación de actividades. En las dos dimensiones, las puntuaciones inferiores al percentil 25 indican un nivel bajo, mientras que las mayores a 75 indican un nivel alto (los valores intermedios se consideran en el valor de escala promedio).⁽¹⁸⁾

- Escala de valoración para la Ansiedad de Hamilton, con un Alfa de Cronbach que oscila entre 0,79 y 0,86, que muestra una buena consistencia interna. Este instrumento está conformado por 14 ítems, en donde se evalúa dos tipos de ansiedad: psíquica y somática. Las preguntas son valoradas con una escala de Likert de 5 puntos, cuyas opciones de respuesta son: ausente (0), intensidad ligera (1), intensidad media (2), intensidad elevada (3) e intensidad máxima (4). Las puntuaciones totales que oscilan entre 0 y 5 indican ausencia de ansiedad, de 6 a 17 leve, entre 18 y 24 moderado y más de 24 es grave.⁽¹⁹⁾

Los datos fueron organizados y sistematizados a través del programa estadístico SPSS (versión 21), lo que permitió su procesamiento, mediante la aplicación de estadística descriptiva (análisis de frecuencia) y la estadística inferencial con pruebas no paramétricas de U de Mann -Whitney para comparar grupos y correlación de Spearman para determinar la asociación entre variables.

RESULTADOS

El análisis de datos recolectados a partir de la Escala de Procrastinación Académica y la Escala de Ansiedad de Hamilton en los 50 estudiantes, que conformaron la muestra de estudio, permitió determinar la relación existente entre ambas variables.

TABLA 1
Niveles de PA según sexo

Dimensión postergación de actividades	Sexo		Total	Dimensión autorregulación académica	Sexo		Total
	Hombre	Mujer			Hombre	Mujer	
	No. (%)	No. (%)			No. (%)	No. (%)	
Baja	5(10)	7(14)	12(24)	Baja	1(2)	4(8)	5(10)
Promedio	3(6)	23(46)	26(52)	Promedio	5(10)	19(38)	24(48)
Alta	3(6)	9(18)	12(24)	Alta	5(10)	16(32)	21(42)
Total	11(22)	39(78)	50(100)	Total	11(22)	39(78)	50(100)
U de Mann-Whitney			176,5	U de Mann-Whitney			204,5
Sig. asintótica(bilateral)			0,329	Sig. asintótica(bilateral)			0,795

Al analizar la dimensión *postergación de actividades*, se observó un predominio del nivel promedio (52%). Atendiendo al sexo, el nivel promedio predominó entre las mujeres (46%), mientras que el nivel bajo (10%) lo hizo entre los hombres (tabla 1).

En relación con la dimensión *autorregulación académica*, se estableció que la mayoría de los estudiantes se ubicaron en el nivel promedio (48%), seguido por el nivel alto (42%). Según el sexo, el 38% de las mujeres se enmarcaron en la categoría promedio (38%); entre los hombres, el 10% fue promedio y otro 10%, alto. La prueba U de Mann-Whitney permitió establecer que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en ambas dimensiones en relación con el sexo (tabla 1).

TABLA 2
Niveles de ansiedad atendiendo al sexo

Ansiedad	Sexo				Total	
	Hombres		Mujeres		No.	%
	No.	%	No.	%		
Leve	10	20,0	17	34,0	27	54,0
Moderada	--	--	9	18,0	9	18,0
Grave	1	2,0	13	26,0	14	28,0
Total	11	22,0	39	78,0	50	100,0
U de Mann-Whitney					117,500	
Sig. asintótica(bilateral)					0,012	

La medición de la *ansiedad* posibilitó establecer el predominio del nivel leve (54%) entre los participantes. Según el sexo, la mayoría de los hombres se categorizaron como leve (20%) y únicamente el 2% fue grave; sin embargo, el 26% de las mujeres se ubicaron en el nivel grave, 18% en moderado y preponderaron aquellas con leve (34%). Atendiendo al sexo biológico, las diferencias resultaron estadísticamente significativas ($p < 0,05$) (tabla 2).

TABLA 3
Dimensiones de la PA según semestre que cursa

	Dimensión postergación			Total	Dimensión autorregulación			Total
	Bajo	Promedio	Alto		Bajo	Promedio	Alto	
Primero								
No.	12	16	7	35	--	15	20	35
% en curso	34,3	45,7	20,0	100,0	--	42,9	57,1	100,0
Noveno								
no.	--	10	5	15	5	9	1	15
% en curso	--	66,7	33,3	100,0	33,3	60,0	6,7	100,0
Total								
no.	12	26	12	50	5	24	21	50
% en curso	24,0	52,0	24,0	100,0	10,0	48,0	42,0	100,0

En ambas dimensiones predominó el nivel promedio: *postergación* (52%) y *autorregulación* (48%).

El análisis atendiendo al semestre que cursaban los participantes posibilitó observar que, los estudiantes de primer semestre postergaban menos las tareas (34,3% en el nivel bajo) que los de noveno (33,3% en el alto); correspondiéndose con el estado de la autorregulación, pues los de primero mostraron una mejor situación (57,1% alto) con respecto a noveno (33,3% bajo).

TABLA 4
Comparación de las medias de PA según semestre que cursa

Postergación de actividades		Autorregulación académica	
Curso	Media	Curso	Media
Primero	22,79	Primero	30,36
Noveno	31,83	Noveno	14,17
U de Mann-Whitney	167,50	U de Mann-Whitney	92,50
Sig. asintótica(bilateral)	0,027	Sig. asintótica(bilateral)	0,000

La comparación de las medias de las dimensiones de PA, según semestre que cursaban los estudiantes incluidos en el estudio, arrojó la presencia de diferencias significativas en ambos casos ($p < 0.05$) (tabla 4).

TABLA 5
Correlación entre las dimensiones de PA y ansiedad

	Ansiedad	Postergación	Autorregulación
Rho de Spearman		0,309*	-0,014
Sig. (bilateral)		0,029	0,92

Los valores de Rho de Spearman posibilitaron establecer la existencia de una correlación estadísticamente significativa entre *postergación* y *ansiedad* ($p=0,029$), la que fue positiva y moderada (Rho= 0,309) (tabla 5).

DISCUSIÓN

Los resultados relativos a los niveles de PA posibilitaron apreciar que la mayoría de los estudiantes evaluados se ubicaron dentro del nivel promedio, tanto en la dimensión de *postergación de actividades* (52%)

como en la *autorregulación académica* (48%). Varios estudios consultados reportaron valores muy parecidos en contextos similares, encontrándose incidencias cercanas al 50%.^(18,20) Sin embargo, una investigación realizada en un contexto universitario peruano arrojó resultados que difieren de los obtenidos en la presente investigación, primando el nivel bajo en la *autorregulación académica*.⁽²¹⁾

En relación con el sexo, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas, difiriendo de otro estudio desarrollado en la ciudad de Lima, Perú, en el que se establecieron diferencias significativas entre los grupos, además de mostrar predominio de la presencia de PA en varones (41,3%),⁽²²⁾ similarmente a lo reportado Suárez y Feliciano,⁽²³⁾ con un 71,8% en hombres.⁽²³⁾

Con respecto a la *ansiedad*, se observó prevalencia del nivel leve, seguido del severo. Algunos autores consultados reportaron resultados semejantes.^(24,25) Sin embargo, en una investigación con estudiantes universitarios en la ciudad de Ambato prevaleció el nivel grave en esa variable (54%).⁽²⁶⁾

Los resultados del análisis muestran que la ansiedad y el sexo se relacionaron de manera significativa, donde las mujeres presentaron mayores niveles de ansiedad. También se reportó diferencias por otros investigadores en relación con la mayor incidencia del nivel elevado de esta variable entre las féminas.^(27,28) Por otra parte, autores de una investigación en estudiantes peruanos encontraron mayor número de valores en el rango normal entre las mujeres participantes.⁽²²⁾

Al comparar los grupos, los estudiantes de noveno semestre postergaban más las actividades que los de primero (estos últimos mostraron mejor nivel de autorregulación). Resultados muy parecidos se observaron en un estudio de tipo longitudinal, en el que se evaluaron estudiantes de la carrera de Psicología Clínica; en ese contexto, la PA mostró una tendencia al aumento en la medida que avanzaban en su carrera, siendo mayor en el grupo de noveno semestre.⁽²⁹⁾

En otro estudio también existieron diferencias estadísticamente significativa en relación con el semestre que cursaban los estudiantes, en donde la PA fue menos incidente en los primeros semestres que en los últimos.⁽³⁰⁾ Otros investigadores concluyeron que no existía relación entre esas variables, pero sí con la edad.⁽¹⁷⁾

La *postergación de actividades* y la *ansiedad* se relacionaron positiva y significativamente en otras investigaciones con igual población.^(22,31,32) A diferencia de un estudio en el que se reportó que la depresión y baja resiliencia se relacionaron con altos niveles de PA. Sin embargo, las dimensiones de esta última no mostraron asociación significativa con la *ansiedad*.⁽³³⁾

CONCLUSIONES

Ambas dimensiones de la PA adquirieron valores que mostraron un predominio del nivel promedio, aunque no existieron diferencias significativas atendiendo al sexo de los participantes.

En relación con la *ansiedad*, los datos arrojaron que la mayoría se enmarcó en el nivel leve, con mayor presencia del nivel severo en las mujeres.

Los mayores niveles de postergación de actividades se observaron en los estudiantes de noveno semestre; mientras que, los de primero mostraron mejor autorregulación; estableciendo diferencias significativas entre las medias de las dos dimensiones de PA y el semestre que cursaban los estudiantes.

Se estableció una correlación estadísticamente significativa entre *postergación de actividades* y *ansiedad*.

Declaración de conflicto de interés: los autores no presentan.

Declaración de contribuciones

Mayra Lucía Rodríguez Pérez dirigió el proceso investigativo y participó en cada etapa.

Cynthia Estefanía Altamirano Chérrez trabajó en el desarrollo del proyecto, recogida e interpretación de datos y la redacción del artículo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Senécal C, Julien E, Guay F. Role conflict and academic procrastination: A self-determination perspective. *European Journal of Social Psychology* [Internet]. 2003 [citado 2021 Feb 12]; 33(1): 135-145. Disponible en: http://selfdeterminationtheory.org/SDT/documents/2003_SenecalJulienGuay_EJSP.pdf.
2. Burka J, Yuen L. *Procrastination: Why You Do It, What To Do About It*. 25.. ed. New York: Da Capo Lifelong Books; 2004.
3. Tuckman BW. The Effect of Learning and Motivation Strategies Training on College Students' Achievement. *Journal of College Student Development* [Internet]. 2003 [citado 2021 Feb 12]; 44(3): 430-437. Disponible en: <https://muse.jhu.edu/article/42902>. <https://doi.org/10.1353/csd.2003.0034>.
4. Knaus W. Procrastination, Blame, and Change. *Journal of social Behavior and Personality* [Internet]. 2000 [citado 2021 Feb 10]; 15(5): 153-166. Disponible en: <https://www.proquest.com/docview/1292314415?pq-origsite=gscholar&fromopenview=true>.
5. Rothblum E, Solomon L, Murakami J. Affective, Cognitive, and Behavioral Differences Between High and Low Procrastinators. *Journal of Counseling Psychology* [Internet]. 1986 [citado 2021 Feb 12]; 33:387-94. Disponible en: <https://doi.apa.org/record/1987-05643-001?doi=1>. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.33.4.387>.
6. Martín G, Unibertsitatea M. La Autorregulación Académica Como Variable Explicativa De Los Procesos De Aprendizaje Universitario. Profesorado: Revista de curriculum y formación del profesorado [Internet]. 2012 [citado 2021 Feb 14]; 16(1):203-21. Disponible en: <http://www.ugr.es/~recfpro/rev161ART12.pdf>.
7. Valdés M, Pujol L. Autorregulación académica y estilos de aprendizaje en estudiantes universitarios de reciente ingreso [Internet]. Santander: V Congreso Mundial de Estilos de Aprendizaje; 2012 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4635103>.
8. Ayuso J. *Trastornos de angustia*. Barcelona: Martínez Roca; 1988.
9. Organización Mundial de la Salud. La inversión en el tratamiento de la depresión y la ansiedad tiene un rendimiento del 400% [Internet]. Washington: Pan American Health Organization/World Health Organization; 2016 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/13-04-2016-investing-in-treatment-for-depression-and-anxiety-leads-to-fourfold-return>.
10. Organización Panamericana de la Salud. Depresión y otros trastornos mentales comunes. Estimaciones sanitarias mundiales [Internet]. Washington: Pan American Health Organization/World Health Organization; 2017 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: <https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
11. Organización Panamericana de la Salud. Día Mundial de la Salud Mental: la depresión es el trastorno mental más frecuente [Internet]. Washington: Pan American Health Organization/World Health Organization; 2012 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: https://www.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=7305:2012-dia-mundial-salud-mental-depresion-trastorno-mental-mas-frecuente&Itemid=1926&lang=es.
12. Organización Panamericana de la Salud. La carga de los trastornos mentales en la región de las Américas [Internet]. Costa Rica: OPS; 2018 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/49578/9789275320280_spa.pdf?sequence=9&isAllowed=y.
13. Ministerio de Salud Pública. Plan Estratégico Nacional De Salud Mental [Internet]. Quito: MSP; 2014 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: <https://www.docsity.com/es/plan-estrategico-de-saludmental/4304508/>.
14. Organización Mundial de la Salud. Informe sobre el sistema de salud mental en el Ecuador [Internet]. Washington: Pan American Health Organization/World Health Organization; 2008 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: https://www.who.int/mental_health/ecuador_who_aims_report.pdf.
15. Ritchie H, Roser M. Mental Health [Internet]. *Our World in Data*; 2018 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: <https://ourworldindata.org/mental-health>.

16. Romero V. Todos los niños y niñas tienen derecho a acceder a la escuela y completar su educación sin importar quienes sean y de dónde vengan [monografía en Internet]. Bogotá: UNICEF; 2020 [citado 2021 Feb 16]. Disponible en: <https://www.unicef.org/colombia/educacion>.
17. Rodríguez A, Clariana M. Procrastination in University Students: The Relationship to Age and Academic Year. *Revista Colombiana de Psicología* [Internet]. 2017 [citado 2021 Feb 10]; 26(1): 45-60. Disponible en: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/psicologia/article/view/53572>. <http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v26n1.53572>.
18. Domínguez-Lara SA. Datos normativos de la Escala de Procrastinación Académica en estudiantes de psicología de Lima. *Evaluar* [Internet]. 2016 [citado 2021 Feb 14]; 16(1). Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/view/15715>
19. Hamilton M. The Assessment of Anxiety States by Rating. *British Journal of Medical Psychology* [Internet]. 1959 [citado 2021 Feb 12]; 32(1):50-5. Disponible en: <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1959.tb00467.x>.
20. Condori-Huanca YN, Mamani-Coaquira KY, Mamani-Cachicatari G. Adicción a Facebook y procrastinación académica en estudiantes de la Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión, Filial Juliaca – 2015. *Revista de Investigación Universitaria* [Internet]. 2016 [citado 2021 Feb 15]; 5(2). Disponible en: <https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/riu/article/view/715>.
21. Amaya L, Rincón E. Evaluación de la autorregulación académica en estudiantes de pregrado de la Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO, en la modalidad virtual distancia. *Academia y Virtualidad* [Internet]. 2017 [citado 2021 Feb 12]; 10(1). Disponible en: <https://revistas.unimilitar.edu.co/index.php/ravi/article/view/2416>.
22. Gil-Tapia L, Botello-Príncipe V. Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de Ciencias de la Salud de una Universidad de Lima Norte. *CASUS: Revista de Investigación y Casos en Salud* [Internet]. 2018 [citado 2021 Feb 12]; 3(2): 89-96. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6536897>.
23. Suárez A, Feliciano L. Influencia del perfil de procrastinación activa en el rendimiento académico del alumnado de Ciencias de la Educación. *Revista de Pedagogía*. [Internet]. 2020 [citado 2021 Jul 05]; 72. Disponible en: <https://recyt.fecyt.es/index.php/BORDON/article/view/73642/63198>.
24. Cardona-Arias JA, Pérez-Restrepo D, Rivera-Ocampo S, Gómez-Martínez J, Reyes Á. Prevalencia de ansiedad en estudiantes universitarios. *Diversitas: Perspectivas en Psicología* [Internet]. 2016 [citado 2021 Feb 14]; 11(1): 79-89. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/679/67943296005.pdf>.
25. Vargas-Orozco MC, Villareal-Sotelo K, Guevara-López C, Andrade-Trillo YM. Depresión y ansiedad en estudiantes universitarios. *RPCC-UACJS* [Internet]. 2016 [citado 2021 Feb 14]; 5(1): 36-44. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5925164>.
26. Guerrero G, Mayorga P. El estrés académico y su correlación con la ansiedad en estudiantes universitarios de la carrera de medicina de la ciudad de Ambato [Tesis en Internet]. Ambato: Universidad Técnica de Ambato; 2017 [citado 14 de febrero de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.pucesa.edu.ec/handle/123456789/2151>.
27. Martínez-Monteagudo MC. Ansiedad escolar en el ámbito universitario. Diferencias de sexo. *Investigación e innovación en la Enseñanza Superior. Nuevos contextos, nuevas ideas* [Internet]. 2019 [citado 2021 Jul 02]; 1: 298-306. Disponible en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/98860/1/Investigacion-e-innovacion-en-la-ES_028.pdf.
28. Marquina-Luján RJ, Horna-Calderón VE, Huairu-Inacio EJ. Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios: Anxiety and procrastination in university students. *Revista ConCiencia EPG* [Internet]. 2018 [citado 2021 Jul 04]; 3(2): 89-97. Disponible en: <http://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/55551/article/view/67/52>.
29. Yerdelen S, McCaffrey A, Klassen RM. Longitudinal Examination of Procrastination and Anxiety, and Their Relation to Self-Efficacy for Self-Regulated Learning: Latent Growth Curve Modeling. *Educational Sciences: Theory & Practice* [Internet]. 2016 [citado 2021 Feb 14]; 16(1). Disponible en: <https://jestp.com/index.php/estp/article/view/588>.

30. Navarro-Roldán CP. Rendimiento académico: una mirada desde la procrastinación y la motivación intrínseca. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales* [Internet]. 2016 [citado 2021 Feb 14]; (21): 241-271. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5733142>.
31. Piemontesi SE, Heredia DE, Furlan LA. Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de psicología* [Internet]. 2012 [citado 2021 Feb 14]; 28(1): 89-96. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/167/16723161011.pdf>.
32. Yang Z, Asbury K, Griffiths MD. An Exploration of Problematic Smartphone Use among Chinese University Students: Associations with Academic Anxiety, Academic Procrastination, Self-Regulation and Subjective Wellbeing. *Int J Ment Health Addiction* [Internet]. 2019 [citado 2021 Feb 17]; 17(3): 596-614. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-018-9961-1>. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9961-1>.
33. Chang C. Psychological Factors Associated with Procrastination among College Students [Tesis de Internet]. Chicago: The Chicago School of Professional Psychology; 2018 [citado 2021 Feb 14]. Disponible en: <https://search.proquest.com/openview/0cdb5c7f10534eafc83f44721869b01f/1?pq-origsite=gscholar&cb1=18750&diss=y>.