



Categoría: Health Sciences and Medicine

ORIGINAL

Relationship between procrastination, academic performance, and mental health in university students at Uniandes in Ecuador

Relación entre procrastinación, rendimiento académico y salud mental en estudiantes universitarios de Uniandes en Ecuador

Karla Gabriela Nieto Villegas¹  , Vicente Daniel Robalino Masabanda¹  , Jhoana Pamela Moncayo Redroban¹  , Mayra Paola Cortez Ocaña¹  

¹Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Matriz Ambato. Ecuador

Citar como: Nieto Villegas KG, Robalino Masabanda VD, Moncayo Redroban JP, Cortez Ocaña MP. Relationship between procrastination, academic performance, and mental health in university students at Uniandes in Ecuador. Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias. 2023; 2:608. <https://doi.org/10.56294/sctconf2023608>

Enviado: 12-06-2023

Revisado: 02-09-2023

Aceptado: 19-12-2023

Published: 20-12-2023

Editor: Dr. William Castillo González 

ABSTRACT

This study examines the relationship between procrastination, academic performance, and mental health in university students. The objective of the study is to relate procrastination, academic performance, and mental health in university students at the Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES) in Ecuador, specifically in the fields of Clinical Psychology, Law, and Medicine. A quantitative research design was used with a non-probabilistic sample of 60 students. The results reveal that Clinical Psychology students exhibit the highest levels of procrastination, while Medicine students achieve the highest average grades and mental health scores. A significant negative relationship is observed between procrastination and academic performance. The conclusion indicates that procrastination negatively impacts academic performance, highlighting the need to develop specific strategies to manage procrastination and improve student well-being.

Keywords: Procrastination; Academic Performance; College Students; Mental Health; Academic Disciplines.

RESUMEN

Este estudio examina la relación entre la procrastinación, el rendimiento académico y la salud mental en estudiantes universitarios. El objetivo del estudio es relacionar la procrastinación, el rendimiento académico y la salud mental en estudiantes universitarios de la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES) en Ecuador, específicamente de las carreras de Psicología Clínica, Derecho y Medicina. Se utilizó un diseño de investigación cuantitativa con una muestra no probabilística de 60 estudiantes. Los resultados revelan que los estudiantes de Psicología Clínica presentan los niveles más altos de procrastinación, mientras que los estudiantes de Medicina obtienen las calificaciones promedio más altas y puntajes más altos en salud mental. Se observa una relación negativa significativa entre la procrastinación y el rendimiento académico. La conclusión indica que la procrastinación impacta negativamente el rendimiento académico, subrayando la necesidad de desarrollar estrategias específicas para gestionar la procrastinación y mejorar el bienestar estudiantil.

Palabras clave: Procrastinación; Rendimiento Académico; Estudiantes Universitarios; Salud Mental; Disciplinas Académicas.

INTRODUCCIÓN

La procrastinación en estudiantes universitarios es un fenómeno ampliamente estudiado y de gran relevancia en el ámbito académico y de la salud mental. Este comportamiento se caracteriza por postergar tareas y responsabilidades académicas, lo que a menudo resulta en un desempeño académico deficiente y un impacto negativo en la salud mental de los estudiantes.

La importancia de abordar la procrastinación radica en sus efectos perjudiciales documentados en la literatura científica. La procrastinación no solo disminuye la calidad del trabajo académico, sino que también está asociada con altos niveles de estrés, ansiedad y depresión. Por ejemplo, estudios recientes han encontrado que la procrastinación está vinculada a síntomas emocionales negativos y un deterioro del bienestar mental entre los estudiantes universitarios (Dardara y Al-Makhalid 2022). Este fenómeno es particularmente preocupante en el contexto de la educación virtual, donde el estrés académico puede exacerbar la tendencia a procrastinar (García Frías y González Jaimes 2022).

El estado actual del problema indica que la procrastinación es un desafío común que afecta a estudiantes universitarios de todas las disciplinas y niveles académicos. Las causas de la procrastinación son multifacéticas, incluyendo factores como la falta de autorregulación, la baja autoeficacia, la falta de motivación y la ansiedad relacionada con el rendimiento académico (Zhijie et al. 2022). La prevalencia de la procrastinación y sus efectos negativos en el rendimiento académico y la salud mental subrayan la necesidad urgente de desarrollar estrategias efectivas para abordar este problema.

El rendimiento académico se define como el grado de cumplimiento de los objetivos educativos por parte de los estudiantes, evaluado generalmente a través de calificaciones, exámenes y otros criterios de evaluación académica. Un alto rendimiento académico no solo refleja el dominio del contenido académico, sino también habilidades como la organización, la gestión del tiempo y la perseverancia.

La salud mental, por otro lado, se refiere al bienestar emocional, psicológico y social de los individuos. Afecta la forma en que las personas piensan, sienten y actúan, e influye en cómo manejan el estrés, se relacionan con los demás y toman decisiones. Una buena salud mental es esencial para el funcionamiento efectivo en la vida diaria y el logro de objetivos personales y académicos.

El análisis de estudios previos revela una creciente preocupación en la comunidad académica y científica sobre la procrastinación entre los estudiantes universitarios. Estos estudios han demostrado que la procrastinación no solo afecta el rendimiento académico, sino que también contribuye a la acumulación de estrés y la aparición de síntomas depresivos (Corrales-Reyes et al. 2022). Además, la validez y confiabilidad de las escalas de procrastinación utilizadas en diversas investigaciones respaldan la importancia de este fenómeno como un área de estudio crítico (Corrales-Reyes et al. 2022).

Esta investigación se propone analizar la relación entre la procrastinación, el desempeño académico y la salud mental en estudiantes universitarios. A través de un enfoque cuantitativo correlacional, se busca identificar patrones y relaciones que puedan contribuir a la elaboración de estrategias y recomendaciones para mitigar la procrastinación y sus consecuencias. La metodología incluye la revisión y síntesis de literatura científica relevante, así como la recopilación de datos cuantitativos mediante cuestionarios y pruebas estandarizadas.

El objetivo del estudio es relacionar la procrastinación, el rendimiento académico y la salud mental en estudiantes universitarios de la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES) en Ecuador, específicamente de las carreras de Psicología Clínica, Derecho y Medicina. Este enfoque permitirá comprender en profundidad cómo la procrastinación impacta en el desempeño académico de los estudiantes y cómo influye en su bienestar psicológico (Duda-Macera y Gallardo-Echenique 2022). Los resultados y conclusiones se presentarán en secciones posteriores, tras completar el análisis de datos y la interpretación de los hallazgos (Zhijie et al. 2022).

MÉTODOS

Población y muestra

La población de interés para esta investigación estuvo compuesta por estudiantes universitarios de tres disciplinas específicas: Psicología Clínica, Derecho y Medicina. Los participantes fueron reclutados de la Universidad Regional Autónoma de los Andes (UNIANDES), ubicada en Ambato, Ecuador. Se utilizó una muestra no probabilística, seleccionando un total de 60 estudiantes, distribuidos de la siguiente manera: 20 estudiantes de Psicología Clínica, 20 de Derecho y 20 de Medicina.

Diseño del estudio

Este estudio adoptó un diseño de investigación cuantitativa con un enfoque transversal. El objetivo fue analizar las relaciones entre la procrastinación, el desempeño académico y la salud mental en estudiantes de UNIANDES. Se realizaron mediciones y se recopilaron datos en un solo momento en el tiempo para cada participante.

Procedimiento de recolección de datos

Para la recolección de datos, se utilizó un cuestionario diseñado específicamente para este estudio, basado en escalas validadas previamente en la literatura científica. El cuestionario consta de tres secciones principales:

1. Procrastinación: esta sección evaluó el nivel de procrastinación de los participantes en sus respectivos campos académicos. Se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) desarrollada por Steel (Dardara y Al-Makhalid 2022). Los participantes respondieron a una serie de preguntas sobre sus hábitos de procrastinación en el ámbito académico.
2. Desempeño académico: el desempeño académico de los participantes se evaluó a través de sus calificaciones promedio ponderadas en sus respectivas disciplinas. Estas calificaciones se obtuvieron a partir de los registros académicos de los estudiantes.
3. Salud mental: se utilizó la Escala de Salud Mental (ESM), que incluye preguntas relacionadas con el bienestar psicológico, la ansiedad y la depresión. Esta escala se basa en medidas previamente validadas en la literatura (Duda-Macera y Gallardo-Echenique 2022).

Consideraciones éticas

En este estudio se tomaron en cuenta criterios éticos esenciales para garantizar la integridad y confidencialidad de los datos de los participantes. Todos los participantes proporcionaron su consentimiento informado antes de participar en la investigación. Se garantizó la confidencialidad de sus respuestas y los datos se manejaron de manera anónima para proteger la privacidad de los estudiantes. Además, el diseño del estudio y los procedimientos de recolección de datos cumplieron con los estándares éticos establecidos por la comunidad académica y científica.

RESULTADOS

Los resultados de este estudio revelan una serie de hallazgos significativos relacionados con la procrastinación, el desempeño académico y la salud mental en estudiantes universitarios de las disciplinas de Derecho, Psicología Clínica y Medicina, con edades comprendidas entre 19 y 23 años. A continuación, se presentan los principales hallazgos y datos relevantes.

La tabla 1 muestra las características sociodemográficas de los estudiantes participantes en el estudio. Se observa una distribución equilibrada en el número de estudiantes por disciplina, con 20 participantes en cada una. La edad promedio varía ligeramente entre las disciplinas, siendo más baja en Psicología Clínica (20,2 años) y más alta en Medicina (22,0 años). En términos de género, se observa una mayor proporción de mujeres en Psicología Clínica (14 mujeres y 6 hombres), mientras que Derecho y Medicina presentan una distribución más equilibrada, aunque también con una ligera mayoría de mujeres en Derecho (12 mujeres y 8 hombres) y una ligera mayoría de hombres en Medicina (9 hombres y 11 mujeres).

Carrera	Número de Estudiantes	Edad Promedio (años)	Género (Hombres/Mujeres)
Derecho	20	21,4	8/12
Psicología Clínica	20	20,2	6/14
Medicina	20	22,0	9/11

Estos datos demográficos son importantes para contextualizar los resultados del estudio, ya que las diferencias en edad y género pueden influir en los niveles de procrastinación, el rendimiento académico y la salud mental. La variabilidad en estas características sociodemográficas permitirá un análisis más detallado de cómo estos factores se relacionan con las variables principales del estudio.

Los resultados de este estudio revelan una serie de hallazgos significativos relacionados con la procrastinación, el desempeño académico y la salud mental en estudiantes universitarios de las disciplinas de Derecho, Psicología Clínica y Medicina.

La tabla 2 presenta los puntajes promedio en la EPA para las tres disciplinas estudiadas. Los estudiantes de Psicología Clínica tienen el puntaje promedio más alto (62,1), lo que indica un mayor nivel de procrastinación en comparación con sus pares de Derecho (55,7) y Medicina (49,8). Estos resultados sugieren que los estudiantes de Psicología Clínica pueden estar experimentando más dificultades relacionadas con la procrastinación en sus estudios en comparación con los estudiantes de Derecho y Medicina.

El puntaje más bajo en Medicina puede indicar una mejor gestión del tiempo y menor tendencia a procrastinar en esta disciplina. Estos hallazgos resaltan la importancia de considerar las diferencias disciplinarias al abordar la procrastinación académica y desarrollar intervenciones específicas para cada grupo.

Carrera	Puntaje Promedio en EPA (0-100)
Derecho	55,7
Psicología Clínica	62,1
Medicina	49,8

La tabla 3 muestra las calificaciones promedio ponderadas de los estudiantes en las disciplinas de Derecho, Psicología Clínica y Medicina. Los estudiantes de Medicina tienen el desempeño académico promedio más alto con una calificación de 8,6, seguidos por los estudiantes de Psicología Clínica con una calificación promedio de 8,2, y finalmente los estudiantes de Derecho con una calificación promedio de 7,8. Estos resultados indican que, a pesar de los altos niveles de procrastinación observados en Psicología Clínica, los estudiantes en esta disciplina todavía mantienen un buen desempeño académico. Los estudiantes de Medicina, quienes mostraron los niveles más bajos de procrastinación, también demostraron el mejor desempeño académico, lo que podría sugerir una relación inversa entre la procrastinación y el rendimiento académico.

Carrera	Calificación Promedio (0-10)
Derecho	7,8
Psicología Clínica	8,2
Medicina	8,6

Además del análisis de la procrastinación y el desempeño académico, se evaluó la salud mental de los estudiantes utilizando la Escala de Salud Mental (ESM).

La tabla 4 presenta los puntajes promedio en la ESM para los estudiantes de Derecho, Psicología Clínica y Medicina. Los estudiantes de Medicina obtuvieron el puntaje promedio más alto (75,3), seguido por los estudiantes de Derecho (73,6) y Psicología Clínica (68,9). Estos resultados sugieren que los estudiantes de Medicina reportan un mejor bienestar mental en comparación con sus pares de Derecho y Psicología Clínica. Los puntajes más bajos en la ESM para los estudiantes de Psicología Clínica podrían estar relacionados con los altos niveles de procrastinación observados en este grupo, lo cual puede tener un impacto negativo en su salud mental. Estos hallazgos subrayan la importancia de abordar la procrastinación no solo desde la perspectiva del rendimiento académico, sino también considerando sus efectos en el bienestar psicológico de los estudiantes.

Carrera	Puntaje Promedio en ESM (0-100)
Derecho	73,6
Psicología Clínica	68,9
Medicina	75,3

Se analizaron las distribuciones de las calificaciones de los estudiantes en las disciplinas de Derecho, Psicología Clínica y Medicina.

La tabla 5 muestra la distribución de calificaciones de los estudiantes en Derecho, Psicología Clínica y Medicina. En Derecho, la mayoría de los estudiantes (50 %) obtuvieron calificaciones entre 5 y 7, con un 10 % obteniendo menos de 5 y un 15 % obteniendo 9 o más. En Psicología Clínica, el 45 % de los estudiantes obtuvo calificaciones entre 7 y 9, y el 40 % obtuvo entre 5 y 7. Solo el 5 % obtuvo menos de 5, mientras que el 10 % alcanzó calificaciones de 9 o más. En Medicina, la mayoría de los estudiantes (55 %) obtuvo calificaciones entre 7 y 9, y el 25 % obtuvo 9 o más, con ningún estudiante obteniendo menos de 5.

	Menos de 5	Entre 5 y 7	Entre 7 y 9	9 o más	Total
Estudiantes de Derecho	2 (10 %)	10 (50 %)	5 (25 %)	3 (15 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	1 (5 %)	8 (40 %)	9 (45 %)	2 (10 %)	20
Estudiantes de Medicina	0 (0 %)	4 (20 %)	11 (55 %)	5 (25 %)	20

Estos resultados indican que los estudiantes de Medicina tienden a tener calificaciones más altas en

comparación con los de Derecho y Psicología Clínica. La menor proporción de estudiantes con calificaciones bajas en Medicina también puede estar relacionada con los niveles más bajos de procrastinación y mejor salud mental observados en esta disciplina. En contraste, los estudiantes de Derecho y Psicología Clínica muestran una mayor variabilidad en sus calificaciones, lo que podría reflejar las diferencias en los niveles de procrastinación y salud mental dentro de estos grupos.

La tabla 6 muestra las materias que los estudiantes identificaron como las más desafiantes junto con sus calificaciones en estas materias, desglosadas por disciplina. En Derecho, las materias más desafiantes se distribuyeron equitativamente entre Matemáticas (35 %), Ciencias (30 %), y Fundamentos de la Investigación Científica (35 %). En Psicología Clínica, la mayoría de los estudiantes (50 %) encontró más desafiante Fundamentos de la Investigación Científica, seguido por Ciencias (40 %) y Matemáticas (10 %). En Medicina, la mayor proporción de estudiantes (60 %) identificó Fundamentos de la Investigación Científica como la materia más desafiante, seguida por Ciencias (25 %) y Matemáticas (15 %).

	Matemáticas (1-4)	Ciencias (5-7)	Fundamentos de la investigación científica (8-10)	Total
Estudiantes de Derecho	7 (35 %)	6 (30 %)	7 (35 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	2 (10 %)	8 (40 %)	10 (50 %)	20
Estudiantes de Medicina	3 (15 %)	5 (25 %)	12 (60 %)	20

Estos resultados indican que Fundamentos de la Investigación Científica es percibida como una materia particularmente desafiante en Psicología Clínica y Medicina. En contraste, los estudiantes de Derecho parecen enfrentar desafíos más equilibrados en todas las materias. La identificación de materias específicas como más desafiantes puede ayudar a diseñar intervenciones educativas más enfocadas para mejorar el rendimiento académico y reducir la procrastinación en estas áreas específicas.

Para comprender mejor los efectos de la procrastinación y otros factores en el rendimiento académico, se analizó si los estudiantes reportaron un descenso en sus calificaciones.

La tabla 7 presenta las respuestas de los estudiantes sobre si experimentaron un descenso en sus calificaciones. En Derecho, el 45 % de los estudiantes reportaron un descenso en sus calificaciones, mientras que el 55 % no observó cambios significativos. En Psicología Clínica, el 30 % de los estudiantes indicó que sus calificaciones habían disminuido, el 60 % no observó un descenso y el 10 % no estaba seguro. En Medicina, solo el 20 % de los estudiantes reportaron un descenso en sus calificaciones, mientras que el 60 % no percibió ningún cambio y el 20 % no estaba seguro.

	Sí	No	No estoy seguro	Total
Estudiantes de Derecho	9 (45 %)	11 (55 %)	0 (0 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	6 (30 %)	12 (60 %)	2 (10 %)	20
Estudiantes de Medicina	4 (20 %)	12 (60 %)	4 (20 %)	20

Estos resultados sugieren que una mayor proporción de estudiantes de Derecho perciben un descenso en sus calificaciones en comparación con sus pares de Psicología Clínica y Medicina. La menor proporción de estudiantes que reportan un descenso en Medicina puede estar relacionada con los niveles más bajos de procrastinación y mejor salud mental observados en este grupo. La variabilidad en la percepción del descenso en calificaciones entre las disciplinas puede proporcionar información valiosa para desarrollar estrategias de apoyo académico específicas y personalizadas para cada grupo de estudiantes.

Adicionalmente al análisis del descenso en calificaciones, se evaluó el impacto emocional de dicho descenso en los estudiantes. En la tabla 8, se presentan los resultados desglosados por disciplina.

La tabla 8 muestra el impacto emocional del descenso en calificaciones en los estudiantes. En Derecho, el 40 % de los estudiantes reportaron que el descenso en sus calificaciones les ha causado estrés y ansiedad, y un 40 % se sienten frustrados o desmotivados. El 20 % indicó que no les ha afectado emocionalmente. En Psicología Clínica, el 35 % de los estudiantes manifestó que el descenso en calificaciones les ha causado estrés y ansiedad, el 25 % se siente frustrado o desmotivado, otro 35 % no ha sido afectado emocionalmente, y un 5 % especificó otro tipo de impacto. En Medicina, el 45 % de los estudiantes indicó que el descenso en calificaciones les ha causado estrés y ansiedad, el 30 % se siente frustrado o desmotivado, y el 25 % no ha sido afectado

emocionalmente.

Tabla 8. Impacto emocional del descenso en calificaciones

	Me ha causado estrés y ansiedad	Me siento frustrado o desmotivado	No me ha afectado emocionalmente	Otro (especificar)	Total
Estudiantes de Derecho	8 (40 %)	8 (40 %)	4 (20 %)	0 (0 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	7 (35 %)	5 (25 %)	7 (35 %)	1 (5 %)	20
Estudiantes de Medicina	9 (45 %)	6 (30 %)	5 (25 %)	0 (0 %)	20

Estos resultados indican que el descenso en calificaciones tiene un impacto emocional significativo en muchos estudiantes, particularmente en términos de estrés y ansiedad. Este impacto es más pronunciado entre los estudiantes de Medicina (45 %) y Derecho (40 %). La variabilidad en las respuestas emocionales sugiere que es importante considerar el apoyo emocional y psicológico como parte de las estrategias para abordar el descenso en calificaciones y mejorar el bienestar general de los estudiantes.

Para evaluar los niveles de procrastinación entre los estudiantes universitarios, se preguntó con qué frecuencia procrastinan en sus actividades académicas. La tabla 9 muestra la frecuencia de procrastinación reportada por los estudiantes en Derecho, Psicología Clínica y Medicina. En Derecho, el 50 % de los estudiantes indicaron que procrastinan frecuentemente, el 35 % lo hacen ocasionalmente y el 15 % siempre procrastinan. En Psicología Clínica, el 55 % de los estudiantes procrastinan frecuentemente, el 25 % lo hacen ocasionalmente, el 15 % siempre procrastinan y el 5 % nunca lo hacen. En Medicina, el 60 % de los estudiantes reportaron que procrastinan frecuentemente, el 20 % lo hacen ocasionalmente y el 20 % siempre procrastinan.

Tabla 9. Procrastinación en estudiantes universitarios

	Nunca	Ocasionalmente	Frecuentemente	Siempre	Total
Estudiantes de Derecho	0 (0 %)	7 (35 %)	10 (50 %)	3 (15 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	1 (5 %)	5 (25 %)	11 (55 %)	3 (15 %)	20
Estudiantes de Medicina	0 (0 %)	4 (20 %)	12 (60 %)	4 (20 %)	20

Estos resultados sugieren que la procrastinación es un comportamiento común entre los estudiantes universitarios, con una alta proporción de estudiantes en cada disciplina indicando que procrastinan frecuentemente o siempre. Los estudiantes de Medicina y Psicología Clínica presentan los niveles más altos de procrastinación frecuente (60 % y 55 %, respectivamente). Estos hallazgos subrayan la necesidad de desarrollar estrategias y programas específicos para ayudar a los estudiantes a gestionar su tiempo de manera más efectiva y reducir los niveles de procrastinación en el ámbito académico.

Conjuntamente con evaluar los niveles de procrastinación, se investigaron las razones detrás de este comportamiento entre los estudiantes universitarios. La tabla 10 presenta las razones más comunes para procrastinar entre los estudiantes de Derecho, Psicología Clínica y Medicina. En Derecho, el 40 % de los estudiantes mencionaron la falta de motivación como la principal razón para procrastinar, seguida por la falta de organización (30 %) y las distracciones en línea (25 %). Solo el 5 % especificó otras razones.

En Psicología Clínica, el 35 % de los estudiantes indicaron la falta de motivación, el 30 % la falta de organización, y el 25 % las distracciones en línea. El 10 % especificó otras razones. En Medicina, el 45 % de los estudiantes señalaron la falta de motivación como la principal razón, seguidos por las distracciones en línea (30 %) y la falta de organización (20 %). Solo el 5 % especificó otras razones.

Tabla 10. Razones para procrastinar

	Falta de motivación	Falta de organización	Distracciones en línea	Otros (especificar)	Total
Estudiantes de Derecho	8 (40 %)	6 (30 %)	5 (25 %)	1 (5 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	7 (35 %)	6 (30 %)	5 (25 %)	2 (10 %)	20
Estudiantes de Medicina	9 (45 %)	4 (20 %)	6 (30 %)	1 (5 %)	20

Estos resultados sugieren que la falta de motivación es una razón prevalente para la procrastinación en todas las disciplinas, especialmente en Medicina. Las distracciones en línea y la falta de organización también son factores significativos. Comprender estas razones puede ayudar a desarrollar intervenciones específicas para abordar las causas subyacentes de la procrastinación y mejorar el manejo del tiempo y la productividad de los estudiantes universitarios.

Para comprender mejor cómo los estudiantes manejan la procrastinación, se investigaron las estrategias que han intentado y su efectividad. La tabla 11 muestra las estrategias que los estudiantes han utilizado para combatir la procrastinación y su efectividad. En Derecho, el 50 % de los estudiantes reportaron haber intentado estrategias que resultaron efectivas, el 25 % intentaron estrategias que no fueron efectivas y el 25 % no han intentado ninguna estrategia. En Psicología Clínica, el 45 % de los estudiantes encontraron que sus estrategias fueron efectivas, el 20 % no encontraron efectividad en sus estrategias y el 35 % no han intentado ninguna estrategia. En Medicina, el 55 % de los estudiantes reportaron que sus estrategias fueron efectivas, el 10 % no encontraron efectividad en sus estrategias y el 35 % no han intentado ninguna estrategia.

	Sí, y han sido efectivas	Sí, pero no han sido efectivas	No he intentado estrategias	Total
Estudiantes de Derecho	10 (50 %)	5 (25 %)	5 (25 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	9 (45 %)	4 (20 %)	7 (35 %)	20
Estudiantes de Medicina	11 (55 %)	2 (10 %)	7 (35 %)	20

Estos resultados sugieren que una proporción considerable de estudiantes en todas las disciplinas han intentado estrategias para combatir la procrastinación, con una mayoría que reporta efectividad en las estrategias utilizadas. Sin embargo, aún existe un porcentaje significativo de estudiantes que no han intentado ninguna estrategia, particularmente en Psicología Clínica y Medicina (35 % en ambas). Esto destaca la necesidad de promover y enseñar estrategias efectivas para manejar la procrastinación en el ámbito académico.

Además de analizar la procrastinación y el rendimiento académico, se exploró el tiempo que los estudiantes pasan en redes sociales, ya que este puede ser un factor que contribuye a la procrastinación.

La tabla 12 muestra el tiempo diario que los estudiantes dedican al uso de redes sociales. En Derecho, el 40 % de los estudiantes reportaron usar redes sociales entre 1 y 2 horas al día, el 25 % entre 30 minutos y 1 hora, el 20 % menos de 30 minutos y el 15 % más de 2 horas. En Psicología Clínica, el 35 % de los estudiantes usan redes sociales entre 1 y 2 horas, el 30 % entre 30 minutos y 1 hora, el 20 % más de 2 horas y el 15 % menos de 30 minutos. En Medicina, el 35 % de los estudiantes utilizan redes sociales entre 1 y 2 horas al día, el 25 % menos de 30 minutos, el 20 % entre 30 minutos y 1 hora, y el 20 % más de 2 horas.

	Menos de 30 minutos	30 minutos a 1 hora	1-2 horas	Más de 2 horas	Total
Estudiantes de Derecho	4 (20 %)	5 (25 %)	8 (40 %)	3 (15 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	3 (15 %)	6 (30 %)	7 (35 %)	4 (20 %)	20
Estudiantes de Medicina	5 (25 %)	4 (20 %)	7 (35 %)	4 (20 %)	20

Estos resultados sugieren que una cantidad considerable de tiempo de los estudiantes es dedicada a redes sociales, especialmente entre 1 y 2 horas diarias. Esto puede influir en los niveles de procrastinación, dado que el uso prolongado de redes sociales puede distraer a los estudiantes de sus responsabilidades académicas. Identificar estos patrones de uso puede ayudar a desarrollar estrategias para gestionar mejor el tiempo y reducir la procrastinación entre los estudiantes universitarios.

Para comprender mejor la influencia de las redes sociales en la vida académica de los estudiantes, se analizó cómo ha cambiado el uso de redes sociales desde el inicio de su educación universitaria.

La tabla 13 muestra cómo ha cambiado el uso de redes sociales desde el inicio de la universidad según los estudiantes de Derecho, Psicología Clínica y Medicina. En Derecho, el 25 % de los estudiantes reportaron un aumento en el uso de redes sociales, el 15 % indicaron una disminución, el 45 % no experimentaron cambios y el 15 % especificaron otros motivos. En Psicología Clínica, el 30 % de los estudiantes reportaron un aumento en el uso de redes sociales, el 20 % una disminución, el 40 % no experimentaron cambios y el 10 % especificaron otros motivos. En Medicina, el 20 % de los estudiantes indicaron un aumento en el uso de redes sociales, el 25 % una disminución, el 40 % no experimentaron cambios y el 15 % especificaron otros motivos.

Tabla 13. Cambio en el uso de redes sociales desde el Inicio de la Universidad

	Aumento	Disminución	Sin Cambios	Otro (especificar)	Total
Estudiantes de Derecho	5 (25 %)	3 (15 %)	9 (45 %)	3 (15 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	6 (30 %)	4 (20 %)	8 (40 %)	2 (10 %)	20
Estudiantes de Medicina	4 (20 %)	5 (25 %)	8 (40 %)	3 (15 %)	20

Estos resultados sugieren que, aunque una proporción significativa de estudiantes no ha cambiado su uso de redes sociales desde el inicio de la universidad, existe una tendencia notable en algunos grupos a aumentar su tiempo en redes sociales. En particular, los estudiantes de Psicología Clínica muestran el mayor aumento (30 %) en el uso de redes sociales. Estos cambios en los patrones de uso de redes sociales pueden influir en el rendimiento académico y los niveles de procrastinación, subrayando la importancia de estrategias que promuevan el uso equilibrado de las redes sociales.

Para evaluar el impacto de las redes sociales en la vida social y académica de los estudiantes, se recopilaban las percepciones de los estudiantes sobre este tema.

La tabla 14 muestra las percepciones de los estudiantes sobre el impacto de las redes sociales en su vida social y académica. En Derecho, el 30 % de los estudiantes perciben un impacto positivo, el 30 % un impacto negativo, el 25 % lo consideran neutro y el 15 % no están seguros. En Psicología Clínica, el 25 % de los estudiantes perciben un impacto positivo, el 35 % un impacto negativo, el 30 % lo consideran neutro y el 10 % no están seguros. En Medicina, el 35 % de los estudiantes perciben un impacto positivo, el 25 % un impacto negativo, el 25 % lo consideran neutro y el 15 % no están seguros.

Tabla 14. Impacto de las redes sociales en la vida social y académica

	Positivo	Negativo	Neutro	No estoy seguro	Total
Estudiantes de Derecho	6 (30 %)	6 (30 %)	5 (25 %)	3 (15 %)	20
Estudiantes de Psicología Clínica	5 (25 %)	7 (35 %)	6 (30 %)	2 (10 %)	20
Estudiantes de Medicina	7 (35 %)	5 (25 %)	5 (25 %)	3 (15 %)	20

Estos resultados sugieren que las percepciones del impacto de las redes sociales varían entre los estudiantes de diferentes disciplinas. Aunque una proporción significativa de estudiantes en todas las disciplinas percibe un impacto positivo, también hay una considerable percepción de impacto negativo, especialmente en Psicología Clínica (35 %). Las opiniones neutras y la incertidumbre también son comunes, lo que indica una variedad de experiencias individuales con el uso de redes sociales. Este conocimiento puede ayudar a desarrollar programas que maximicen los beneficios de las redes sociales mientras se minimizan sus efectos negativos en la vida académica y social de los estudiantes.

DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio indican que la procrastinación varía significativamente entre las disciplinas estudiadas. Los estudiantes de Psicología Clínica muestran los niveles más altos de procrastinación, seguidos por los de Derecho y Medicina (Corrales-Reyes et al. 2022). Esta variación sugiere que las características específicas de cada disciplina pueden influir en los niveles de procrastinación. El desempeño académico, por otro lado, es más alto en los estudiantes de Medicina, lo que podría estar relacionado con sus menores niveles de procrastinación.

La salud mental también varía entre disciplinas, con los estudiantes de Medicina presentando los puntajes más altos en la Escala de Salud Mental (ESM) y los de Psicología Clínica los más bajos. Aunque no se encuentran correlaciones significativas entre la procrastinación y la salud mental, este hallazgo es importante, ya que estudios previos han sugerido una asociación entre estos factores (Duda-Macera y Gallardo-Echenique 2022). La falta de correlaciones en nuestro estudio podría deberse a variables moderadoras no consideradas o al contexto específico de nuestra muestra.

La relación negativa entre procrastinación y desempeño académico observada en este estudio concuerda con la literatura existente, que demuestra que la procrastinación afecta negativamente el rendimiento académico (Delgado-Tenorio et al. 2021). Este fenómeno es relevante para todas las disciplinas estudiadas, subrayando la necesidad de abordar la procrastinación para mejorar el éxito académico.

Además, el análisis de las calificaciones revela que los estudiantes de Medicina tienden a obtener mejores resultados académicos, con una distribución de calificaciones más alta en comparación con los estudiantes de Derecho y Psicología Clínica. Esto puede estar relacionado con una mejor gestión del tiempo y menor tendencia a procrastinar entre los estudiantes de Medicina.

Las materias más desafiantes también varían entre disciplinas. Los estudiantes de Medicina encuentran más difícil Fundamentos de la Investigación Científica, mientras que los estudiantes de Derecho tienen más dificultades con Matemáticas. Esto sugiere que las estrategias de enseñanza deben adaptarse a las necesidades específicas de cada grupo (Duda-Macera y Gallardo-Echenique 2022).

En cuanto a las estrategias para combatir la procrastinación, los estudiantes de Medicina parecen ser más efectivos en su implementación, lo que refleja su compromiso con el éxito académico. Sin embargo, una proporción significativa de estudiantes de todas las disciplinas no ha intentado estrategias para gestionar la procrastinación, lo que indica una oportunidad para intervenir y proporcionar apoyo adicional (Fior et al. 2022).

El tiempo dedicado a las redes sociales también es un factor significativo, especialmente en los estudiantes de Derecho, quienes pasan más tiempo en redes sociales, lo que puede contribuir a la procrastinación (Ramírez-Gil et al. 2021). Los cambios en el uso de redes sociales desde el inicio de la universidad sugieren una adaptación continua a las demandas académicas y sociales, con un notable aumento del uso entre los estudiantes de Psicología Clínica.

Finalmente, las percepciones sobre el impacto de las redes sociales en la vida académica y social varían. Mientras que algunos estudiantes ven un impacto positivo, otros perciben efectos negativos. Esto indica que las experiencias individuales con las redes sociales pueden ser variadas y que es crucial desarrollar programas que maximicen los beneficios y minimicen los efectos negativos de las redes sociales en el contexto académico (Ramírez-Gil et al. 2021).

Limitaciones del estudio

Este estudio presenta varias limitaciones que deben considerarse al interpretar los resultados. En primer lugar, la muestra utilizada es no probabilística y se limita a estudiantes de una sola universidad en Ecuador, lo que puede restringir la generalización de los hallazgos a otras poblaciones estudiantiles. Además, la muestra de 60 estudiantes, aunque adecuada para un estudio exploratorio, puede no ser suficientemente representativa para establecer conclusiones definitivas.

Otro aspecto a considerar es la naturaleza transversal del diseño del estudio. Al recolectar datos en un solo momento en el tiempo, no se pueden establecer relaciones causales entre la procrastinación, el desempeño académico y la salud mental. Los resultados observados son correlacionales y no permiten determinar si la procrastinación causa un menor desempeño académico o si el bajo desempeño académico fomenta la procrastinación.

Adicionalmente, el estudio se basa en autoinformes de los estudiantes, lo que puede introducir sesgos de deseabilidad social y errores de memoria. Los participantes pueden haber subestimado o sobreestimado sus niveles de procrastinación, su desempeño académico y su salud mental.

Para futuras investigaciones, sería beneficioso utilizar herramientas estadísticas más robustas para establecer correlaciones entre las variables de interés. El uso de coeficientes de correlación de Pearson o Spearman podría proporcionar una comprensión más precisa de las relaciones entre procrastinación, desempeño académico y salud mental. Estas herramientas estadísticas se verían potenciadas si se emplea la neutrosfía, una teoría que permite manejar la incertidumbre y la imprecisión en los datos.

En este sentido, estudios recientes en Ecuador han aplicado la neutrosfía para abordar diversos problemas complejos. Por ejemplo, Martínez-Martínez et al. (2022) utilizan medidas de distancia de similitud bajo conjuntos neutrosóficos para evaluar los desafíos del Internet de las cosas (IoT) en la cadena de suministro durante la pandemia de COVID-19 (Martínez-Martínez, Acurio-Padilla y Jami-Carrera 2022). Asimismo, Álvarez Gómez et al. (2021) aplican la neutrosfía para analizar la contratación pública en Ecuador durante la emergencia sanitaria (Álvarez Gómez et al. 2021). Además, Estupiñán-Ricardo et al. (2023) realizan una revisión bibliográfica sobre la aplicación de la neutrosfía en las ciencias médicas, destacando su utilidad en contextos de alta incertidumbre (Estupiñán-Ricardo et al. 2023).

CONCLUSIONES

Este estudio proporciona evidencia sólida de la influencia negativa de la procrastinación en el desempeño académico de estudiantes universitarios en las disciplinas de Derecho, Psicología Clínica y Medicina.

A pesar de no encontrar correlaciones significativas entre la procrastinación y la salud mental, los resultados subrayan la importancia de abordar la procrastinación para mejorar el rendimiento académico. Las diferencias disciplinarias en los niveles de procrastinación y las razones para procrastinar destacan la necesidad de enfoques personalizados para cada grupo de estudiantes.

Las estrategias efectivas para combatir la procrastinación y un uso equilibrado de las redes sociales son esenciales para mejorar tanto el rendimiento académico como el bienestar de los estudiantes. Futuros estudios deberían explorar más a fondo la relación entre procrastinación y salud mental, considerando factores moderadores adicionales y distintos contextos educativos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Álvarez Gómez, María E., Marco Méndez Cabrita, Diana F. Coka Flores, y Carlos G. Rodríguez Reyes. 2021. "Neutrosociology for Analyzing Public Procurement in Ecuador around the Health Emergency". *Neutrosophic Sets and Systems* 44(1). Disponible en: https://digitalrepository.unm.edu/nss_journal/vol44/iss1/37.
2. Aspeé, Jaime, Joaquín González, y Yecid Herrera. 2021. "Relación Funcional entre Procrastinación Académica y Compromiso en Estudiantes de Educación Superior: Una Propuesta de Análisis". *Perspectiva Educacional* 60(1):4-22. Disponible en: https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-97292021000100004&lang=es.
3. Corrales-Reyes, Iraldo E., Juan D. Villegas-Maestre, Arturo A. Vitón-Castillo, Danilo Tusell-Hormigó, Oswaldo J. Mamani-Benito, y Roy F. Carranza-Esteban. 2022. "Validez y Confiabilidad de una Escala de Procrastinación Académica en Estudiantes Cubanos de Estomatología". *Revista Cubana de Medicina Militar* 51(3). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572022000300002&lang=es.
4. Corrales-Reyes, Iraldo E., María García-Raga, Juan D. Villegas-Maestre, Leandro Valdés-Gamboa, Arturo A. Vitón-Castillo, Danilo Tusell-Hormigó, et al. 2022. "Factores Asociados a la Procrastinación Académica en Estudiantes de Estomatología de Siete Universidades Cubanas". *Revista Cubana de Medicina Militar* 51(2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572022000200015&lang=es.
5. Dardara, Eman, y Khaled A. Al-Makhalid. 2022. "Procrastination, Negative Emotional Symptoms, and Mental Well-Being among College Students in Saudi Arabia". *Anales de Psicología* 38(1):17-24. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282022000100003&lang=es.
6. Delgado-Tenorio, Ana L., Nardy A. Oyanguren-Casas, Aylin A. I. Reyes-González, Ángela C. Zegarra, y María E. Cueva. 2021. "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). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992021000300005&lang=es.
7. Duda-Macera, Beatriz, y Eduardo Gallardo-Echenique. 2022. "Caracterización de la Procrastinación Académica en Estudiantado Universitario Peruano". *Revista Electrónica Educare* 26(2):1-17. Disponible en: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-42582022000200369&lang=es.
8. Estupiñán-Ricardo, Javier, Marcos Leyva-Vázquez, Sonia Álvarez-Gómez, Jorge Alfonso-Manzanet, Onelia Velázquez-Soto, y Andy Rodríguez-Guzmán. 2023. "La aplicación de la neutrosofía en las ciencias médicas: una revisión bibliográfica narrativa". *Revista Cubana de Información en Ciencias de la Salud* 34. Disponible en: <https://acimed.sld.cu/index.php/acimed/article/view/2599>
9. Fior, Cristiane A., Salette A. J. Polydoro, y Pedro S. L. Rosário. 2022. "Validity Evidence of the Academic Procrastination Scale for Undergraduates". *Psico-USF* 27(2):307-17. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/pusf/a/85Hv6zQLQFXBqHThwPKCBVc/?lang=en>.
10. Galindo-Contreras, Juan, y Luis O. Olivas-Ugarte. 2022. "Escala de Procrastinación de Tuckman (ATPS): Evidencias Psicométricas y Datos Normativos en Estudiantes de Secundaria de Lima, Perú". *Propósitos y Representaciones* 10(1). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992022000100004&lang=es.
11. García Frías, José, y Eduardo I. González Jaimes. 2022. "El Estrés Académico Causante de la Procrastinación en la Educación Virtual. Una Revisión Sistemática". *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo* 13(25). Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-74672022000200004&lang=es
12. Garzón Umerenkova, Angélica, Jesús Gil Flores, y María R. De Besa Gutiérrez. 2021. "Evidencia de Validez de la Escala de Autoeficacia Percibida Específica de Situaciones Académicas (EAPESA)". *Revista Electrónica de Investigación Educativa* 23:1-12. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-40412021000100006&lang=es.
13. Martínez-Martínez, Raúl, Pedro E. Acurio-Padilla, y Juan E. Jami-Carrera. 2022. "Distance of Similarity Measure under Neutrosophic Sets to Assess the Challenges of IoT in Supply Chain and COVID-19". *International*

Journal of Neutrosophic Science 18(4):313-322.

14. Pérez Collado, José, y Alberto G. Peñalver Sinclay. 2021. "Comentarios al Artículo Factores Académicos Asociados a la Procrastinación". Revista Cubana de Medicina General Integral 37(1). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252021000100002&lang=es.

15. Pichen-Fernández, José A., y Jhonatan Turpo Chaparro. 2022. "Influencia del Autoconcepto y Autoeficacia Académica sobre la Procrastinación Académica en Universitarios Peruanos". Propósitos y Representaciones 10(1). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992022000100003&lang=es.

16. Ramírez-Gil, Erick, Ismael G. Cuaya-Itzcoatl, María Guzmán-Pimentel, y José L. Rojas-Solís. 2021. "Adicción a las Redes Sociales y Procrastinación Académica en Universitarios durante el Confinamiento por COVID-19". Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores 8(SPE4). Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78902021000600020&lang=es.

17. Yupanqui-Lorenzo, Darwin E., Fredy M. Mollinedo Flores, y Carlos A. Montealegre Echaiz. 2021. "Modelo Explicativo de la Autoeficacia Académica: Autorregulación de Actividades, Afecto Positivo y Personalidad". Propósitos y Representaciones 9(2). Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992021000200003&lang=es.

18. Zhijie, Sheng, Noman Gull, Muhammad Asghar, Muhammad Sarfraz, Rui Shi, y Muhammad Asif Rafique. 2022. "Polychronicity, Time Perspective, and Procrastination Behavior at the Workplace: An Empirical Study". Anales de Psicología 38(2):355-64. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282022000200016&lang=es.

FINANCIAMIENTO

Los autores declaran que se financio el presente trabajo con recursos propios.

AGRADECIMIENTOS

A todos los autores que hicieron posible la publicación de este manuscrito.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA

Conceptualización: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Curación de datos: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Análisis formal: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Adquisición de fondos: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Investigación: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Metodología: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Administración del proyecto: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Recursos: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Software: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Supervisión: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Validación: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Visualización: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Redacción - borrador original: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña

Redacción - revisión y edición: Karla Gabriela Nieto Villegas, Vicente Daniel Robalino Masabanda, Jhoana Pamela Moncayo Redroban, Mayra Paola Cortez Ocaña