



Esta obra está bajo una
[Licencia Creative Commons
Atribución - 4.0 Internacional \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)
Vea una copia de esta licencia en
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.es>





FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA

Tesis

**Procrastinación académica y calidad de vida en
estudiantes de la Institución Educativa N° 0773
Barranquita, 2025**

Para optar el título profesional de Obstetra

Autoras:

Ruth Noemi Tuesta Alegría

<https://orcid.org/0000-0002-3927-6122>

Caroline del Pilar Chicoma Paredes

<https://orcid.org/0009-0008-4522-4928>

Asesora:

Obsta. Dra. Nelly Reategui Lozano

<https://orcid.org/0000-0002-7492-9467>

Tarapoto, Perú

2025



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA

Tesis

**Procrastinación académica y calidad de vida en
estudiantes de la Institución Educativa N° 0773
Barranquita, 2025**

Para optar el título profesional de Obstetra

Autoras:

Ruth Noemi Tuesta Alegría

Caroline del Pilar Chicoma Paredes

Sustentado y aprobado el 05 de diciembre del 2025, ante el honorable jurado:

Presidente de Jurado

Lic. Nut. Dra. María Elena Farro
Roque

Secretario de Jurado

Obsta. Mg. Natividad Lupe
Macedo Rodríguez

Vocal de Jurado

Lic. Psic. Mtra. Luz María Acevedo
Lemus

Tarapoto, Perú

2025



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE OBSTETRA

Siendo las... 8... 2... 5... 44... del día viernes 05 de diciembre del 2025 en la ciudad de Tarapoto, se reunieron el JURADO EVALUADOR, en mérito a la Resolución N°162-2025-UNSM-FCS/CF de fecha 27 de mayo del 2025 integrado por los señores docentes de la Facultad de Ciencias de la Salud:

LIC.NUT. DRA. MARIA ELENA FARRO ROQUE	:	PRESIDENTE
OBSTA. MG. NATIVIDAD LUPE MACEDO RODRÍGUEZ	:	SECRETARIA
LIC.PSIC.MTRA. LUZ MARÍA ACEVEDO LEMUS	:	VOCAL

Asesoradas por el OBSTA. DRA. NELLY REÁTEGUI LOZANO para atender a la sustentación de la tesis titulado: PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y CALIDAD DE VIDA EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 0773 BARRANQUITA, 2025, presentado por las Bachilleras en Obstetricia RUTH NOEMI TUESTA ALEGRÍA y CAROLINE DEL PILAR CHICOMA PAREDES, aprobado con Resolución N°400-2025-UNSM-FCS/CF de fecha 26 de noviembre del 2025 para la obtención del TÍTULO PROFESIONAL DE OBSTETRA.

Visto y escuchada la sustentación de la tesis y las respuestas a las preguntas formuladas y, teniendo en cuenta los méritos al referido trabajo de investigación, así como el conocimiento demostrado por las sustentantes, el jurado en pleno, lo declara: *Aprobado*..... con el calificativo de: *B.M.S.O.P.*.... con la nota: *Discreción*..... (.....)

Siendo las ... 9... 3... 0... 44... del día viernes 05 de diciembre del 2025, el/la Presidente de Jurado declara públicamente *Aprobado*..... la sustentación con el calificativo de *B.M.S.O.P.*..... y procedió a dar por finalizado el Acto de Sustentación. En consecuencia, quedan en condición de realizar el trámite para la obtención del Título Profesional de Obstetra.

Tarapoto 05 de diciembre del 2025



Mary
LIC.NUT. DRA. MARIA ELENA FARRO ROQUE
PRESIDENTE

Natividad
OBSTA. MG. NATIVIDAD LUPE MACEDO RODRÍGUEZ
SECRETARIA



Luz María
LIC.PSIC.MTRA. LUZ MARÍA ACEVEDO LEMUS
VOCAL

Constancia de asesoramiento

Quien suscribe el presente documento,

Hace constar:

Que, he asesorado y revisado la tesis titulada: **Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025** en fechas del cronograma a fin de optimizar y agilizar la investigación, elaborada por las tesis:

Bachilleres en Obstetricia: **Ruth Noemi Tuesta Alegría**

Caroline del Pilar Chicoma Paredes

El que encuentro conforme en estructura y en contenido. Por lo que damos conformidad para los fines que estime conveniente, y para que conste, firmamos en la ciudad de Tarapoto.

Tarapoto, 05 de diciembre del 2025.

Atentamente,



Obsta. Dra. Nelly Reategui Lozano
Asesora

Declaratoria de autenticidad

Ruth Noemi Tuesta Alegría, con DNI N° 74046067 y **Caroline del Pilar Chicoma Paredes**, con DNI N° 75508380, bachilleres de la Escuela profesional de Obstetricia, Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de San Martín, autoras de la tesis titulada: **Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.**

Declaramos bajo juramento que:

1. La tesis presentada es de nuestra autoría.
2. La redacción fue realizada respetando las citas y referencias de las fuentes bibliográficas consultadas.
3. Toda la información que contiene la tesis no ha sido plagiada.
4. Los datos presentados en los resultados son reales, no han sido alterados ni copiados, por tanto, la información de esta investigación debe considerarse como aporte a la realidad investigada.

Por lo antes mencionado, asumimos bajo responsabilidad las consecuencias que deriven a nuestro accionar, sometiéndonos a las leyes de nuestro país y normas vigentes de la Universidad Nacional de San Martín.

Tarapoto, 05 de diciembre del 2025.



Ruth Noemi Tuesta Alegría

DNI: 74046067



Caroline del Pilar Chicoma Paredes

DNI: 75508380



Ficha de identificación

<p>Título: Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025</p>	<p>Área de investigación: Ciencias médicas y de la salud Línea de investigación: Servicio de salud pública Sublínea de investigación: Calidad en salud Grupo de investigación: Calidad y Bienestar Social (Res. N° 1461-2024-UNSM/CU-R) Tipo de investigación: Básica <input checked="" type="checkbox"/>, Aplicada <input type="checkbox"/>, Desarrollo experimental <input type="checkbox"/></p>
<p>Autoras: Ruth Noemi Tuesta Alegría Caroline del Pilar Chicoma Paredes</p>	<p>Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Obstetricia https://orcid.org/0000-0002-3927-6122 https://orcid.org/0009-0008-4522-4928</p>
<p>Asesora: Obsta. Dra. Nelly Reátegui Lozano</p>	<p>Dependencia local de soporte: Facultad de Ciencias de la Salud Escuela Profesional de Obstetricia Unidad o Laboratorio Obstetricia https://orcid.org/0000-0002-7492-9467</p>

Dedicatoria

Principalmente dedicado a Dios, por darme la oportunidad de vida y permitirme de ese modo el cumplimiento de mis metas y propósitos.

A mis padres, mis abuelitos y mis hermanos por ser mi sustento en cada una de mis etapas, y mi mayor inspiración en el logro de mis objetivos, demostrándome siempre su motivación y siendo así el impulso para seguir perseverando por mis sueños.

Caroline.

Dedicado a Dios, por haberme regalado la oportunidad de vivir y permitirme llegar hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mis padres y hermano, por ser el pilar más fundamental y por demostrarse siempre su cariño, apoyo incondicional, paciencia y motivación para seguir perseverando por mis metas.

Ruth.

Agradecimientos

Expresamos nuestro agradecimiento principalmente a la Universidad Nacional de San Martín por ser parte de nuestra formación académica como profesionales. Fue un honor para nosotras ser partícipes de esta casa superior de estudios, puesto que nos ha permitido crecer no solo como estudiantes sino también como personas.

A los docentes por brindarnos sus conocimientos mediante sus enseñanzas y por direccionarnos en el transcurso de esta vida universitaria. A nuestra asesora Obsta. Dra. Nelly Reátegui Lozano por su paciencia, orientación y ser una guía fundamental en el proceso de esta investigación.

A la directora de la Institución Educativa N° 0773 – Barranquita por facilitarnos el acceso a las aulas de 3° a 5° de secundaria y poder aplicar el instrumento de recolección de datos.

Índice general

Ficha de identificación.....	6
Dedicatoria	7
Agradecimientos	8
Índice general.....	9
Índice de tablas	11
RESUMEN	12
ABSTRACT	13
CAPÍTULO I INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN	14
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	17
2.1. Antecedentes de la investigación.....	17
2.2. Fundamentos teóricos	19
2.2.1. Procrastinación académica.....	19
2.2.2. Calidad de vida	24
CAPÍTULO III MATERIALES Y MÉTODOS	27
3.1. Ámbito y condiciones de la investigación	27
3.1.1. Contexto de la investigación.....	27
3.1.2. Periodo de ejecución	27
3.1.3. Autorizaciones y permisos.....	27
3.1.4. Control ambiental y protocolos de bioseguridad.....	27
3.1.5. Aplicación de principios éticos internacionales	28
3.2. Sistema de variables	28
3.2.1. Variables principales.....	28
3.3. Procedimiento de la investigación.....	31
3.3.1. Objetivo específico 1	31
3.3.2. Objetivo específico 2	32
3.3.3. Objetivo específico 3	32
CAPÍTULO IV RESULTADOS Y DISCUSIÓN	33

4.1. Resultado específico 1	33
4.2. Resultado específico 2	33
4.3. Resultado específico 3	34
CONCLUSIONES	37
RECOMENDACIONES	38
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39
ANEXOS.....	46
Anexo 1. Matriz de operacionalización de variables	47
Anexo 2. Matriz de consistencia.	48
Anexo 3. Instrumento de recolección de datos	49
Anexo 4. Asentimiento informado	52
Anexo 5. Consentimiento informado.....	53
Anexo 6. Validación de instrumentos.....	54

Índice de tablas

Tabla 1 Descripción de variables por objetivo específico	29
Tabla 2 Nivel de procrastinación académica en estudiantes	33
Tabla 3 Nivel de calidad de vida en estudiantes	33
Tabla 4 Prueba de Normalidad	34
Tabla 5 Prueba Coeficiente de Correlación de Spearman	35
Tabla 6 Relación entre el nivel de procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes	35

RESUMEN

Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025

La procrastinación académica se constituye como una problemática de creciente interés en el ámbito educativo, dado que, interfiere de manera significativa en el cumplimiento de las responsabilidades académicas y en el logro de los objetivos formativos. A su vez, la calidad de vida en la adolescencia se rige como un componente fundamental del desarrollo humano, en tanto, integra factores de riesgo y de protección que inciden directamente en la integración social, la estabilidad emocional y el fortalecimiento del proyecto de vida del estudiante. El presente estudio tuvo como objetivo determinar la relación existente entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025. La investigación fue básica, con un enfoque cuantitativo, no experimental, y utilizó un diseño descriptivo correlacional de corte transversal. La muestra estuvo formada por 146 estudiantes de 3° a 5° de secundaria a los cuales se les aplicó 02 cuestionarios, el primero sobre "Procrastinación académica" tomado como referencia y validado en el estudio de Domínguez (46) y el segundo sobre "Calidad de vida" del antecedente de Olson y Barnes (41) adaptado por las investigadoras y validado mediante juicio de expertos. El desarrollo del estudio se llevó a cabo desde enero hasta septiembre del año 2025. Los resultados respecto a la procrastinación académica mostraron que un 58,9 % de los encuestados tiene un grado medio de procrastinación, mientras que un 41,1 % presenta niveles altos. Al mismo tiempo, al analizar la calidad de vida, se encontró que el 44,5 % de los estudiantes la califica como buena y el 39,9 % como óptima. La autorregulación académica ($Rho = ,271$; $p < 0,001$) guardó una correlación directa y significativa con la calidad de vida de los estudiantes a diferencia de la postergación de actividades ($Rho = -,121$; $p = 0,145$) que mantuvo una relación inversa no significativa. Se concluye que existe una relación positiva y significativa ($p = 0,030$) entre la procrastinación académica y la calidad de vida de los estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.

Palabras clave: Bienestar del estudiante, Calidad de vida, Motivación, Rendimiento académico, Vida familiar.

ABSTRACT

Academic Procrastination and Quality of Life among Students of Educational Institution
No. 0773 Barranquita, 2025

Academic procrastination has become an issue of growing interest in the educational field, as it significantly interferes with the fulfillment of academic responsibilities and the achievement of educational objectives. At the same time, quality of life during adolescence is a fundamental component of human development, as it integrates risk and protective factors that directly influence social integration, emotional stability, and the strengthening of students' life projects. The objective of this study was to determine the relationship between academic procrastination and quality of life among students of Educational Institution No. 0773 Barranquita, 2025. The research was basic in nature, with a quantitative approach and a non-experimental, descriptive–correlational, cross-sectional design. The sample consisted of 146 students from 3rd to 5th grade of secondary education, to whom two questionnaires were administered: the first on *Academic Procrastination*, referenced and validated in the study by Domínguez (46), and the second on *Quality of Life*, based on the instrument by Olson and Barnes (41), adapted by the researchers and validated through expert judgment. The study was conducted from January to September 2025. The results regarding academic procrastination showed that 58.9% of respondents exhibited a moderate level of procrastination, while 41.1% presented high levels. Likewise, the analysis of quality of life revealed that 44.5% of students rated it as good and 39.9% as optimal. Academic self-regulation ($Rho = 0.271$; $p < 0.001$) showed a direct and significant correlation with students' quality of life, whereas task postponement ($Rho = -0.121$; $p = 0.145$) maintained an inverse but non-significant relationship. It is concluded that there is a positive and significant relationship ($p = 0.030$) between academic procrastination and quality of life among students of Educational Institution No. 0773 Barranquita, 2025.

Keywords: Student well-being, quality of life, motivation, academic performance, family life.



CAPÍTULO I

INTRODUCCIÓN A LA INVESTIGACIÓN

La procrastinación académica es la demora voluntaria de una actividad prevista, aun conociendo las consecuencias negativas de hacerlo (1). En los adolescentes se tiende a ver como un rasgo desfavorable, una debilidad o un mal hábito que se debe combatir; en este caso, su impacto se asocia con estrés, ansiedad, problemas para dormir y problemas de salud (2). También afecta la auto percepción, ya que la culpa, la frustración y la incompetencia deterioran la autoestima relacionándose con el bajo nivel de madurez, por tanto, no abordarlo provocaría una fase estancada en la adolescencia. Asimismo, se estima que al menos el 50% de los estudiantes son procrastinadores habituales, posponen rutinariamente compromisos académicos y luchan con la autorregulación, que es cognitiva, emocional y conductual. Este fenómeno origina un aplazamiento injustificado de los deberes académicos. Su análisis exige integrar variables demográficas, contextos sociales y entornos educativos, acompañados de características psicológicas y rasgos de la personalidad que socavan la regulación temporal y la organización del trabajo durante la etapa adolescente (3,4).

Entre el 30 y el 60% de los estudiantes a nivel mundial presentan conductas de procrastinación académica, dicha procrastinación se traduce en el aplazamiento deliberado del comienzo o de la culminación de tareas, proyectos y preparación para evaluaciones inminentes. En América Latina, al menos el 90% de los estudiantes procrastinan, aunque no siempre de manera crónica; en cambio el 50% lo hace de manera problemática y consistente. Todo esto afecta a la formación y el rendimiento académico de un individuo, amalgamando factores positivos y negativos en la organización de actividades en relación a un entorno dinámico y competitivo (5).

En Perú, el fenómeno de la procrastinación entre los adolescentes ha comenzado a emerger como un foco de atención en el ámbito de la investigación educativa. Este interés se articula en torno a la exploración de la problemática misma, adentrándose en los mecanismos subyacentes, así como en la interacción de la procrastinación con variables de relevancia científica, tales como la autorregulación, los rasgos de la personalidad y la percepción de la calidad de vida. Callañaupa et al, evidenciaron que la calidad del entorno familiar y la autoeficacia académica constituyen factores que, de manera conjunta, reducen de forma significativa la procrastinación escolar en adolescentes ($F = 180.242$; $p < 0.01$). Señalando que la autoeficacia académica emerge como la variable explicativa con el mayor peso en la contención de la procrastinación (β

= -0.607; $p < 0.01$), seguida del funcionamiento familiar cuyo impacto es notable ($\beta = -0.400$; $p < 0.01$) (6). Por otra parte, Delgado et al, reporta en su estudio que el 60% muestra niveles moderados, mientras que, el 34% niveles altos de procrastinación académica. Este comportamiento lleva a los estudiantes a una incapacidad para sobrellevar el ámbito académico y abandonar los estudios (7).

Por otro lado, la calidad de vida durante la adolescencia puede conceptualizarse como el equilibrio entre el bienestar psicológico, físico y social al que el individuo accede, de modo que la descripción más directa que se puede ofrecer es la de “sentirse satisfecho en líneas generales”. En este período del desarrollo humano, diversos determinantes operan simultáneamente como factores de riesgo o de protección, condicionando la fortaleza o la vulnerabilidad del sujeto frente a situaciones que pueden influir decisivamente en su trayectoria vital. Dada la abrumadora necesidad de autonomía del resto de la familia, el sentido de pertenencia del adolescente evoluciona en comparación con sus compañeros de edad. Por lo tanto, el apoyo que se percibe de estos amigos o su ausencia afecta, directa o indirectamente, la calidad de vida, siendo estos un contribuyente importante para ser aceptados e integrados en un grupo social (8).

La calidad de vida relacionada con la salud crea un constructo multidimensional, destacándose la autopercepción de la propia salud y el bienestar, que incluye aspectos emocionales, psicológicos, sociales y físicos, influenciados por las experiencias, convicciones y expectativas propias del ser humano. Estos factores contribuyen a mejorar la calidad de vida durante el período de adolescencia, lo que es beneficioso para las capacidades productivas durante la adultez, traduciéndose en la presencia de comportamientos que favorecen la salud y que reducen el riesgo, así como, la morbilidad que se encuentran durante la vida adulta media y posterior (9).

A pesar de que en Perú han surgido investigaciones que abordan la relación entre la calidad de vida y la postergación de tareas escolares, la región de San Martín ha sido objeto de escasa atención científica. Este contexto presenta una supervisión parental relativamente limitada, lo que, en combinación con factores socioeconómicos y culturales propios de la zona, eleva la vulnerabilidad de los adolescentes frente a la adopción de hábitos que consideran de corto plazo. Tal situación repercute negativamente en su rendimiento académico y refuerza la tendencia a posponer sus deberes escolares. Resulta, por tanto, pertinente realizar un análisis empírico que ilumine de manera precisa la forma en que la procrastinación de los estudiantes influye en la calidad de vida de la región, con vistas a diseñar intervenciones más contextualizadas y eficaces (10).

Ante esta problemática se formuló la siguiente pregunta de investigación ¿Qué relación existe entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025?, con el propósito de responder a esta pregunta se consideró como objetivo general determinar la relación existente entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025. Asimismo, se establecieron objetivos específicos como; valorar el nivel de procrastinación académica en estudiantes; seguido de identificar el nivel de calidad de vida en estudiantes y establecer el nivel de procrastinación académica de mayor relación a la calidad de vida en estudiantes y como hipótesis demostrar si existe una relación positiva y significativa entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

La presente investigación se apoya en aportes de estudios internacionales, citándose Cardona y Gonzáles (11), en 2025, Antioquia Colombia, encontraron que la calidad de vida alta es más elevada en hombres, activos físicamente y personas de nivel socioeconómico alto. Seguido del estudio de Johansson et al. (12) en 2023, Estocolmo, Suecia, quienes demostraron la relación entre la procrastinación y los resultados en salud en estudiantes. La puntuación de procrastinación fue 12,9, y se registró una asociación positiva con la depresión (0,13), ansiedad (0,08) y estrés (0,22). Además, Morales (13) en 2023, en Morelia México, demostró el comportamiento predominante de la procrastinación en adolescentes, encontrando una correlación negativa con la autoestima ($<.001$), creencia de autoeficacia ($<.001$) y motivación de logro ($<.001$). Es decir, a medida que la evaluación subjetiva de la persona se vuelve más positiva, se incrementan simultáneamente la convicción en sus propias capacidades para ejecutar acciones que logren resultados deseados.

Seguidamente, Cordovez et al. (14) en 2023, en La Sereana Chile, revelaron una correlación negativa significativa con la procrastinación y seis componentes del bienestar: autoaceptación ($<.001$), propósito de vida ($<.001$), crecimiento personal ($<.001$), concluyendo que los estudiantes con niveles más altos de procrastinación tienden a tener un menor bienestar psicológico. Por su parte, Ren et al. (15), en Chongqing, China, en 2021, examinaron el papel mediador de la autoeficacia en la relación entre la actividad física y la procrastinación académica. Sus resultados indican que la actividad física influye de manera significativa y negativa en la procrastinación académica de los estudiantes, al tiempo que la misma práctica mejora, de forma significativa y positiva, la autoeficacia. Estos hallazgos sugieren que la actividad física opera como una intervención eficaz, actuando tanto de forma directa como indirecta, para mitigar la procrastinación en el contexto académico.

De la misma manera, Vergara et al. (16), en 2022, en Sincelejo Colombia, demostraron que el 64,9 % de los estudiantes presentó niveles elevados de procrastinación, un 23,0 % valores moderados y un 12 % niveles bajos. La principal conclusión del estudio fue que la procrastinación académica se presentaba significativamente asociada con la edad ($p = 0,040$), mientras que la variable grado escolar no mostró correlación

estadística con el fenómeno ($p = 0,766$). Asimismo, en la investigación de Álvarez et al. (17), en 2022, en el valle de Aburrá Colombia, encontraron que los adolescentes percibieron su calidad de vida relacionada con la salud de manera muy positiva, en especial en la dimensión de amigos y apoyo social, además se encontraron diferencias significativas con respecto al género, favoreciendo la población masculina y de los adolescentes físicamente activos.

La investigación tuvo como antecedentes nacionales a Cabrera y Saquiray (18), en 2025, en la ciudad de Iquitos, Loreto; donde establecieron la relación entre la resiliencia y la calidad de vida en adolescentes de tres Centros Poblados de San Juan Bautista; encontrando un nivel de calidad de vida con nivel medio en el 49,3 %; confirmaron además una relación directa y significativa entre la resiliencia y las dimensiones de la calidad de vida (Hogar y Bienestar Económico; Amigos, Vecindario y Comunidad; Vida familiar y Familia Extensa; Educación y Ocio; Medios de Comunicación; Religión; Salud). Seguido del estudio de Mamani (19), en 2023, Puno, Perú; examinó la relación entre la procrastinación académica y la calidad de vida en estudiantes de la I.E Industrial 32; encontró que el 82 % obtuvieron niveles altos de procrastinación, mientras que el 66 % de los entrevistados manifestó una calidad de vida considerada baja, demostrando una relación negativa y débil (0.084).

Así mismo, Oyala (20), en el 2023, en la provincia de Tumbes, Perú, evaluó la procrastinación en estudiantes de 3° a 5° de educación secundaria. Los resultados indicaron un nivel medio de procrastinación que alcanzó el 67.9 %. Huaman y Palomino (21), en el 2023, en Lima, Perú, determinaron la calidad de vida relacionada a la salud en adolescentes en el Centro de Salud El Progreso de Carabayllo, donde la calidad de vida fue de nivel medio en 54.9 %, en cuanto a sus dimensiones, en bienestar físico el 48.3 % fue medio, bienestar psicológico 64.7 % alto, estado de ánimo 53.5 % alto, autopercepción 57.5 % medio, autonomía 50,3 % medio, recursos económicos 61.4 % medio. Por su parte, Cherres (22), en el 2021, realizó un estudio en Pimentel, Perú, orientado a determinar la posible relación entre los estilos de aprendizaje y la procrastinación en estudiantes de educación secundaria, encontrando una ausencia de correlación significativa entre dichas variables ($p > 0.05$). No obstante, se observó que un 57.0 % de los participantes exhibía un nivel alto de preferencia por los estilos de aprendizaje, mientras que un 85.1 % presentaba un nivel bajo de procrastinación.

En el contexto local se ha identificado la investigación de Del Águila (23), en el año 2024, realizada en Tarapoto, Perú, en la que se estudia la relación entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica en alumnos de quinto de secundaria de una

institución educativa. En sus hallazgos reveló la existencia de una correlación negativa de -0.818 entre ambas variables, lo que demuestra que a medida que se incrementa la inteligencia emocional, se reduce la procrastinación. Adicionalmente, observó que el 95 % de los participantes sujetos al estudio presentaron una valoración de nivel medio de inteligencia emocional, mientras que el 73.4 % presentó procrastinación académica también en niveles medios.

A su vez, Reátegui et al. (24), en el 2022, mediante un estudio realizado en Tarapoto, Perú, sobre la procrastinación, hallaron en la dimensión interpersonal, que el 49,4 % de los participantes estaba situado en el nivel bajo; en la dimensión relacionada con la postergación de actividades, observó un 25,4 % en nivel bajo y en la autorregulación académica, el 47,5 % alcanzó un nivel medio. Evidenció además una relación inversa y significativa entre la inteligencia emocional y la procrastinación académica, con un coeficiente de correlación de -0,264 y un valor $p < 0,01$. Concluyeron que un incremento en la inteligencia emocional, tanto en su componente intrapersonal como en el interpersonal, se asocia a una disminución del estrés, una mejora del estado de ánimo y una autoevaluación más positiva de los sentimientos, es decir una menor tendencia a postergar las actividades académicas.

2.2. Fundamentos teóricos

2.2.1. Procrastinación académica

2.2.1.1. Procrastinación

La procrastinación es un fenómeno ampliamente extendido, multidimensional y transversal a diversas culturas, evidentemente problemático: consiste en evitar, demorar, reemplazar o postergar aquellas actividades que, a juicio del sujeto, revisten una importancia relevante y que exigen el despliegue de recursos físicos y cognitivos delimitados. Si bien en ocasiones la postergación puede ejercer una función adaptativa, lo habitual es que conduzca a consecuencias disfuncionales. Este comportamiento puede manifestarse en las etapas iniciales del quehacer o bien en las fases finales, y se traduce a menudo en una organización temporal ineficaz que, además, suele ir acompañada de un malestar subjetivo. Procrastinar de manera sistemática, en consecuencia, compromete la eficacia de la autorregulación conductual, afectando tanto las manifestaciones externas como los procesos internos de pensamiento, emoción y atención (25).

2.2.1.2. Procrastinación académica

El concepto de procrastinación académica es entendido como la demora voluntaria de una actividad prevista, aun conociendo las consecuencias negativas de hacerlo, así

como la tendencia a evadir responsabilidades y posponer tareas. En la etapa escolar, el estudio de la procrastinación académica cobra cada día mayor interés porque se evidencia como uno de los mayores problemas en este ámbito que afecta a muchos estudiantes adolescentes, teniendo un impacto significativo en el rendimiento académico y bienestar emocional. Este comportamiento puede estar asociado con problemas como la ansiedad, la baja autoestima y la falta de autorregulación, e influye negativamente en el rendimiento escolar (1).

2.2.1.3. Características de la procrastinación académica

- Los procrastinadores constituyen una categoría estructurada por variantes tanto en el tipo de actividad que postergan como en los motivos que los impulsan. La literatura sugiere la distinción entre procrastinación decisional, en la que la persona exhibe dificultad crónica para cerrar una opción en el momento adecuado, y procrastinación conductual, que se manifiesta en demoras deliberadas para realizar actos concretos, pese a la existencia de plazos definidos. Esta dualidad permite, a su vez, la formulación de modelos de intervención que atienden tanto a los bloqueos cognitivos de tipo decisional como a las estrategias de regulación emocional y temporal que caracterizan el retraso conductual.
- La relación entre motivación y ansiedad ante el desempeño académico se torna compleja cuando concurren la atracción por la tarea y la incertidumbre que esta genera. Por un lado, el interés intrínseco puede incentivar la dedicación, mientras que, la incertidumbre sobre los resultados alimenta el temor al fracaso. Esta tensión se exagera en contextos donde la evaluación se percibe como un juicio definitivo, el perfeccionismo autoexigente, así como la parte social incrementa el umbral de aceptación. El perfeccionismo autoimpuesto lleva al estudiante a calibrar constantemente su rendimiento contra ideales irreales, mientras que, el perfeccionismo social dicta estándares que, al ser internalizados, convierten cada desacierto en un posible estigma ante los demás.
- Se plantean dos modelos, el primero vincula las prácticas académicas con la gestión temporal, detallando cómo la planificación y la asignación de tiempo a las actividades influyen en el rendimiento, ya que una buena gestión permite dedicar tiempo suficiente al estudio y las tareas, reduce el estrés y mejora la productividad. El segundo modelo relaciona el esfuerzo y la persistencia con la motivación hacia el logro, destacando la importancia de las metas internas que fortalece la motivación y las metas externas para el rendimiento sostenido que integra y percibe el individuo.

Ambos modelos, articulados, ofrecen una comprensión integral de las variables que mediatizan el éxito académico (26).

2.2.1.4. Causas de la procrastinación académica

- La baja Autoestima, que se caracteriza por una visión negativa y persistente de uno mismo, autocrítica constante y falta de confianza en las propias habilidades; también se encuentran los factores afectivos tales como el estrés, la ansiedad, la frustración y el aburrimiento, vinculados a la labor presente, además del temor al posible fracaso conectado a cualquier acción emprendida y, en contraposición, el temor al éxito, a la valoración externa, y a la transición hacia un ámbito no familiar; seguido de la insatisfacción que puede manifestarse, tanto en un ámbito general de la existencia como en distintos dominios particulares, tales como el desempeño laboral o la actividad académica; y los desafíos con la autorregulación, una tendencia hacia la impulsividad y un deseo de gratificación inmediata (27).

2.2.1.5. Efectos de la procrastinación académica

- El estrés académico es un problema de salud que experimentan los adolescentes con mayor facilidad debido a las exigencias académicas; siendo una forma de malestar que puede ocurrir en diversas etapas de la escolaridad. Se manifiesta típicamente en forma de ansiedad, frustración, ira, apatía, retiro social, conflictos interpersonales, sentimientos de insuficiencia y una capacidad mermada para resolver problemas de manera efectiva. También hay ciertos requisitos y actividades que se esperan del estudiante en el entorno académico que pueden inducir estrés. Sin embargo, las causas pueden ser tanto internas, como la autoexigencia y causas externas, como los exámenes, trabajos o la sobrecarga de las tareas (28).
- El bajo rendimiento escolar reviste un fenómeno complejo, generado por la interacción de diversos determinantes. En primer lugar, pueden identificarse factores individuales que incluyen condiciones de salud tanto físicas como mentales que afectan la capacidad de concentrarse y aprender. A estos se suman variables vinculadas al entorno familiar, como la disponibilidad de tiempo y recursos para apoyar el estudio en el hogar. La situación socioeconómica de la familia, que condiciona el acceso a material didáctico, transporte y otras necesidades básicas, también contribuye de manera significativa. Por último, el propio sistema educativo, a través de la calidad de enseñanza, la infraestructura escolar y la relación entre padres, presenta factores que pueden facilitar o, por el contrario, obstaculizar el desempeño académico de los estudiantes (29).

2.2.1.6. Factores asociados a la procrastinación académica

Steel (30) indica cuatro factores:

- Expectativa; que se refiere a la valoración subjetiva que otorgamos a la dificultad inherente a la tarea que se nos propone. La tendencia habitual es que a mayor número de repetición la tarea se percibe como más manejable, lo que incrementa la confianza en los resultados positivos. En el factor Establecimiento de prioridades; no todas las actividades que emprendemos poseen igual relevancia afectiva en nuestra jerarquía personal, de modo que, no toda acción se vive con idéntico grado de satisfacción. La elección de lo que se retrasa presenta variaciones interindividuales. Sin embargo, cuando la postergación se manifiesta, todos coincidimos en relegar a un futuro incierto aquellas ocupaciones que, en el presente, nos resultan incómodas. En el factor rasgos impulsivos, a mayor intensidad, mayor es la probabilidad de que un individuo demore la ejecución de actividades consideradas necesarias. El factor “demora de la satisfacción” es lo que pasa cuando el tiempo que tardamos en obtener una recompensa afecta lo que sentimos al final. Algunos beneficios llegan rápido, otros tardan más y la diferencia importa.

2.2.1.7. Modelos de la procrastinación académica

Según Suárez (31) estableció los siguientes modelos:

- Las teorías psicoanalíticas y psicodinámicas son las más antiguas que intentan entender la procrastinación. Según estas teorías, la tendencia a postergar tareas comienza a gestarse en la infancia a través de conflictos y procesos mentales inconscientes. Esa etapa temprana tiene un impacto profundo en la formación de la personalidad que llevaremos a la vida adulta. Durante la niñez, surgen procesos mentales inconscientes y conflictos internos que, aunque no siempre somos capaces de reconocer, terminan influyendo en la forma en que enfrentamos o evitamos nuestras responsabilidades, por ejemplo, a través del miedo al fracaso o a la presión de cumplir expectativas.
- Las teorías conductuales argumentan que un comportamiento perdura cuando se repite y que su mantenimiento depende de las consecuencias que lo siguen. La procrastinación, entonces, se entiende como la tendencia a escoger acciones que proporcionan gratificación instantánea y a posponer las que llevan a logros más lejanos. Los estudiantes, al enfrentarse a tareas que ofrecen solo recompensas a largo plazo, optan por actividades que los gratifican de inmediato, como navegar por redes o jugar, obteniendo pequeñas recompensas que refuerzan el comportamiento. Así, el ciclo se cierra: al posponer lo poco atractivo, el individuo siente alivio

inmediato, y ese alivio, convertido en recompensa, cimienta la conducta de dejar las actividades más demandantes para un futuro que, irónicamente, nunca resulta tan cercano.

- Desde el enfoque cognitivo, se ha observado que quienes tienden a procrastinar carecen de un procesamiento de información eficiente, lo que crea un espiral negativo de pensamientos que no se ajustan a la realidad. Estas personas se detienen, una y otra vez, a examinar su propia tendencia a posponer tareas, y en el camino generan patrones de pensamiento que resultan perjudiciales, aumentando el nivel de estrés, ansiedad e incumplimiento de plazos. La representación mental que construyen se tiñe de ideas rígidas y autoimpuestas; creen que no podrán lograr la meta y, al mismo tiempo, temen el juicio y el rechazo de los demás en el momento en que deban enfrentar la actividad.
- La motivación hace referencia al esfuerzo requerido para ejecutar ciertas tareas. Específicamente, desde la teoría cognitiva social, se explica como un componente fundamental que sustenta el éxito del aprendizaje a través de la observación de un determinado modelo. En esta teoría, se considera que la motivación es un estado interno que, al despertar, encamina y sustenta los comportamientos que están orientados a objetivos determinados. Por otro lado, la motivación académica abarca factores tanto internos como externos que influyen y contribuyen a los logros académicos del estudiante. De esta manera, la motivación del estudiante está determinada por la interacción de sus sentimientos, pensamientos, el entorno de aprendizaje y sus características. La motivación engloba dos grandes categorías, motivación intrínseca y motivación extrínseca, la aplicación de esta teoría en el ámbito de la educación muestra que el estudiante logra expectativas de autoeficacia más altas y goza de una motivación académica mayor (32).

2.2.1.8. Dimensiones de la procrastinación académica

La Autorregulación académica; implica procesos cognitivos funcionales, emociones y comportamientos realizados que están dirigidos hacia el logro de sus objetivos, así como la práctica de estrategias cognitivas, metacognitivas y motivacionales. Un individuo desarrolla la capacidad de autorregular su aprendizaje a través de la identificación de metas personales. Además, implica la capacidad de mantenerse autosostenido a través de la motivación, al reflexionar constantemente sobre las ventajas de involucrarse en la autorregulación (33) y la dimensión Postergación de actividades que implica el aplazamiento deliberado de una tarea en favor de otra que, en el contexto actual, se estima más productiva. En este marco, el comportamiento no reviste dificultad para el

sujeto, quien, actuando de forma proactiva, elige diferir ciertas obligaciones con el propósito de concentrarse en otras consideradas más relevantes, sin que se desencadenen efectos psicológicos adversos como inquietud, culpa o ansiedad en el ámbito personal (34).

2.2.2. Calidad de vida

Quiceno y Vinaccia, definen como la percepción del bienestar físico, psicológico y social en función de un contexto cultural particular, conforme su nivel de desarrollo evolutivo, sus características y diferencias individuales. Por lo tanto, considerando todos estos cambios, puede estar amenazada por estados emocionales negativos, tales como la ansiedad o la depresión (35). En esa misma línea la Organización Mundial de la Salud caracteriza a la calidad de vida como la evaluación subjetiva que un individuo efectúa respecto a su bienestar, situando dicha evaluación en un contexto que abarca su entorno físico, su contexto sociocultural, las jerarquías de valores a las que se adhiere según sus aspiraciones, objetivos y criterios de satisfacción que ha definido (36).

2.2.2.1. Características de calidad de vida

- La satisfacción de la persona con su situación de vida se evalúa a partir de su percepción subjetiva, independientemente de los parámetros sociales, económicos o materiales que puedan configurarse como indicadores de bienestar. Esta perspectiva subjetiva permite que individuos en contextos aparentemente adversos puedan reportar niveles elevados de contento, mientras que otros, en condiciones objetivas más favorables, expresen desazón. Así, el bienestar subjetivo se convierte en un constructo relevante, que, a pesar de su apertura a la variabilidad de experiencias personales, no puede desentenderse de los marcos contextuales en los que se articula.
- La coexistencia de condiciones de vida objetivas y de bienestar subjetivo plantea interrogantes significativos en la investigación social. Por un lado, las condiciones materiales, entendidas como acceso a vivienda, salud, educación y empleo, estructuran las posibilidades cotidianas de los individuos. Por otro, la satisfacción personal se configura como una valoración interna que puede, o no, coincidir con dichas condiciones. Así, surgen dos líneas de indagación: la primera se orienta a dilucidar en qué medida las condiciones objetivas son determinantes del bienestar subjetivo; la segunda, a explorar la autonomía del individuo para recontextualizar su realidad en categorías valorativas que a menudo escapan a la literalidad de los indicadores materiales.

- Combinación entre las condiciones de vida objetiva y la satisfacción personal, ponderadas por los valores, aspiraciones y expectativas del individuo. La percepción del bienestar subjetivo resulta de la interacción compleja entre las circunstancias materiales que el individuo enfrenta y su evaluación personal de dichas circunstancias. Estas dos dimensiones; situación de vida objetiva y satisfacción subjetiva, no operan de manera aislada, sino que son mediadas por un entramado de valores, aspiraciones y expectativas que cada persona ha construido. Así, un contexto de vida determinado puede ser juzgado como satisfactorio por un individuo y, en el mismo contexto, ser percibido como insuficiente o frustrante por otro (37).

2.2.2.2. Importancia de la calidad de vida en la salud

La calidad de vida relacionada con la salud reviste un carácter estratégico en la lucha contra la deserción y el ausentismo escolar. La intervención puede orientarse hacia la atención continua de expectativas académicas, la clarificación de metas de progreso y el fomento de la satisfacción escolar. No obstante, el agravamiento de la salud mental, exacerbado por niveles de estrés crónicos, provoca un deterioro global en la calidad de vida de los estudiantes, facilitando la aparición de trastornos físicos, emocionales y de carácter social. La salud física, por su parte, condiciona no solo los logros académicos presentes, sino también la autoimagen de los estudiantes en relación con su futuro. Por ello, resulta imprescindible evaluar sistemáticamente los componentes de la calidad de vida relacionada con la salud en la población juvenil, a fin de desentrañar la complejidad del fenómeno y de identificar con precisión las demandas más urgentes de los educandos (38).

2.2.2.3. Importancia de la calidad de vida en la adolescencia

Durante la adolescencia, un periodo de múltiples transiciones, la motivación se convierte en un factor determinante que permite a los jóvenes apuntar a metas, vivir un desarrollo armónico e integrar la autodisciplina, las demandas psicológicas y el incentivo académico. La escuela, en esta etapa, se erige como un componente clave de la calidad de vida, ya que, además de la adquisición de saberes disciplinarios, cultiva valores que forjan la personalidad y la ciudadanía. Así, el entorno escolar se configura en un escenario idóneo para la implementación de programas de promoción y educación integral en salud, los cuales, en virtud de la intersectorialidad, generan saber sobre la naturaleza y evolución del ser humano, afinan competencias y forjan actitudes orientadas al autocuidado, a la preservación del entorno y al bienestar colectivo, acomodando demandas cognitivas, corporales, familiares y socioeconómicas de los adolescentes a la salud en su sentido más abarcador (39).

2.2.2.4. Factores de la calidad de vida

La salud física se relaciona con la capacidad de ejecutar algún esfuerzo, o bien la ausencia de limitaciones para realizar alguna actividad cotidiana; está asociado, en términos generales, al estado de salud de una persona que puede favorecer o interferir en la realización de sus actividades. Por otro lado, la salud mental se relaciona al dominio psicológico, es decir, la regulación de los sentimientos perturbadores vividos en relación con la disfrutabilidad de la vida y de las actitudes constructivas hacia la vida. También abarca las relaciones sociales que se generan en el sistema familiar y apoyan al individuo, así como las asociadas a la integración a la comunidad a través de diferentes grupos; de igual manera, este dominio se compone del apoyo social percibido. Finalmente, el dominio ambiental abarca las condiciones de vida materiales, los recursos financieros disponibles e incluso en qué satisfacen las necesidades en virtud del estilo de vida. Igualmente hace referencia a la visión que se tiene sobre seguridad o inseguridad, incluyendo elementos de orden político (40).

2.2.2.5. Dimensiones

Grimaldo (41), considero las siguientes dimensiones; El Hogar y bienestar económico; este componente busca información sobre las condiciones de vivienda, distribución de roles y responsabilidades en el hogar. La dimensión Amigos, vecindario y comunidad; hace alusión en lo que concierne a los amigos, compras en el vecindario, la seguridad del barrio donde vive. En la dimensión Vida familiar y familia extensa; incluye los ítems asociados con la familia nuclear, como él o la cónyuge, primos y otros parientes. La dimensión Educación y ocio; compila datos sobre la situación vigente en el paisaje escolar, así como la manera en la que se utiliza el tiempo libre. La dimensión Medios de comunicación; se refiere al tiempo que cada uno de los miembros de la familia dedica diariamente a ver programas de televisión, leer revistas, así como la calidad de estos. La dimensión Religión, recopila información sobre la religión del grupo, tanto a nivel familiar como comunitario y la dimensión Salud; hace referencia a la autoevaluación personal y familiar que implica la reflexión sobre el propio estado de salud y de los miembros de la familia e identificando las fortalezas.

CAPÍTULO III

MATERIALES Y MÉTODOS

3.1. Ámbito y condiciones de la investigación

3.1.1. Contexto de la investigación

El Colegio N° 0773 se constituye como una institución educativa pública de gestión directa y modalidad escolarizada, establecida el 12 de abril de 1977. Su localización geográfica corresponde al departamento de San Martín, en la provincia de Lamas, distrito de Barranquita, mientras que su dirección política se sitúa en el jirón Alfonso Ugarte, cuadra 4. Esta institución se integra a la Gerencia Regional de Educación, bajo la Dirección Regional de Educación San Martín, y su funcionamiento administrativo y pedagógico está supervisado por la Unidad de Gestión Educativa Local de Lamas (42).

En su contexto histórico; los pobladores y autoridades del Distrito de Barranquita gestionaron un Colegio de Educación Secundaria el cual, fue autorizado su funcionamiento mediante Resolución Zonal N° 0327 de fecha 12 de abril del 77 como, Educación Básica Laboral y a partir de 1981 empieza a funcionar como Educación Básica Regular, posteriormente el 14 de marzo de 1987 opera como Colegio Estatal Agropecuario N° 0773 y en el 2015 como un Programa Piloto de la Jornada Escolar Completa (JEC), teniendo para el año 2022 una Institución Educativa con 13 secciones, con una plana de 25 docentes, personal administrativo y 430 estudiantes (43).

3.1.2. Periodo de ejecución

El desarrollo del estudio se llevó a cabo desde enero hasta septiembre del año 2025.

3.1.3. Autorizaciones y permisos

Se solicitó la autorización respectiva al director de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, para que facilite el acceso al registro de estudiantes y la aplicación del cuestionario a 146 estudiantes de 3° a 5° secundaria que cumplieron con los criterios de selección, así como la coordinación con los tutores de cada grado, además del permiso respectivo de los padres y/o apoderado mediante el consentimiento informado y el asentimiento informado a los participantes del estudio.

3.1.4. Control ambiental y protocolos de bioseguridad

La ejecución de la investigación no implicó exposición a riesgos ambientales o biológicos; no obstante, se adoptaron de manera rigurosa las normas de manejo

ambiental y de bioseguridad de la Institución Educativa, garantizando en todo instante la protección de la bioseguridad de los sujetos de estudio.

3.1.5. Aplicación de principios éticos internacionales

El presente estudio observa estrictamente los principios éticos internacionales. En primer lugar, se garantizó la autonomía al brindar a los participantes una explicación detallada, accesible y comprensible acerca de la investigación, sus propósitos y los procedimientos implicados. El consentimiento informado fue recabado de manera libre e individual antes de la inclusión de cada sujeto, y se mantuvo la confidencialidad de los datos, salvaguardando la privacidad de todos los involucrados. En segundo lugar, se respetó el principio de beneficencia al diseñar la investigación con el objetivo de generar un impacto positivo en la comunidad. Al examinar la interacción entre la calidad de vida y la procrastinación académica, se pretendió ofrecer evidencia que, una vez analizada, pueda orientar la formulación de políticas y prácticas de salud preventiva, de modo que se maximicen los beneficios tanto a los participantes como a la sociedad en su conjunto (44).

El estudio también observó estrictamente el principio de no maleficencia; se establecieron protocolos diseñados para reducir al mínimo cualquier riesgo potencial de daño a los sujetos involucrados. La recolección de datos se llevó a cabo de forma ética y respetuosa, evitando medidas que pudieran conllevar a la explotación o al daño emocional. En lo que respecta a la justicia, se garantizó la equidad en el muestreo, evitando cualquier forma de discriminación y asegurando la representación de diferentes segmentos de la población. Finalmente, se cumplió la normativa vigente: se respetaron todas las leyes y regulaciones, tanto locales como internacionales, que regulan la investigación. Los participantes fueron informados de sus derechos y se le proporcionó acceso a la documentación del estudio de acuerdo con los requerimientos ético-legales establecidos (44).

3.2. Sistema de variables

3.2.1. Variables principales

Variable 1: Procrastinación académica

Definición conceptual: Definido como la demora voluntaria de una actividad prevista, aun conociendo las consecuencias negativas de hacerlo (1).

Definición operacional: La evaluación fue mediante el cuestionario de escala de Procrastinación académica teniendo en cuenta su dimensión de Autorregulación académica y Postergación de actividades (45).

Variable 2: Calidad de vida

Definición conceptual: Es la percepción que cada individuo tiene en función de las oportunidades que su entorno le ofrece para satisfacer sus necesidades (35).

Definición operacional: Se evaluó a través de la encuesta sobre la calidad de vida de Olson y Barnes (41) adaptada por las autoras, que cuenta con una columna donde se agrega información que tiene un valor pertinente a algún factor o dominio; hogar y bienestar económico; amigos, vecindario y comunidad; vida familiar y familia extensa; educación y ocio; medio de comunicación; religión y salud.

Tabla 1

Descripción de variables por objetivo específico

Objetivo específico 1: Valorar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita 2025.

Variable abstracta	Variable concreta	Medio de registro	Unidad de medida
Procrastinación académica	Autorregulación Académica	Cuestionario: se consideró como referencia el instrumento Domínguez (45)	Bajo grado de procrastinación: 12 a 27 puntos.
	Postergación de actividades		Grado medio de procrastinación: 28 a 43 puntos.
			Alto grado de procrastinación: 44 a 60 puntos.

Objetivo específico 2: Identificar el nivel de calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773, Barranquita 2025.

Variable abstracta	Variable concreta	Medio de registro	Unidad de medida
Calidad de vida	Hogar y bienestar económico	Cuestionario: se consideró el instrumento de Escala de calidad de vida de Olson y Barnes, adaptado por las autoras (41).	Calidad de vida óptima: 120 a 150 puntos.
	Amigo, vecindario y comunidad		Buena calidad de vida: 90 a 119 puntos.
	Vida familiar y familia extensa		Baja calidad de vida: 60 a 89 puntos.
	Educación y Ocio		Mala calidad de vida: 30 a 59 puntos.
	Medios de comunicación		
	Salud		

Objetivo específico 3: Establecer el nivel de procrastinación académica de mayor relación a la calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita 2025.

Variable abstracta	Variable concreta	Medio de registro	Unidad de medida
Procrastinación académica y Calidad de vida	Relación entre el nivel de procrastinación académica y nivel de calidad de vida	Prueba estadística inferencial chi cuadrado	Ordinal

En relación al diseño, la investigación fue básica de nivel cuantitativo es un tipo de estudio orientado a incrementar el conocimiento fundamental sobre fenómenos específicos sin una aplicación práctica inmediata. Su propósito es responder preguntas científicas y formular teorías a través de la observación y análisis de datos objetivos. En

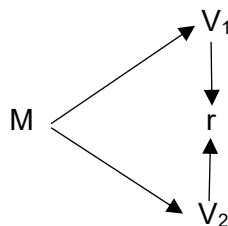
el contexto fue cuantitativo, la investigación básica utiliza metodologías estructuradas y mediciones estadísticas para evaluar hipótesis y establecer relaciones entre variables, permitiendo generalizar los hallazgos a partir de muestras representativas. Este tipo de investigación es esencial en el avance científico, ya que establecerá las bases teóricas necesarias para desarrollos futuros (46).

La población es definida como el conjunto total de personas, elementos y fenómenos que forman un grupo concreto con alguna característica común que son objeto de estudio (47); en el presente estudio, estuvo conformado por 234 estudiantes de 3° a 5° secundaria de la Institución Educativa N° 0773 del distrito Barranquita 2025, según el reporte de la Dirección General de la Institución. Se incluyeron para el estudio a los alumnos de 3° a 5° de secundaria matriculados para el periodo 2025, seguido del consentimiento informado autorizado por el padre, madre o apoderado; también del asentimiento informado del estudiante y no tener alteraciones mentales. Por otro lado, se excluyeron del estudio a estudiantes que no aceptaron participar del estudio, así como, la no aceptación de los padres o apoderados del estudiante, también aquellos participantes que no llenen completamente los instrumentos de estudio y/o tengan alguna alteración mental que dificulte su participación.

La muestra se refiere al subconjunto seleccionado de una población, como personas, eventos o entidades, con el propósito de realizar investigaciones que permitan hacer generalizaciones sobre la población abarcada (47); estuvo constituido por 146 estudiantes de 3° a 5° secundaria que fue obtenido a través de la fórmula para población finita, además se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando solo a los estudiantes que decidieron participar (47) y la unidad de análisis es un estudiante de secundaria de la Institución Educativa N° 0773 del distrito de Barranquita.

La investigación fue de diseño no experimental, transversal, descriptivo y correlacional, que permitió analizar fenómenos en un contexto determinado sin manipular las variables de estudio. El enfoque cuantitativo aplicó un método sistemático, mediante la aplicación de encuestas, basándose en mediciones que permitieron establecer relaciones que permitieron demostrar la hipótesis planteada (46). Así mismo, se adoptó un enfoque no experimental, ya que las variables se examinaron sin ningún tipo de intervención, de modo que se mantuvieron en su entorno natural. Su diseño transversal facilitó la recolección de la información en un solo momento, a partir de instrumentos de referencia que fueron adaptados por las autoras. La investigación fue, además, descriptiva, pues se dirigió a ofrecer un examen minucioso de cada variable, de tal modo que se obtuvo una representación fidedigna del fenómeno examinado. El nivel correlacional permitió

explorar la asociación existente entre la procrastinación académica y la calidad de vida (46). Con base en estas consideraciones se estructuró el siguiente esquema:



Donde:

M: Muestra conformada por estudiantes de 3° a 5° secundaria.

V₁: Procrastinación académica

V₂: Calidad de vida.

r: Relación entre la calidad de vida y la procrastinación académica

3.3. Procedimiento de la investigación

3.3.1. Objetivo específico 1

Una vez aceptado el proyecto de investigación por los miembros del jurado, se solicitó autorización a la Dirección General de la Institución Educativa N° 0773 del distrito de Barranquita. Posteriormente, se coordinó con los tutores responsables de los grados y secciones de tercero a quinto de secundaria para la aplicación de los instrumentos de estudio, asimismo, se realizaron las encuestas a los participantes que cumplieron con los criterios de inclusión, se recogió los consentimientos y asentimientos informados autorizados por uno de los padres o apoderado, con una duración de 15 minutos por participante. El cuestionario “Procrastinación académica” se aplicó de manera presencial, asegurando un ambiente cómodo y propicio para la obtención de respuestas precisas, el mismo que estuvo estructurado de 12 preguntas, tomado como referencia y validado en el estudio de Domínguez (45); La confiabilidad de cada subescala se estimó mediante el alfa de Cronbach, obteniéndose un indicador de .821 (IC al 95%: .793; .847) para el factor Autorregulación académica, y de .752 (IC al 95%: .705; .792) para el factor Postergación de actividades. Cada ítem tuvo un valor ante cada respuesta: Nunca 1, Casi nunca 2, A veces 3, Casi siempre 4, Siempre 5; aplicando la técnica de baremos se obtuvo además la siguiente escala de valoración: Bajo grado de procrastinación (12 a 27 puntos), grado medio de procrastinación (28-43 puntos) y alto grado de procrastinación (44 a 60 puntos). Por otro lado, se llevó a cabo un análisis cuantitativo de los datos utilizando métodos estadísticos. Los resultados se organizaron y presentaron en tablas para facilitar la interpretación.

3.3.2. Objetivo específico 2

De la misma manera para el cuestionario "Calidad de vida" se aplicó de forma presencial, asegurando un ambiente cómodo y propicio para la obtención de respuestas precisas, el mismo que tuvo 12 preguntas, tomado como referencia del antecedente de de Olson y Barnes (41), adaptado por las autoras y validado mediante juicio de expertos. cada ítem tuvo un valor basado en la respuesta dada como: insatisfecho 1, un poco satisfecho 2, más o menos satisfecho 3, bastante satisfecho 4, completamente satisfecho 5; aplicando la técnica de Baremos se obtuvo la siguiente escala de valoración: Calidad de vida óptima (120 a 150 puntos), buena calidad de vida (90 a 119 puntos), baja calidad de vida (60 a 89 puntos), y mala calidad de vida (30 a 59 puntos). Una vez recopiladas las respuestas, se llevó a cabo un análisis cuantitativo de los datos utilizando métodos estadísticos. Los resultados se presentaron en tablas para facilitar la interpretación.

3.3.3. Objetivo específico 3

Se utilizaron técnicas estadísticas apropiadas para analizar los datos recopilados, centrándose en la relación entre las dimensiones de la procrastinación académica y calidad de vida. Se realizó un análisis descriptivo y correlacional para obtener una comprensión detallada de los resultados. Seguidamente se elaboró un informe detallado que incluyó los hallazgos del estudio, destacando las dimensiones específicas que muestran una relación significativa entre la procrastinación académica y la calidad de vida. Para demostrar la hipótesis formulada, se utilizó la prueba de chi cuadrado en estadística inferencial. Los resultados se presentaron en tablas de doble entrada, luego se elaboró la discusión, conclusiones y recomendaciones.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

4.1. Resultado específico 1

Tabla 2

Nivel de procrastinación académica en estudiantes

Procrastinación Académica		Fi (146)	%
Nivel de Procrastinación Académica	Alto	60	41.1 %
	Medio	86	58.9 %
	Total	146	100%

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025

Interpretación

Los resultados de la Tabla 2 evidencian que la mayoría de los estudiantes (58,9 %, equivalente a 86) se ubicaron en un nivel medio de procrastinación académica, mientras que un 41,1 % (60) alcanzó un nivel alto. Puesto que genera una afectación en la salud mental que se relaciona con la ansiedad, estrés, baja autoestima y por ende el rendimiento. Este hallazgo refleja que la procrastinación académica es una conducta frecuente entre los estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, ya que ninguno de ellos se situó en un nivel bajo, resultados similares fueron encontrados por Oyala (20) y Reátegui et al. (24), donde sus hallazgos señalaron niveles promedios de procrastinación alto, también en reportado por Johansson et al. (12) quienes resaltaron la presencia de niveles medio de procrastinación en estudiantes, seguido del estudio de Morales (13), Cordovez et al. (14) y Vergara et al. (16) demostraron nivel alto y comportamientos predominantes de procrastinación en sus participantes, también en el antecedente de Mamani (19) señaló una elevada tasa de procrastinación académica en el 82 % de sus participantes.

4.2. Resultado específico 2

Tabla 3

Nivel de calidad de vida en estudiantes

Calidad de vida		Fi (146)	%
Nivel de Calidad de vida	Óptima	58	39.7 %
	Buena	65	44.5 %
	Baja	18	12.3 %
	Mala	5	3.4 %
	Total	146	100%

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025

Los datos de la Tabla 3 muestran que la mayoría de los estudiantes perciben una calidad de vida favorable, ya que el 44,5 % (65) la calificó como buena y el 39,9 % (58) como óptima. Asimismo, la dimensión que mantuvo mayor índice porcentual fue el relacionado a Salud con un nivel óptimo en el 51,4 % de encuestados. Por otro lado mantuvieron una percepción integral en cada una de las dimensiones que abarcó una nutrición adecuada, actividad física, salud mental, relaciones sociales (amigos, familia), un desarrollo sexual y reproductivo saludable que fueron claves para hábitos positivos. En contraste, un grupo menor manifestó dificultades en su calidad de vida, siendo el 12,3 % (18) quienes reportaron una calidad baja y solo el 3,4 % (5) la consideraron mala. Estos resultados evidencian que, en general, los estudiantes mantienen condiciones adecuadas para su bienestar físico, emocional y social. Al comparar con lo encontrado por Cardona y Gonzáles (11) se observa que los participantes tuvieron un nivel de calidad de vida alta. Por otro lado, Álvarez et al. (17), percibieron a la calidad de vida de manera muy positiva. Asimismo, Cabrera y Saquiray (18) en sus hallazgos la calidad de vida fue de nivel medio en un 49,3 %, coincidiendo con el estudio de Huaman y Palomino (21) que también obtuvieron niveles medio de calidad de vida. De manera distinta, los resultados difieren también de lo señalado por Mamani (19), quien reportó niveles más bajos de calidad de vida en el 82 % de estudiantes, lo cual resalta la influencia del contexto social y educativo en la percepción del bienestar estudiantil.

4.3. Resultado específico 3

Tabla 4

Prueba de Normalidad

	Kolmogórov-Smirnov		
	Estadístico	gl	Sig.
Nivel de Procrastinación Académica	,386	146	< .001
Calidad de vida	,241	146	< .001

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025

La Tabla 4 muestra los resultados de los análisis de normalidad realizados sobre una muestra de 146 estudiantes, los cuales sustentan la elección del procedimiento estadístico para este estudio. Debido al tamaño muestral, se utilizó la prueba de Kolmogórov-Smirnov. Los resultados indican que los niveles de procrastinación académica y la valoración de calidad de vida presentan valores de significación $p < .001$, lo que confirma la ausencia de normalidad en ambas variables. Por lo tanto, para investigar la relación entre ellas se recurrió a la correlación de Spearman.

Tabla 5
Prueba Coeficiente de Correlación de Spearman

		Autorregulación académica	Postergación de actividades	Calidad de vida
Autorregulación académica	Rho	1,000	-,237**	,271**
	p-valor	.	,004	<.001
	N	146	146	146
Postergación de actividades	Rho	-,237**	1,000	-,121
	p-valor	,004	.	,145
	N	146	146	146
Calidad de vida	Rho	,271**	-,121	1,000
	p-valor	<.001	,145	.
	N	146	146	146

Nota: La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral)

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025

La Tabla 5, muestra que para determinar la relación entre las dimensiones de procrastinación académica y calidad de vida se aplicó la prueba no paramétrica de Rho Spearman, identificándose que la Autorregulación académica ($Rho = ,271$; $p < 0,001$) guarda una correlación directa y significativa; sin embargo, la Postergación de actividades ($Rho = -,121$; $p = 0,145$) guarda una relación inversa no significativa con la calidad de vida; esto conlleva a una afectación negativa en la salud sexual y reproductiva de los estudiantes a través de mecanismos como el estrés, el bajo rendimiento escolar, los comportamientos de riesgo y la baja autoestima, factores que repercuten en el bienestar físico, emocional y social de los estudiantes, influyendo en sus decisiones y conductas sexuales.

Tabla 6
Relación entre el nivel de procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes

		Nivel de Procrastinación	Calidad de vida
Nivel de Procrastinación Académica	Rho	1,000	,180*
	p-valor	.	,030
	N	146	146
Calidad de vida	Rho	,180*	1,000
	p-valor	,030	.
	N	146	146

Nota: La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral)

Fuente: Encuesta a estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025

La Tabla 6 presenta el análisis de correlación entre las variables en estudio, revelando que el grado de procrastinación académica se asocia estadísticamente con la calidad de vida de los estudiantes. La correlación de Spearman arroja un valor de $Rho = 0,180$, con un p -valor = 0,030, lo que indica la existencia de una relación positiva y estadísticamente significativa entre la procrastinación académica y la calidad de vida de los estudiantes ($p < 0,05$). Sin embargo, los resultados contrastan con lo señalado por

Cordovez et al. (14), quienes evidenciaron una correlación negativa significativa entre la procrastinación y los componentes del bienestar ($p < .001$), así como con el estudio de Ren et al. (15), en el que se determinó que la práctica de actividad física ejerce un impacto negativo sobre la procrastinación académica, reduciendo su frecuencia en los estudiantes. De manera similar, difieren de lo expuesto por Mamani (19), quien concluyó que no existe relación entre la procrastinación académica y la calidad de vida en escolares, al hallar una correlación negativa muy débil (0,084).

CONCLUSIONES

1. Existe una relación estadísticamente significativa ($p = 0,030$) entre la procrastinación académica y la calidad de vida de los estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025
2. La medición de la procrastinación académica en los adolescentes evidenció que el 58,9 % de los estudiantes se ubicó en un nivel medio, mientras que, el 41,1 % alcanzó un nivel alto, sin registrarse casos en la categoría baja.
3. El análisis de la calidad de vida de los estudiantes mostró que el 44,5 % la calificó como buena, mientras que, un 39,9 % la consideró óptima, evidenciando que la mayoría de la población encuestada percibe niveles favorables de bienestar.
4. Mediante el análisis de coeficiente Spearman se demostró que solo la dimensión Autorregulación académica ($Rho = ,271$; $p < 0,001$) guardó una correlación directa y significativa con la calidad de vida de los estudiantes; a diferencia de la Postergación de actividades ($Rho = -,121$; $p = 0,145$) que mantuvo una relación inversa no significativa.

RECOMENDACIONES

1. A las autoridades educativas, se recomienda desarrollar talleres de promoción del bienestar integral, enfocados en el ámbito físico, emocional y social, que permitan mitigar los efectos de la procrastinación académica.
2. A los profesores, se recomienda implementar programas de orientación académica dirigidos a los estudiantes, con el propósito de fortalecer los hábitos de estudio, el manejo adecuado del tiempo y las estrategias de autorregulación, a fin, de reducir los niveles de procrastinación académica identificados en la población estudiada.
3. A través de las diferentes estrategias sanitarias de salud de la región San Martín, articular con las instituciones educativas, fomentando hábitos saludables como; alimentación equilibrada, actividades físicas y la salud mental en los estudiantes de nivel secundario a fin de mejorar su calidad de vida.
4. A los profesores tutores, se recomienda fomentar la participación activa de docentes y familias en acciones conjuntas que contribuyan al acompañamiento académico y al fortalecimiento del bienestar estudiantil, generando redes de apoyo que favorezcan el rendimiento académico y la calidad de vida de los adolescentes.
5. A futuros investigadores, se recomienda que desarrollen investigaciones relacionadas con las variables analizadas, especialmente aquellas enfocadas en la salud de los adolescentes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Arenas Wong MM, Rivero Panaqué C, Navarro Fernández RJ. Vista de Procrastinación académica y tipos de motivación en estudiantes de una universidad de Lima Metropolitana. *Revista Peruana de investigación educativa* [Internet]. 2022 [cited 2025 Jun 24];(16):35–61. Available from: <https://revistas.siep.org.pe/index.php/RPIE/article/view/286/334>
2. Rodrigo A. Atia *Psicología Barcelona*. 2023 [cited 2025 Apr 1]. Adolescencia y procrastinación. Available from: <https://www.atiapsicologia.com/es/noticias/adolescentes-y-procrastinaci%C3%B3n>
3. Sanz A. *Psiconecta*. 2023 [cited 2025 Apr 1]. ¿Qué es la procrastinación y cómo impacta nuestra salud mental? Available from: <https://psiconecta.org/blog/que-es-la-procrastinacion-y-como-impacta-nuestra-salud-mental>
4. López-Portillo A, Morales-Soto A. Prevalencia de procrastinación académica, manifestaciones y factores asociados al iniciar la carrera de medicina. *Investigacion en Educacion Medica* [Internet]. 2024 [cited 2025 Apr 5];13(51):95–104. Available from: <https://riem.facmed.unam.mx/index.php/riem/article/view/1549/1589>
5. Ayala-Ramírez AS, Rodríguez-Díaz RY, Villanueva-Quispe W, Hernández-García M, Campos-Ramírez M. La procrastinación académica: teorías, elementos y modelos. *Revista Muro de la Investigación* [Internet]. 2020 [cited 2025 Apr 4];5(2):40–52. Available from: <https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/r-Muro-investigacion/article/download/1324/1661/2182>
6. Callañaupa Amable EY, Vásquez Guevara R, Salinas Saavedra AM, Aranda-Turpo J. Funcionamiento familiar y autoeficacia académica como predictores de la procrastinación académica en adolescentes peruanos. *Revista de Investigación en Psicología* [Internet]. 2024 [cited 2025 Jul 6];27(2):e28820. Available from: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rip/v27n2/1560-909X-rip-27-02-e28820.pdf>
7. Delgado-Tenorio AL, Oyanguren-Casas NA, Reyes-González AAI, Zegarra ÁCh, Cueva ME. El rol moderador de la procrastinación sobre la relación entre el estrés académico y bienestar psicológico en estudiantes de pregrado. *Propósitos y*

- Representaciones [Internet]. 2021 [cited 2025 Apr 4];9(3). Available from: <http://www.scielo.org.pe/pdf/pyr/v9n3/2310-4635-pyr-9-03-e1372.pdf>
8. Morales-Rodríguez M, Chávez-López JK. Calidad de vida en la adolescencia: Impacto del apoyo percibido de iguales. Integración Académica en Psicología [Internet]. 2021 [cited 2025 Apr 26];9(25):48–60. Available from: <https://integracion-academica.org/attachments/article/329/06%20Apoyo%20percibido%20-%20MMorales%20JCh%C3%A1vez.pdf>
 9. Liliana-Villamizar M, Laguado-Jaimes E, Rojas-Orozco A, Alvarado-Rodríguez LP, Cobos-Gómez AD. Calidad de vida relacionada con la salud en adolescentes de una Institución Educativa privada de Bucaramanga. Ciencia y Enfermería [Internet]. 2022 [cited 2025 Oct 26];28(5). Available from: <https://revistas.udel.cl/index.php/cienciayenfermeria/article/view/7500/6751>
 10. Muñoz Vargas NY, Fernández Marrufo CB, Huaman Claudio G. Adicción a redes sociales y procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria. Health Care & Global Health [Internet]. 2025 [cited 2025 Jul 6];9(1):15–23. Available from: <https://revista.uch.edu.pe/index.php/hgh/article/view/325/191>
 11. Cardona-Gómez J, González VM. Calidad de vida relacionada con la salud y los estados de ánimo en estudiantes de instituciones educativas de Antioquia, Colombia. Univ Salud [Internet]. 2024 [cited 2025 Oct 27];27(1):1–10. Available from: <https://revistas.udenar.edu.co/index.php/usalud/article/view/6872/9986>
 12. Johansson F, Rozental A, Edlund K, Côté P, Sundberg T, Onell C. Asociaciones entre la procrastinación y los resultados de salud. JAMA Netw Open [Internet]. 2023 [cited 2025 Jun 23];6(1):e2249346. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36598789/>
 13. Morales Rodríguez M. Procrastinación en estudiantes universitarios: rol de la autoestima, creencias de autoeficacia y motivación de logro. RECIE Revista Electrónica Científica de Investigación Educativa [Internet]. 2023 [cited 2025 Apr 3];7:e1307. Available from: <https://www.rediech.org/ojs/2017/index.php/recie/article/download/1307/1865/10432>
 14. Cordovez-Angel M, Ramírez-Cortés F, Villafaña-Codoceo C. Relación entre la procrastinación académica y el bienestar psicológico en estudiantes de educación superior chilenos. Rev Estud Psicol UCR [Internet]. 2023 [cited 2025 Apr

- 2];18(1):83–100. Available from: <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/wimblu/article/download/54653/55231/238565>
15. Ren K, Liu X, Feng Y, Li C, Dingding sol, Qiu K. La relación entre la actividad física y la procrastinación académica en estudiantes universitarios chinos: el papel mediador de la autoeficacia. *Int J Environ Res Salud Pública* [Internet]. 2021 [cited 2025 Jun 23];18(21):11468. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34769983/>
 16. Vergara L, Bennett M, Serpa A, Navarro-Obeid J, Martínez I, Montes-Millan J. Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista Innova Educación* [Internet]. 2022 [cited 2025 Apr 3];5(1):88–99. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/8632824.pdf>
 17. Álvarez D, Yarce Metrio E, Correa MS, Montoya-Grisales NE, González-Palacio EV. Calidad de vida relacionada con la salud en adolescentes de tres instituciones educativas del Valle de Aburrá. *Diversitas :Perspectivas en Psicología* [Internet]. 2022 [cited 2025 Apr 5];18(1):1. Available from: <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v18n1/1794-9998-dpp-18-01-19.pdf>
 18. Cabrera Vásquez M, Saquiray Vásquez SI. Resiliencia y calidad de vida en adolescentes de Centros Poblados de San Juan Bautista, 2024 [Tesis Pregrado]. [Iquitos]: Universidad Científica del Perú; 2025.
 19. Mamani Lopez PD. Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa Secundaria Industrial 32 de la ciudad de Puno, 2021 [Internet] [Tesis Pregrado]. [Chincha]: Universidad Autónoma de Ica; 2023 [cited 2025 Mar 31]. Available from: [https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2465/3/MAMA NI%20LOPEZ%20PAMELA%20DAYANA.pdf](https://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/20.500.14441/2465/3/MAMA%20LOPEZ%20PAMELA%20DAYANA.pdf)
 20. Oyala Escobar AC. Nivel de procrastinación en estudiantes de 3° a 5° secundaria en una Institución Educativa del distrito de Tumbes, 2022 [Internet] [Tesis Pregrado]. [Tumbes]: Universidad Nacional de Tumbes; 2023 [cited 2025 Apr 1]. Available from: <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/renati/1176110>
 21. Huaman Bujaico L, Palomino Hurtado MC. Calidad de vida relacionada con la salud, en adolescentes que se atienden en el Centro de Salud el Progreso de Carabayllo, 2022 [Internet] [Tesis Pregrado]. [Lima]: Universidad de Ciencias y Humanidades; 2023 [cited 2025 Oct 27]. Available from:

https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/885/Huaman_L_Palomino_MC_tesis_enfermeria_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y

22. Cherres Benavides BC. Estilos de aprendizaje y procrastinación en adolescentes de secundaria de una Institución Educativa de Lambayeque [Internet] [Tesis Pregrado]. [Pimentel]: Universidad Señor de Sipán; 2021 [cited 2025 Apr 2]. Available from: https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/8741/Blanca%20Carolina%20Cherres%20Benavides_.pdf?sequence=4&isAllowed=y
23. Del Águila Sangama K. Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes de quinto año de secundaria de una I.E. de Tarapoto, 2024 [Internet] [Tesis de Maestría]. [Tarapoto]: Universidad César Vallejo; 2024 [cited 2025 Apr 4]. Available from: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/146607>
24. Reátegui-Ríos R, Tarrillo-Montenegro D, Córdova-Saavedra F, Ramírez-Vega C. Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de Tarapoto, Perú – 2021. *Revista Científica de Ciencias de la Salud* [Internet]. 2022 [cited 2025 Apr 2];15(2):33–42. Available from: https://www.researchgate.net/publication/366832643_Inteligencia_emocional_y_procrastinacion_academica_en_estudiantes_del_nivel_secundario_de_Tarapoto_peru_-_2021
25. Bertolín Guillén J. Neuro-psicopatología y procrastinación. *Rev Chil Neuro-Psiquiat* [Internet]. 2023 [cited 2025 Jun 24];61(2):212–20. Available from: <https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v61n2/0717-9227-rchnp-61-02-0212.pdf>
26. Garzón Umerenkova A, De la Fuente Arias J. Características y dimensiones de la procrastinación académica en estudiantes universitarios colombianos. In: *Diálogos sobre Investigación: Avances Científicos Konrad Lorenz*. Fundación Universitaria Konrad Lorenz; 2019. p. 53–80.
27. De Paz A. Psicopartner. 2022 [cited 2025 Apr 9]. La procrastinación: causas y estrategias para combatirla. Available from: <https://www.psicopartner.com/la-procrastinacion-que-es-causas-y-estrategias/>
28. Garcia-Frias J, González-Jaimes EI. El estrés académico causante de la procrastinación en la educación. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo* [Internet]. 2022 [cited 2025 Apr 10];13(25):e369. Available from: <https://www.scielo.org.mx/pdf/ride/v13n25/2007-7467-ride-13-25-e004.pdf>

29. Enríquez Guerrero CL, Segura Cardona ÁM, Tovar Cuevas JR. Factores de riesgo asociados a bajo rendimiento académico en escolares. *Investigaciones Andina* [Internet]. 2013 [cited 2025 Jun 24];15(26):654–66. Available from: <http://www.scielo.org.co/pdf/inan/v15n26/v15n26a04.pdf>
30. Steel P. La naturaleza de la procrastinación: una revisión metaanalítica y teórica del fracaso autorregulador por excelencia. *Psychol Bull* [Internet]. 2007 Jan [cited 2025 Apr 9];133(1):65–94. Available from: https://studypedia.au.dk/fileadmin/www.studiemetro.au.dk/Procrastination_2.pdf
31. Suárez Sarmiento JA. Teorías sobre la Procrastinación y su incidencia en la gerencia educativa. *Revista Ventana Científica* [Internet]. 2022 [cited 2025 Apr 9];12(20):13–23. Available from: <https://dicyt.uajms.edu.bo/revistas/index.php/ventana-cientifica/article/download/1531/1532>
32. Otondo-Briceño M, Medina-Hicks NA. Motivación y autoeficacia en estudiantado adolescente: Una revisión sistemática. *Revista Electronica Educare* [Internet]. 2023 [cited 2025 Oct 27];27(3):1–13. Available from: <https://www.scielo.sa.cr/pdf/ree/v27n3/1409-4258-ree-27-03-432.pdf>
33. Cerino-Soberanes A, Flores-Macías R del C, Bracqbien-Noygues C, Hernández-Flores EP. Las estrategias de Autorregulación académica en tareas escolares de estudiantes de una secundaria pública de Tabasco, México. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala* [Internet]. 2022 [cited 2025 Apr 9];25(2):761–85. Available from: <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol25num2/Vol25No2Art18.pdf>
34. Díaz Morales J. Procrastinación: Una Revisión de su Medida y sus Correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación* [Internet]. 2019 [cited 2025 Apr 9];51(51). Available from: <https://www.redalyc.org/journal/4596/459661106005/html/>
35. Quiceno JM, Vinaccia S. Calidad de vida en adolescentes: Análisis desde las fortalezas personales y las emociones negativas. *Rev Terapia Psicológica* [Internet]. 2014 [cited 2025 Apr 26];32(3):185–200. Available from: <https://www.scielo.cl/pdf/terpsicol/v32n3/art02.pdf>
36. Organización Mundial de la Salud. OMS. 2012 [cited 2025 Apr 10]. Medición de la calidad de vida. Available from: <https://www.who.int/tools/whoqol>

37. Monardes Seemann C, González Gil F, Soto Pérez F. Calidad de vida: conceptos, características y aplicación del constructo. *Revista Sujeto, Subjetividad y Cultura* [Internet]. 2011 [cited 2025 Jun 24];(2):68–86. Available from: <https://www.researchgate.net/publication/235989330>
38. García-García JA, Carrizales-Berlanga D. Calidad de vida relacionada con la salud, Expectativas y Satisfacción Académica de jóvenes universitarios. *Interacciones* [Internet]. 2021 [cited 2025 Jun 23];7:e241. Available from: <http://www.scielo.org.pe/pdf/interac/v7/2413-4465-interac-7-01-e241.pdf>
39. Alfenas-Fernandes GN, Aguiar-Lemos SM. Calidad de vida, percepción de la salud, motivación para el aprendizaje y comportamiento de adolescentes en una institución educativa. *Rev Lat Am Enfermagem* [Internet]. 2024;32:e4337. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692024000100369&tlng=es
40. Higueta-Gutiérrez LF, Cardona-Arias JA. Concepto de calidad de vida en la adolescencia. *CES Psicología* [Internet]. 2015 [cited 2025 Apr 26];8(1):155–68. Available from: <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423539425010.pdf>
41. Grimaldo MP, Correa JD, Jara D, Cirilo IB, Aguirre MT. Propiedades Psicométricas de la calidad de vida de Barnes y Olson. *Health and Addictions / Salud y Drogas* [Internet]. 2020 [cited 2025 Apr 11];20(2):145–56. Available from: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/655592/545-Texto%20del%20art%C3%ADculo-2205-1-10-20200806.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
42. Delgado J. Colegios del Perú. 2022 [cited 2025 Apr 11]. Colegio 0773: Centro Educativo en San Martín. Available from: <https://colegiosdelperu.top/colegio-0773-centro-educativo-en-san-martin/>
43. Amasifuen W. Reglamento Interno Colegio 0773 - 2023 [Internet]. 2023 [cited 2025 Apr 25]. Available from: <https://es.scribd.com/document/676756888/2-Reglamento-Interno-Jec-0773-2023-Docx>
44. Mazanare-Motezuma JP, Márquez-Fernández E. Principios Bioéticos como base fundamental en la investigación Científica [Internet]. Caracas; 2020 [cited 2025 Apr 5]. Available from: <http://saber.ucv.ve/bitstream/10872/20855/1/4%20Trabajo%20Definitivo%20Jean%20Mazanare%20Montezuma%20y%20Ernesto%20Marquez%20Fernandez.pdf>

45. Dominguez Lara SA, Villegas García G, Centeno Leyva SB. Procrastinación Académica: Validación de una escala en una muestra de estudiantes de una Universidad Privada. *Liberabit* [Internet]. 2013 [cited 2025 Jun 24];20(2):293–304. Available from: <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v20n2/a10v20n2.pdf>
46. Haro-Sarango AF, Chisag-Pallmay ER, Ruiz-Sarzosa JP, Caicedo-Pozo JE. Tipos y clasificación de las investigaciones. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* [Internet]. 2024 [cited 2025 Apr 5];5(2):956–66. Available from: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9541046.pdf>
47. Vizcaíno-Zúñiga PI, Cedeño-Cedeño RJ, Maldonado-Palacios IA. Metodología de la investigación científica: guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar* [Internet]. 2023 [cited 2025 Apr 5];7(4):9723–62. Available from: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/7658/11619>

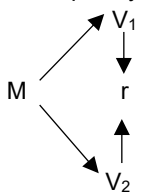
ANEXOS

Anexo 1. Matriz de operacionalización de variables

Variables	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
V1: Procrastinación académica	Es la demora voluntaria de una actividad prevista, aun conociendo las consecuencias negativas de hacerlo (1).	Se evaluó a través del cuestionario adaptado por Domínguez (45), de la escala de Procrastinación académica.	<ul style="list-style-type: none"> - Autorregulación académica - Postergación de actividades 	<p>Empleando la Técnica de Baremos se obtuvo la siguiente escala de valoración:</p> <p>Bajo grado de procrastinación: 12 a 27 puntos.</p> <p>Grado medio de procrastinación: 28 a 43 puntos.</p> <p>Alto grado de procrastinación: 44 a 60 puntos.</p>	Ordinal
V2: Calidad de vida	Es la percepción que cada individuo tiene en función de las oportunidades que su entorno le ofrece para satisfacer sus necesidades (35).	Se evaluó a través del cuestionario que mide la escala de calidad de vida de Olson y Barnes adaptado por las autoras (41).	<ul style="list-style-type: none"> - Hogar y bienestar económico - Amigo, vecindario y comunidad - Vida familiar y familia extensa - Educación y ocio - Medios de comunicación - Salud 	<p>Aplicando la Técnica de Baremos se obtuvo la siguiente escala de valoración:</p> <p>Calidad de vida óptima: 120 a 150 puntos.</p> <p>Buena calidad de vida: 90 a 119 puntos.</p> <p>Baja calidad de vida: 60 a 89 puntos.</p> <p>Mala calidad de vida: 30 a 59 puntos.</p>	Ordinal

Anexo 2. Matriz de consistencia.

Título: Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.

Formulación del Problema	Formulación del Objetivo		Hipótesis							
<p>¿Qué relación existe entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025?</p>	<p>Objetivo General Determinar la relación existente entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Valorar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025. 2. Identificar el nivel de calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025. 3. Establecer el nivel de procrastinación académica de mayor relación a la calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025. 		<p>Existe una relación significativa entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.</p>							
Diseño de Investigación	Variable de estudio		Población y muestra	Técnicas e instrumentos						
<p>Tipo: básica Diseño: No experimental, transversal, cuantitativo, descriptivo y correlacional.</p>  <p>M: muestra conformada por estudiantes de 3° a 5° secundaria. V₁: Calidad de vida. V₂: Procrastinación académica. r: relación.</p>	<table border="1" data-bbox="842 869 1514 1331"> <thead> <tr> <th data-bbox="842 869 1131 901">Variable</th> <th data-bbox="1131 869 1514 901">Dimensiones</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="842 901 1131 1045">V1: Procrastinación académica</td> <td data-bbox="1131 901 1514 1045"> <ul style="list-style-type: none"> ○ Autorregulación académica ○ Postergación de actividades </td> </tr> <tr> <td data-bbox="842 1045 1131 1331">V2: Calidad de vida</td> <td data-bbox="1131 1045 1514 1331"> <ul style="list-style-type: none"> ○ Hogar y bienestar económico ○ Amigo, vecindario y comunidad ○ Vida familiar y familia extensa ○ Educación y Ocio ○ Medios de comunicación ○ Salud </td> </tr> </tbody> </table>		Variable	Dimensiones	V1: Procrastinación académica	<ul style="list-style-type: none"> ○ Autorregulación académica ○ Postergación de actividades 	V2: Calidad de vida	<ul style="list-style-type: none"> ○ Hogar y bienestar económico ○ Amigo, vecindario y comunidad ○ Vida familiar y familia extensa ○ Educación y Ocio ○ Medios de comunicación ○ Salud 	<p>Población: Estuvo conformado por un total de 234 estudiantes de tercero a quinto de secundaria de la Institución Educativa N° 0773 del distrito de Barranquita 2025.</p> <p>Muestra: Estuvo constituido por 146 estudiantes de 3° a 5° secundaria, el mismo que fue obtenido de la fórmula para población finita.</p> $n = \frac{N \cdot Z^2 \cdot pq}{d^2 \cdot (N-1) + Z^2 \cdot pq}$	<p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario</p>
Variable	Dimensiones									
V1: Procrastinación académica	<ul style="list-style-type: none"> ○ Autorregulación académica ○ Postergación de actividades 									
V2: Calidad de vida	<ul style="list-style-type: none"> ○ Hogar y bienestar económico ○ Amigo, vecindario y comunidad ○ Vida familiar y familia extensa ○ Educación y Ocio ○ Medios de comunicación ○ Salud 									

Anexo 3. Instrumento de recolección de datos



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA

**Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución
 Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.**

Código:.....

Edad:..... Sexo: 1. Masculino 2. Femenino Grado:.....

I. Cuestionario "Procrastinación académica"

Autor: Álvarez (2010); adaptado por Domínguez (2013)

Instrucciones: A continuación, se presenta una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que pertenece su respuesta tomando en cuenta el siguiente cuadro.

Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
5	4	3	2	1

N°	ítem	5	4	3	2	1
Autorregulación académica						
1	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
2	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
3	Asisto regularmente a clases.					
4	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
5	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
6	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
7	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
8	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
9	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
Postergación de actividades		5	4	3	2	1
10	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la					

	dejo para último minuto.					
11	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
12	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					

Autor: Álvarez (2010); adaptado por Domínguez (2013)

II. Cuestionario “Calidad de vida”

Autor: Olson y Barnes (2020); adaptado por Tuesta y Chicoma (2025)

Instrucciones: A continuación, te presentamos oraciones referidas a diferentes aspectos de tu vida, Lee cada una de ella y marca la alternativa que consideres conveniente. Recuerda que no hay respuestas correctas, ni incorrectas.

Escala:

Insatisfecho	Un poco satisfecho	Mas o menos satisfecho	Bastante satisfecho	Completamente satisfecho
1	2	3	4	5

N °	Que tan satisfecho es estás con	1	2	3	4	5
Hogar y bienestar económico						
1	Tus actuales condiciones de vivienda.					
2	Tus responsabilidades en la casa.					
3	La capacidad de tu familia para satisfacer sus necesidades básicas.					
4	La capacidad de tu familia para darles lujos.					
5	La cantidad de dinero que tienes que gastar.					
Amigos, vecindario y comunidad		1	2	3	4	5
6	Tus amigos.					
7	Las facilidades para hacer compras en tu comunidad.					
8	La seguridad en tu comunidad.					
9	El barrio donde vives.					
10	Las facilidades para recreación (parque, campos de juegos, etc).					
Vida familiar y familia extensa		1	2	3	4	5
11	Tu familia.					
12	Tus hermanos.					
13	El número de hijos en tu familia.					
14	Tu relación con tus parientes (abuelos, tíos, primos).					
Educación y ocio		1	2	3	4	5
15	Tu actual situación escolar.					
16	El tiempo libre que tienes.					
17	La forma como usas tu tiempo libre.					
Medios de comunicación		1	2	3	4	5
18	La cantidad de tiempo que los miembros de tu familia pasan viendo televisión.					
19	Calidad de los programas de televisión.					

20	Calidad del cine.					
21	La calidad de periódicos y revistas.					
Salud		1	2	3	4	5
22	Tu estado de salud física.					
23	Tu capacidad para cuidar tu salud en general.					
24	Tus hábitos alimenticios.					
25	El apoyo emocional que recibes de tu familia o amigos.					
26	Tu capacidad para tomar decisiones responsables sobre tu sexualidad.					
27	El acceso a orientación o consejería sobre salud sexual cuando lo necesitas.					
28	Tu conocimiento sobre Infecciones de Transmisión sexual (ITS).					
29	Tu privacidad y el respeto que recibes al hablar de temas de sexualidad en tu entorno (familia, escuela o amigos).					
30	Tu nivel de confianza para establecer límites en una relación de pareja.					

Autor: Olson y Barnes (2020); adaptado por Tuesta y Chicoma (2025)

Anexo 4. Asentimiento informado



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA**

Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.

Estimado estudiante, te invitamos a formar parte del presente estudio de investigación, para lo cual requerimos de su valiosa participación en el desarrollo de un cuestionario.

Objetivo del estudio

Determinar la relación existente entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.

Procedimiento

Si aceptas participar en nuestro trabajo de investigación, te aplicaremos dos cuestionarios, el cual tendrás un tiempo de 30 minutos para responder, estos instrumentos tratan de la calidad de vida y procrastinación académica en estudiantes, asimismo, te pedimos que respondas con sinceridad cada una de las preguntas, ten en cuenta que no es necesario identificarse al responder el cuestionario. Es muy importante que, al momento de responder evitar ítems en blanco, ya que es indispensable tu respuesta en cada una de las preguntas propuestas.

Confidencialidad

Los resultados del cuestionario aplicado solo tú lo sabrás al igual que tu padre o apoderado, con el fin de guardar la confidencialidad de los datos recolectados. Si firmas este documento quiere decir que lo leíste o alguien te lo ha leído y aceptas participar en el presente estudio.

Por lo que: () ACEPTO PARTICIPAR () NO ACEPTO PARTICIPAR

Fecha:.....

Hora:.....

Anexo 5. Consentimiento informado



UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE OBSTETRICIA

Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.

Estimado Señor(a) padre/madre de familia o apoderado, te invitamos a formar parte del presente estudio de investigación, para lo cual requerimos de la valiosa participación de su menor hijo en el desarrollo de un cuestionario.

Objetivo del estudio

Determinar la relación existente entre procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025.

Procedimiento

Al aceptar la participación de su menor hijo, le aplicaremos dos cuestionarios al estudiante, el cual tendrá un tiempo de 30 minutos para responder, los instrumentos tratan de la calidad de vida y procrastinación académica en estudiantes, asimismo, deberá responder cada una de las preguntas, tendrá en cuenta que no será necesario identificarse al responder el cuestionario.

Confidencialidad

El manejo de la información será codificado para cada estudiante, en tal sentido los responsables de la investigación garantizaran el derecho de la confidencialidad e identidad de cada uno de los participantes que formaran parte de la muestra de estudio.

Consentimiento

Yo, en pleno uso de mis facultades mentales, he leído la información suministrada por las investigadoras del presente estudio, habiéndome informado sobre el propósito de la investigación, así mismo autorizo la toma de fotos como evidencia fotográfica, durante la resolución de los instrumentos de recolección de datos, por lo que:

() ACEPTO PARTICIPAR

() NO ACEPTO PARTICIPAR

Fecha:.....

Hora:.....

Firma del padre/madre/apoderado
DNI:

Firma de la investigadora 1
DNI:

Firma de la investigadora 2
DNI:

Anexo 6. Validación de instrumentos

CARTA A EXPERTOS PARA EVALUACIÓN DEL INSTRUMENTO

Tarapoto, 23 de junio de 2025

Experto 1: Obstetra, Magister, Pedro Vargas Rodríguez.

Experto 2: Psicóloga, Magister, Mirian Delgado Bustamante.

Experto 3: Psicóloga, Magister, Eveling Elianna Massiel Vargas.

Asunto: Evaluación de instrumento

Me dirijo a ustedes, para expresarles mi cordial saludo e informarles que estoy elaborando mi proyecto de tesis titulado: "Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025", a fin de optar el título profesional de Obstetra.

Por ello, estoy desarrollando un estudio en el cual se incluye la aplicación de un cuestionario denominado: "Cuestionario sobre calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025"; por lo que, le solicito tenga a bien realizar la validación de este instrumento de investigación, que adjunto, para cubrir con el requisito de "Juicio de expertos".

Esperando tener la acogida a esta petición, hago propicia la oportunidad para renovar mi aprecio y especial consideración.

Atentamente,



.....
Ruth Noemi Tuesta Alegría
DNI N° 74046067



.....
Caroline del Pilar Chicoma Paredes
DNI N° 75508380

CONSTANCIA

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Por la presente se deja constancia de haber revisado los instrumentos de investigación para ser utilizados en la investigación, cuyo título es: "Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025" perteneciente a las autoras Ruth Noemi Tuesta Alegría y Caroline del Pilar Chicoma Paredes, para optar el título profesional de Obstetra de la Universidad Nacional de San Martín.

Dichos instrumentos serán aplicados a una muestra representativa de 146 participantes del proceso de investigación, que se aplicará en la Institución Educativa N° 0773 Barranquita.

Las observaciones realizadas han sido levantadas por el autor, quedando finalmente aprobadas. Por lo tanto, cuenta con la validez y confiabilidad correspondiente considerando las variables del trabajo de investigación.

Se extiende la presente constancia a solicitud del interesado(a) para los fines que considere pertinentes.

Tarapoto, 23 de junio de 2025

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN MARTÍN


Pedro Vargas Rodríguez
OBSTETRA MAGISTER
COP. 8182

Obsta. Mg. Pedro Vargas Rodríguez

DNI N° 01069122

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto: Vargas Rodríguez Pedro
 Institución donde labora : Universidad Nacional de San Martín
 Especialidad : Obstetricia
 Instrumento de evaluación : Instrumento sobre Calidad de vida
 Autor (s) del instrumento (s): Ruth Noemi Tuesta Alegria
 Caroline del Pilar Chicoma Paredes

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Calidad de vida				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio: Calidad de vida				X	
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Calidad de vida				X	
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.				X	
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.				X	
PUNTAJE TOTAL						45

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

18

Tarapoto 23 de junio de 2025



CONSTANCIA

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Por la presente se deja constancia de haber revisado los instrumentos de investigación para ser utilizados en la investigación, cuyo título es: "Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025" perteneciente a las autoras Ruth Noemi Tuesta Alegría y Caroline del Pilar Chicoma Paredes, para optar el título profesional de Obstetra de la Universidad Nacional de San Martín.

Dichos instrumentos serán aplicados a una muestra representativa de 146 participantes del proceso de investigación, que se aplicará en la Institución Educativa N° 0773 Barranquita.

Las observaciones realizadas han sido levantadas por el autor, quedando finalmente aprobadas. Por lo tanto, cuenta con la validez y confiabilidad correspondiente considerando las variables del trabajo de investigación.

Se extiende la presente constancia a solicitud del interesado(a) para los fines que considere pertinentes.

Tarapoto, 23 de junio de 2025



.....
Psic. Mirian Delgado Bustamante
MAGISTER EN PSICOLOGIA
C.Ps.P. 38414

Psg. Mg. Mirian Delgado Bustamante

C.Ps.P: 3414

DNI N° 73876759

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto: Mirian Delgado Bustamante

Especialidad : Psicología

Instrumento de evaluación : Instrumento sobre Calidad de vida

Autor (s) del instrumento (s): Ruth Noemi Tuesta Alegría

Caroline del Pilar Chicoma Paredes

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.					X
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Calidad de vida				X	
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio: Calidad de vida				X	
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Calidad de vida				X	
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.				X	
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.				X	
PUNTAJE TOTAL						45

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

.....

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

18

Tarapoto 23 de junio de 2025

.....
 Psic. Mirian Delgado Bustamante
 MAGISTER EN PSICOLOGIA
 C.Ps.P. 35414

Sello personal y firma

CONSTANCIA

VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Por la presente se deja constancia de haber revisado los instrumentos de investigación para ser utilizados en la investigación, cuyo título es: "Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025" perteneciente a las autoras Ruth Noemi Tuesta Alegria y Caroline del Pilar Chicoma Paredes, para optar el título profesional de Obstetra de la Universidad Nacional de San Martín.

Dichos instrumentos serán aplicados a una muestra representativa de 146 participantes del proceso de investigación, que se aplicará en la Institución Educativa N° 0773 Barranquita.

Las observaciones realizadas han sido levantadas por el autor, quedando finalmente aprobadas. Por lo tanto, cuenta con la validez y confiabilidad correspondiente considerando las variables del trabajo de investigación.

Se extiende la presente constancia a solicitud del interesado(a) para los fines que considere pertinentes.

Tarapoto, 23 de junio de 2025




Psicóloga. Mg. Eveling Elianna Massiel Vargas

DNI N° 44448903

INFORME DE OPINIÓN SOBRE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA

I. DATOS GENERALES

Apellidos y nombres del experto: Eveling Elianna Massiel Vargas
 Institución donde labora : CEM Bagua
 Especialidad : Psicología
 Instrumento de evaluación : Instrumento sobre Calidad de vida
 Autor (s) del instrumento (s): Ruth Noemi Tuesta Alegria
 Caroline del Pilar Chicoma Paredes

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN

MUY DEFICIENTE (1) DEFICIENTE (2) ACEPTABLE (3) BUENA (4) EXCELENTE (5)

CRITERIOS	INDICADORES	1	2	3	4	5
CLARIDAD	Los ítems están redactados con lenguaje apropiado y libre de ambigüedades acorde con los sujetos muestrales.				X	
OBJETIVIDAD	Las instrucciones y los ítems del instrumento permiten recoger la información objetiva sobre la variable, en todas sus dimensiones en indicadores conceptuales y operacionales.					X
ACTUALIDAD	El instrumento demuestra vigencia acorde con el conocimiento científico, tecnológico, innovación y legal inherente a la variable: Calidad de vida					X
ORGANIZACIÓN	Los ítems del instrumento reflejan organicidad lógica entre la definición operacional y conceptual respecto a la variable, de manera que permiten hacer inferencias en función a las hipótesis, problema y objetivos de la investigación.					X
SUFICIENCIA	Los ítems del instrumento son suficientes en cantidad y calidad acorde con la variable, dimensiones e indicadores.					X
INTENCIONALIDAD	Los ítems del instrumento son coherentes con el tipo de investigación y responden a los objetivos, hipótesis y variable de estudio: Calidad de vida					X
CONSISTENCIA	La información que se recoja a través de los ítems del instrumento, permitirá analizar, describir y explicar la realidad, motivo de la investigación.					X
COHERENCIA	Los ítems del instrumento expresan relación con los indicadores de cada dimensión de la variable: Calidad de vida					X
METODOLOGÍA	La relación entre la técnica y el instrumento propuestos responden al propósito de la investigación, desarrollo tecnológico e innovación.					X
PERTINENCIA	La redacción de los ítems concuerda con la escala valorativa del instrumento.					X
PUNTAJE TOTAL						49

(Nota: Tener en cuenta que el instrumento es válido cuando se tiene un puntaje mínimo de 41 "Excelente"; sin embargo, un puntaje menor al anterior se considera al instrumento no válido ni aplicable)

III. OPINIÓN DE APLICABILIDAD

IV. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

19

Tarapoto 23 de junio de 2025




Ruth Noemi Tuesta Alegría

Procrastinación académica y calidad de vida en estudiantes de la Institución Educativa N° 0773 Barranquita, 2025

 Revisión Repositorio Institucional

Detalles del documento

Identificador de la entrega:

trnoid::3117544348880

Fecha de entrega:

6 ene 2026, 7:56 GMT-5

Fecha de descarga:

6 ene 2026, 8:01 GMT-5

Nombre del archivo:

Informe Final de Tesis (8).pdf

Tamaño del archivo:

1.2 MB

60 páginas

14.630 palabras

87.553 caracteres




22% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 10 palabras)

Fuentes principales

- 19%  Fuentes de Internet
- 4%  Publicaciones
- 14%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

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.