

# UCUENCA

Facultad de Psicología

Carrera de Psicología Clínica

Procrastinación y estrés académico en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray  
Vicente Solano, abril-agosto 2022

Trabajo de titulación previo a la obtención  
del título de Psicólogo Clínico

Autores:

Marithza Elizabeth Fajardo Jara

CI: 0107162653

Correo electrónico: [profe.nena2012@outlook.com](mailto:profe.nena2012@outlook.com)

María Belén Chimbay Caguana

CI: 0107648073

Correo electrónico: [maria.chimbay24@gmail.com](mailto:maria.chimbay24@gmail.com)

Tutora:

Mgt. Gabriela Fernanda Balcázar Betancourth

CI: 1104525967

**Cuenca, Ecuador**

29-septiembre-2022

## RESUMEN

El estrés académico es un proceso que el estudiante lo aprecia como un estado negativo producido por las demandas de su entorno, que resultan ser angustiantes e inquietantes y que ocurren a lo largo del proceso de formación, este puede llegar a impactar grave y directamente en la asistencia escolar. Del mismo modo, la procrastinación académica se considera como una conducta autolimitada que menoscaba el uso del tiempo, aumenta el estrés y produce bajo rendimiento escolar. Al tomar en cuenta los fenómenos señalados, la investigación tiene como objetivo establecer los niveles de procrastinación y estrés académico en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, de la ciudad de Cuenca. El estudio tuvo un enfoque cuantitativo, con un alcance descriptivo, y un diseño no experimental y transversal. Los instrumentos empleados fueron dos: para el estrés académico, el Inventario SISCO con un alfa de Cronbach de .849 y para la procrastinación académica la Escala EPA con una alfa de Cronbach de .562. La muestra fue de 203 estudiantes de Bachillerato, conformada por 69 hombres y 130 mujeres con una edad promedio de 16 años. Los resultados obtenidos en base a los objetivos revelan que las mujeres tienden a presentar altos niveles de procrastinación académica, sin embargo, los hombres se encuentran dentro de un rango similar, por otro lado, se puede señalar que se presentan niveles severos de estrés académico entre las mujeres. Se concluyó que es necesario trabajar en estrategias psicoeducativas con los estudiantes para que adquieran un aprendizaje autónomo que permita disminuir la prevalencia de la procrastinación y estrés académico.

**Palabras claves:** Estrés académico. Procrastinación académica. Adolescentes.

## ABSTRACT

Academic stress is a process that the student assimilates as a negative state produced by the demands of their environment, which are distressing and disturbing and occur throughout the training process, this can seriously and directly impact on school attendance and academic procrastination. Similarly, academic procrastination is considered a self-limiting behavior that undermines the use of time, increases stress and produces poor school performance. Taking into account the present problem, the research aims to establish the levels of procrastination and academic stress in high school students of the Fray Vicente Solano Educational Unit, in the city of Cuenca. The study had a quantitative approach, with a descriptive scope, and a non-experimental and cross-sectional design. Two instruments were used for academic stress, the SISCO Inventory of Academic Stress with a Cronbach's alpha of .849 and for academic procrastination the Academic Procrastination Scale with a Cronbach's alpha of .562. The sample consisted of 203 high school students, made up of 69 men and 130 women with an average age of 16 years. The results obtained based on the objectives reveal that women tend to present high levels of academic procrastination, however, men are within a similar range, on the other hand, it can be noted that there are severe levels of academic stress among women. It was concluded that it is necessary to work on psychoeducational strategies with the students so that they acquire autonomous learning that allows them to reduce the prevalence of procrastination and academic stress.

**Keywords:** Academic stress. Academic procrastination. Adolescents.

## ÍNDICE

RESUMEN.....	2
ABSTRACT .....	3
FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA.....	6
PROCESO METODOLÓGICO.....	18
Participantes.....	18
Operacionalización de las variables.....	19
Instrumentos.....	19
Procedimiento del estudio.....	20
Procesamiento de datos.....	20
Consideraciones éticas.....	21
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS .....	22
CONCLUSIONES .....	29
RECOMENDACIONES Y LIMITACIONES .....	29
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	31

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Características de los participantes .....	18
Tabla 2. Descripción de la procrastinación académica según variable sociodemográfica.....	24
Tabla 3. Estresores predominantes en los estudiantes de Bachillerato.....	25
Tabla 4. Síntomas predominantes en los estudiantes de Bachillerato.....	26
Tabla 5. Estrategias de afrontamiento predominantes en los estudiantes de Bachillerato.....	27

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Niveles de procrastinación y estrés académico según la variable sexo.....	22
---	----

## ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Matriz de Operacionalización de las variables.....	35
---	----

# UCUENCA

Anexo 2. Escala de procrastinación académica.....	41
Anexo 3. Inventario SISCO de estrés académico.....	43
Anexo 4. Consentimiento Informado.....	47
Anexo 5. Asentimiento Informado.....	50

## Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

Yo Marithza Elizabeth Fajardo Jara en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación denominado "Procrastinación y estrés académico en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, abril-agosto 2022", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 29 de septiembre de 2022



---

Marithza Elizabeth Fajardo Jara  
C.I: 0107162653

## Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Yo Marithza Elizabeth Fajardo Jara, autora del trabajo de titulación denominado Procrastinación y estrés académico en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, abril-agosto 2022, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 29 de septiembre de 2022



---

Marithza Elizabeth Fajardo Jara  
C.I: 0107162653

## Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

---

Yo Maria Belen Chimbay Caguana en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación denominado Procrastinación y estrés académico en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, abril-agosto 2022, de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos. Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 29 de septiembre de 2022

---

Maria Belen Chimbay Caguana  
C.I: 0107648073



## Cláusula de Propiedad Intelectual

---

Yo María Belen Chimbay Caguana, autora del trabajo de titulación denominado "Procrastinación y estrés académico en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, abril-agosto 2022", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autora.

Cuenca, 29 de septiembre de 2022



---

María Belen Chimbay Caguana  
C.I: 0107648073

## FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

La procrastinación y el estrés académico son fenómenos presentes en la sociedad, debido a su implicación en las diferentes esferas del desarrollo del ser humano. La investigación sobre la procrastinación tiene lugar aproximadamente en los primeros años de la década de los ochenta del siglo pasado, previo a esta fecha no se elaboraron estudios sistemáticos de este término, puesto que la relacionaban con la vagancia, la pereza o como un ejercicio de inacción (Natividad, 2014). Sin embargo, a partir del siglo XVIII, la procrastinación adquiere un papel importante, puesto que se evidencia que interfiere en el éxito o fracaso de las personas a través del involucramiento de variables afectivas, cognitivas y de comportamiento, lo que genera en el individuo el aplazamiento de sus objetivos (Hsin y Nam, 2005).

Ferrari y Tice (2000) definen a la procrastinación como una conducta que implica retrasar el inicio de una tarea, de tal manera que no se ejecute ningún esfuerzo para mejorar las posibilidades de éxito. Desde el punto de vista de Pala et al. (2011) sostienen que la procrastinación es evitar hacer lo que sabemos que deberíamos estar haciendo, así la diferimos para un momento posterior, que a menudo no es especificado. Angarita (2012) manifiesta que es un principio de dilatación o aplazamiento voluntario ante los compromisos personales pendientes, a pesar de ser conscientes de las consecuencias de hacerlo.

La procrastinación es un comportamiento limitante para aquellas personas que lo padecen, puede deberse a problemas de autorregulación y deficiente planeación del tiempo, por lo tanto, el sujeto que posterga las actividades adopta conductas de evitación, como ejecutar tareas distintas a la principal, a pesar de que la persona sabe qué debe hacer, y esto produce resultados negativos (Guzmán, 2014).

A nivel mundial, la procrastinación se evidencia en diferentes entornos de forma recurrente, sorprendentemente uno de ellos, es el educativo (Garzón y Gil, 2017). En este ámbito adquiere el nombre de procrastinación académica la cual se puede definir como una conducta autolimitada que menoscaba el uso del tiempo, aumenta el estrés y produce bajo rendimiento escolar, en efecto el sujeto planea completar la tarea en un cierto periodo de tiempo, pero no concluye por varias razones, demostrándose que las tareas fueron programadas, pero no ejecutadas (Natividad, 2014).

Desde otra perspectiva, Moreta y Durán (2019) definen a la procrastinación académica como:

Una conducta caracterizada por el aplazamiento o incumplimiento de tareas asignadas por otras personas o incluso propias, lo que genera incomodidad o falta de bienestar personal. Las dimensiones que la constituyen son: (a) la autorregulación académica, que permite que el individuo regule las acciones que ejecuta en los diversos eventos de su proceso de aprendizaje, y (b) la postergación de actividades, que se fundamenta en demorar el desarrollo de las actividades o tareas que deben efectuarse para sustituirlas por otras de su preferencia (p. 240).

Dicha postergación de actividades presente en los estudiantes, según los estudios sobre neurociencia podría estar ligada a la inmadurez del lóbulo frontal, por esta razón se aumenta la vulnerabilidad de fallos en el proceso cognitivo de planificación y formulación de estrategias (Swanson, 1999). Esta zona se encarga de varias funciones, entre las que se destacan:

Controlar los impulsos instintivos, la toma de decisiones, la planificación y anticipación del futuro, el control atencional, la capacidad para realizar varias tareas a la vez, la organización temporal de la conducta y el sentido de la responsabilidad hacia sí mismo y los demás (Damasio, 1994, p. 151).

Dentro de las causas más comunes por las cuales los estudiantes tienden a procrastinar según Steel (2007) serían:

a) las características de la tarea, que explican las causas ambientales que llevan a la persona a favorecer alguna actividad sobre otra, como las recompensas y castigos o la aversión de tareas; b) las diferencias individuales, que contemplan rasgos de personalidad como el neuroticismo, extraversión, autorregulación, etc.; c) los resultados, que se orientan a la utilidad de la actividad, estado anímico y el desempeño de la tarea; y d) los factores sociodemográficos, en los que se señalan tres posibles moderadores: la edad, el género y la época (pp. 67-69).

En relación a las ideas anteriores el fenómeno de la procrastinación desde la Teoría Cognitiva-Conductual sostiene lo siguiente:

Las personas actúan consistentemente a la valoración que hacen de sí mismos, esto guía sus actitudes y emociones, proyectándose en el ambiente que los rodea. Además, se relaciona con niveles inadecuados de autorregulación académica, que es el proceso que permite a los estudiantes activar y mantener pensamientos, conductas y sentimientos orientados a la consecución de sus metas. Los altos procrastinadores muestran una falta de autorregulación a nivel cognitivo, motivacional y conductual frente a los estudiantes autorregulados, los cuales utilizan estrategias de aprendizaje eficaces, monitorizan, evalúan su rendimiento y muestran creencias motivacionales adaptativas. De igual manera, explica que la forma de actuar y sentir es causada por la individualidad cognitiva al interpretar un determinado acontecimiento (Natividad, 2014, p.29).

En contraste con lo anteriormente mencionado, Gil y Serquen (2017) indican que los niveles altos de procrastinación académica se deben en gran medida a la percepción que tenga el estudiante sobre su ambiente escolar, si él lo percibe como positivo y adecuado las conductas procrastinadoras serán mínimas, pero si este lo percibe como algo negativo la incidencia a procrastinar será elevada.

Es por esto que la procrastinación académica puede ocasionar múltiples consecuencias en los estudiantes, entre las que se puede señalar el aumento de los niveles de estrés, el cual incide tanto en la salud física y mental, como en el rendimiento laboral y académico de la persona (Naranjo, 2009). El estrés es considerado como un conjunto de reacciones fisiológicas y psicológicas que experimenta el organismo cuando se lo somete a fuertes demandas (Melgosa, 1995, p. 19). Carmina (2018) manifiesta que el estrés es una respuesta del cuerpo a condiciones externas que alteran el equilibrio emocional del sujeto al producir cambios bioquímicos en el cuerpo, lo que permite al ser humano adaptarse o hacer frente a esa situación desfavorable. Actualmente, se ha convertido en un problema que afecta a las personas, sin distinción de raza, género o condición socioeconómica.

En función de lo planteado, el estrés también se presenta en el ámbito académico como una reacción normal en la que el estudiante se ve enfrentado a las exigencias del entorno educativo (pruebas, trabajos, presentaciones, etc.), no obstante, cuando se presentan demasiadas exigencias al mismo tiempo, el estudiante se ve sobrepasado y su rendimiento podría decaer (Encina et al., 2018).

Cuando el estudiante percibe a su ambiente como estresante, se genera la hiperexcitabilidad del sistema mesolímbico, aunado al todavía limitado desarrollo de la corteza prefrontal, se produce una sobreexcitación de las estructuras subcorticales, que incrementan el comportamiento impulsivo del adolescente. De hecho, en contextos más complejos con alto estrés y activación emocional, bajo la presión de los pares y con escaso tiempo, se requiere una coordinación entre el afecto y la cognición, las cuales se encuentran inmaduras a los dieciséis años (Mercurio, 2018).

Cabe considerar que cuando una situación alarmante persiste, el cortisol continua su efecto catalizador, el cual destruye los tejidos que se encargan de conseguir los aminoácidos necesarios para responder a situaciones de estrés, lo cual produce aspectos negativos para el organismo, entre los que se pueden destacar daños al sistema inmunitario y a las neuronas, en especial las del hipocampo, que se relacionan con las funciones de memoria y aprendizaje (Bermúdez, 2010).

Por otra parte, para el Modelo Sistémico Cognoscitivista las Instituciones Educativas son un contexto con múltiples demandas al cual el estudiante se encuentra expuesto al evaluarlas de manera constante como estresoras o no estresoras. En el momento en el que se determina un estímulo como estresor provoca un desequilibrio sistémico que se manifiesta en la persona mediante una serie de indicadores o síntomas, Barraza (2006) declara que se presentan en tres niveles:

a) nivel físico: insomnio, cansancio, dolor de cabeza, problemas de digestión, morderse las uñas, etc.; b) nivel psicológico: inquietud, tristeza, angustia, problemas de concentración, bloqueo mental, olvidos, etc.; y c) nivel comportamental: conflictos, aislamiento, desgano, absentismo, ingestión de bebidas alcohólicas, etc. Esta aproximación conduce a reconocer tres componentes sistémico-procesales del estrés académico: estímulos estresores (input), síntomas (indicadores del desequilibrio sistémico) y estrategias de afrontamiento (output) (pp.116-117).

Dentro de este contexto deben señalarse las dimensiones que constituyen dicha variable:

(a) Estresores, son estímulos o situaciones que ocasionan estrés en el individuo; (b) síntomas o reacciones, que son aquellas respuestas que se originan en el individuo como consecuencia de un desafío y pueden ser físicas, psicológicas o comportamentales y (c) las estrategias de afrontamiento, que radican en el empleo de estrategias conductuales y

cognitivas que pone en marcha el individuo para enfrentar las exigencias que se le presentan (Silva et al., 2020, pp.3-4).

En relación a las problemáticas expuestas, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) ha señalado que en la etapa formativa de los adolescentes con edades comprendidas entre 10 a 19 años, se tornan más vulnerables a padecer afecciones de tipo mental, tales como ansiedad, estrés y depresión. Se estima que entre el 10 % al 20 % de los jóvenes en el mundo en estas edades, se ven perturbados respecto a su salud mental. Adicionalmente, dicha organización asegura que los problemas de salud mental en los jóvenes impactan grave y directamente en la asistencia escolar y la procrastinación académica.

En México, se llevaron a cabo dos investigaciones, Barraza (2009) elaboró un artículo con los siguientes resultados: los estresores con mayor demanda son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y las evaluaciones de los profesores, mientras que con menor frecuencia se presentan los problemas con el horario de clases y la competencia con los compañeros del grupo. En relación a las estrategias de afrontamiento más utilizadas son: concentrarse en resolver la situación que le preocupa y fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que le preocupa, y con menor frecuencia los elogios así mismo y la religiosidad. Finalmente, en cuanto a los síntomas con mayor predominancia son la inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) y los problemas de concentración, y en menor medida los problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea y el aislamiento de lo demás.

Camarillo et al. (2021) elaboró un estudio en el cual sus resultados arrojaron que los hombres procrastinaban y se autorregulaban académicamente en niveles moderados. Por otra parte, encontró un nivel severo de estrés en las mujeres y en los hombres un nivel moderado de estrés.

En Chile, Jerez y Oyarzo (2015) realizaron un estudio que tuvo como objetivo identificar la presencia de estrés académico, los factores estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento. Los resultados destacan que existe diferencia entre género, ya que el 96,24 % de las mujeres presentan niveles elevados de estrés y los hombres un 88,57 %. Entre los estresores más mencionados por los alumnos fueron las evaluaciones de los profesores y la sobrecarga de tareas y trabajos, en referencia a los síntomas se destacaron la somnolencia y los problemas de concentración, y las estrategias de afrontamiento usadas con mayor frecuencia son: el concentrarse

en resolver la situación que le preocupa, tratar de obtener lo positivo de la situación y la habilidad asertiva.

En Perú, se desarrollaron cuatro investigaciones, Alejos (2017) mostró en sus resultados que los estudiantes presentan niveles moderados de estrés académico, valoran como estresores primordiales, la sobrecarga de tareas y en menor medida los problemas de horario, además se evidencia que la estrategia de afrontamiento relevante es concentrarse en resolver la situación que le preocupa y con menor frecuencia la religiosidad. Y en cuanto a los síntomas que se destacan son la somnolencia, problemas de concentración, el desgano para realizar las labores escolares y en menor medida conflictos, tendencia a polemizar o discutir y problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea.

Espinoza (2018) buscó determinar los niveles de procrastinación académica en estudiantes de 4to y 5to año de secundaria, los resultados revelan que el sexo femenino con un 67,9 % posee un nivel alto de procrastinación académica. Por otra parte, en la dimensión de autorregulación académica, los estudiantes del sexo masculino poseen una alta autorregulación académica y en la dimensión postergación de actividades las estudiantes de sexo femenino poseen un nivel alto de postergación de actividades.

Estrada et al. (2021) se planteó como objetivo determinar los niveles de estrés académico en universitarios según sexo, edad, y años de estudio. La prevalencia del estrés académico se presenta en las mujeres con un 62.2 % que pertenece a niveles altos de estrés académico.

Estrada et al. (2021) analizó la procrastinación académica en estudiantes peruanos de educación superior pedagógica, obtuvo que los hombres procrastinaban en niveles altos con un 42.9 %. Con relación a la dimensión autorregulación académica, se puede observar que los estudiantes presentan un nivel bajo, mientras que en la dimensión postergación de actividades presentan un nivel alto.

A nivel nacional, Quito et al. (2017) desarrollaron su estudio en la ciudad de Cuenca y Chunchi, sus resultados resaltaron que los hombres obtuvieron un 57,9 % en estrés moderado. Además, fueron identificados como estresores relevantes la personalidad, evaluación del docente y la competencia entre compañeros, entre los síntomas más notorios se destacan, aumento o reducción del consumo de alimentos, rascarse o morderse las uñas y problemas de concentración.

En menor medida se presentan la fatiga crónica, dolores de cabeza o migrañas y somnolencia o mayor necesidad de dormir. Y la estrategia de afrontamiento más empleada fue la habilidad asertiva, contrariamente los elogios a sí mismo, la búsqueda de información y la ventilación y confidencias fueron los que se utilizaron en menor frecuencia.

En la ciudad de Ambato, Altamirano y Rodríguez (2021) revelaron en su investigación que al analizar la dimensión postergación de actividades, se observó un predominio del nivel promedio entre las mujeres, mientras que el nivel bajo lo hizo entre los hombres. En la dimensión autorregulación académica, se estableció que la mayoría de los estudiantes se ubicaron en el nivel promedio. Según el sexo, las mujeres se enmarcaron en la categoría moderada.

Es importante señalar que el número de estudios realizados en función de los fenómenos de procrastinación y estrés académico en la población de adolescentes es limitado, a pesar de que en dicha etapa del desarrollo se presenta mayor vulnerabilidad a padecer trastornos mentales. Por lo cual la presente investigación pretende brindar un aporte al conocimiento científico, al dar a conocer que la prevalencia de dichos fenómenos están presentes entre los estudiantes de Bachillerato, lo cual a su vez pretende despertar un cierto grado de interés sobre esta línea de investigación, para que se generen estrategias psicoeducativas para un mejor desenvolvimiento académico.

A raíz de lo expuesto con anterioridad se plantearon las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuáles son los niveles de procrastinación académica y estrés académico en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano según la variable sociodemográfica: sexo?, ¿Cuáles son los niveles de autorregulación académica y postergación de actividades en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano según la variable sociodemográfica: sexo?, y ¿Cuáles son los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento predominantes en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano?.

Las preguntas de investigación fueron asociadas con los objetivos planteados, nuestro objetivo general es establecer los niveles de procrastinación y estrés académico de los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, según la variable sociodemográfica: sexo. En cuanto a nuestros objetivos específicos planteamos: describir la procrastinación



# UCUENCA

académica en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano según la variable sociodemográfica: sexo e identificar los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento predominantes en los estudiantes de Bachillerato.

## PROCESO METODOLÓGICO

La presente investigación cuantificó las variables de estudio por lo cual se enmarca dentro de un enfoque cuantitativo. El alcance del estudio fue descriptivo, puesto que permitió describir los niveles de procrastinación académica y estrés académico en los estudiantes de Bachillerato según el sexo. El diseño de investigación fue no experimental, ya que no se manipuló variables, sino que se llevó a cabo la observación en su contexto natural, y de corte transversal, porque la recolección de datos se realizará en un periodo de tiempo determinado, para describir las variables y analizar su incidencia en un momento único (Hernández et al., 2014).

### Participantes

Se determinó como participantes de la investigación a los estudiantes tanto hombres como mujeres de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, en Cuenca. La población consta de 380 estudiantes de la jornada matutina (10 cursos) y vespertina (6 cursos). Para la selección de la muestra se utilizó un muestreo no probabilístico, por conveniencia, debido a que las autoridades de la institución no permitieron elegir a determinados estudiantes, sino a aquellos que quisieran participar de manera voluntaria con la firma del consentimiento (Anexo 4) y asentimiento (Anexo 5). Después del proceso de recolección de los documentos mencionados se contó con 203 estudiantes de Bachillerato que conformaron la muestra final.

Para este estudio participaron todos aquellos estudiantes que cumplieran con los criterios de inclusión: ser estudiantes matriculados en Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano. Y los criterios de exclusión fueron estudiantes que no presenten los consentimientos y asentimientos firmados.

La tabla 1 a continuación, corresponde a la muestra total de participantes tomando en cuenta el sexo, se contó con 69 hombres y 130 mujeres.

**Tabla 1**

*Características de los participantes*

Variables sociodemográficas		n	%
Sexo	Hombre	69	34.7
	Mujer	130	65.3

## Operacionalización de las variables

La tabla de Operacionalización de variable se muestra en el anexo 1.

### Instrumentos

Para la medición de la procrastinación académica se utilizó la Escala de procrastinación Académica (EPA) de Busko 1998, traducida y adaptada por Óscar Álvarez y validada por (Chávez, 2019), su objetivo es evaluar el nivel de procrastinación académica en adolescentes. Este cuestionario está conformado por 16 ítems con preguntas cerradas las cuales se miden mediante una escala de tipo Likert cuyas opciones de respuesta son: *siempre* = 5, *casi siempre* = 4, *a veces* = 3, *casi nunca* = 2, *nunca* = 1, ello permitirá determinar con fiabilidad la tendencia a la procrastinación académica de acuerdo con dos dimensiones: autorregulación académica con 12 ítems (2, 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16) y postergación de actividades con 4 ítems (1, 4, 8, 9). Para obtener los niveles de procrastinación se suman los ítems de cada dimensión, luego se obtiene la media de la sumatoria de cada dimensión, esto corresponde al nivel de procrastinación académica, para determinar si pertenece a un nivel bajo, moderado o alto, se realizan los puntos de corte: el número total de ítems (16) multiplicado por el máximo de la escala de Likert (5) y el resultado (80) se suma al número de ítems (96) y se divide para dos (48), es decir, nivel bajo (16-47), nivel moderado (48) y nivel alto (49-96).

La confiabilidad del instrumento de acuerdo con cada dimensión se evaluó a través del alfa de Cronbach, que alcanzó un indicador de .82 en la escala general, en la investigación presente el alfa de Cronbach de la escala en general fue de .562.

El instrumento EPA se encuentra en el Anexo 2.

Por otro lado, para la medición del estrés académico se empleó el cuestionario denominado Inventario SISCO de estrés académico, el cual fue elaborado por Arturo Barraza Macías en el 2007 con el fin de evaluar el nivel de estrés académico que poseen los estudiantes de Bachillerato. El cuestionario está conformado por 31 ítems organizados de la siguiente manera: un ítem de prueba o filtro, en términos dicotómicos (sí-no), un ítem en escala tipo Likert de cinco valores numéricos donde 1 es poco y 5 es mucho, los cuales ayudan a conocer el nivel autopercebido de estrés académico por el estudiante (Torres, 2018). Sumado a lo anterior, contiene tres dimensiones:

estresores, conformado por 8 ítems de cinco valores basados en la escala de Likert (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) que ayudan a conocer la continuidad en que los requerimientos del entorno son apreciados como estímulos estresores; síntomas que contiene 15 ítems de cinco valores basados en la escala de Likert (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) que ayudan a identificar la frecuencia en la que se manifiestan los síntomas o reacciones al estresor, y estrategias de afrontamiento que está formada de 6 ítems (nunca, rara vez, algunas veces, casi siempre y siempre) que ayudan a identificar las estrategias de afrontamiento empleadas por los estudiantes (Torres, 2018). Para la interpretación de los resultados se utilizó el Baremo elaborado por Barraza, 2007.

El instrumento logró un índice de confiabilidad, con un Alfa de Cronbach de .90. En cuanto a sus dimensiones, se evidenciaron valores referentes de .85 para estresores, .91 para síntomas y .69 para estrategias de afrontamiento. En el presente estudio se obtuvo un alfa de Cronbach de .849 en la escala general.

El instrumento SISCO se encuentra en el Anexo 3.

## **Procedimiento del estudio**

Para la recolección de datos se contó con la autorización del rector de la institución. Posteriormente, se obtuvo la aprobación por parte del Comité de Bioética (COBIAS) para proceder con la recolección de datos. Después de ello, se organizó conjuntamente con el rector horarios en lo que se pudieron entregar y recolectar de manera presencial los asentimientos a los estudiantes de primero a tercero de Bachillerato de la jornada matutina y vespertina. Cabe mencionar que los consentimientos fueron enviados a los representantes de los estudiantes y se retiraron al día siguiente. Una vez que se contó con la autorización, se procedió a aplicar los instrumentos a los estudiantes pertenecientes a la muestra obtenida para que respondan a las interrogantes de acuerdo con su experiencia personal de manera confidencial y libre.

## **Procesamiento de datos**

Después de aplicar los instrumentos se procedió a la tabulación de datos recogidos a Excel, y después se procedió a utilizar el paquete de SPSS V.22, los estadísticos descriptivos necesarios para analizar los datos obtenidos fueron: medidas de tendencia central (media) y medidas de

dispersión (desviación estándar), lo cual permitió realizar el análisis pertinente para cumplir con los objetivos planteados. Los resultados obtenidos se presentaron mediante gráficos y tablas.

## **Consideraciones éticas**

La presente investigación se basó en los principios éticos establecidos por la Asociación Americana de Psicología (APA, 2017), con el cual se garantizó los siguientes principios generales: principio C: integridad, procuramos la veracidad, honestidad y exactitud a lo largo de la investigación; principio D: justicia, reconocimos la imparcialidad e igualdad; principio E: respeto a los derechos y la dignidad de las personas. Se garantizó mantener la privacidad, confidencialidad y la participación voluntaria por medio de la firma del asentimiento informado, cabe mencionar que no se solicitaron datos personales como la cédula de los participantes, lo cual mantuvo en anonimato las respuestas obtenidas en los instrumentos aplicados. La información fue empleada únicamente con fines académicos e investigativos, posteriormente los resultados serán socializados con las autoridades pertinentes y DECE de la institución educativa.

La presente investigación declara las siguientes posiciones de las autoras, para evitar conflictos de interés una vez concluido el estudio. No se podrá utilizar la base de datos por una autora sin el consentimiento de la otra, ni para presentación en eventos, ni para publicación. Además, se expresan los consentimientos de ambas en las dos cláusulas que se plasmarán al inicio del documento final del Trabajo de Titulación II, una vez sustentado, en relación con la licencia y autorización para la publicación del trabajo de investigación en el repositorio institucional y, la de propiedad intelectual, donde se manifiesta que todas las ideas, opiniones y contenidos son de exclusiva responsabilidad de las autoras.

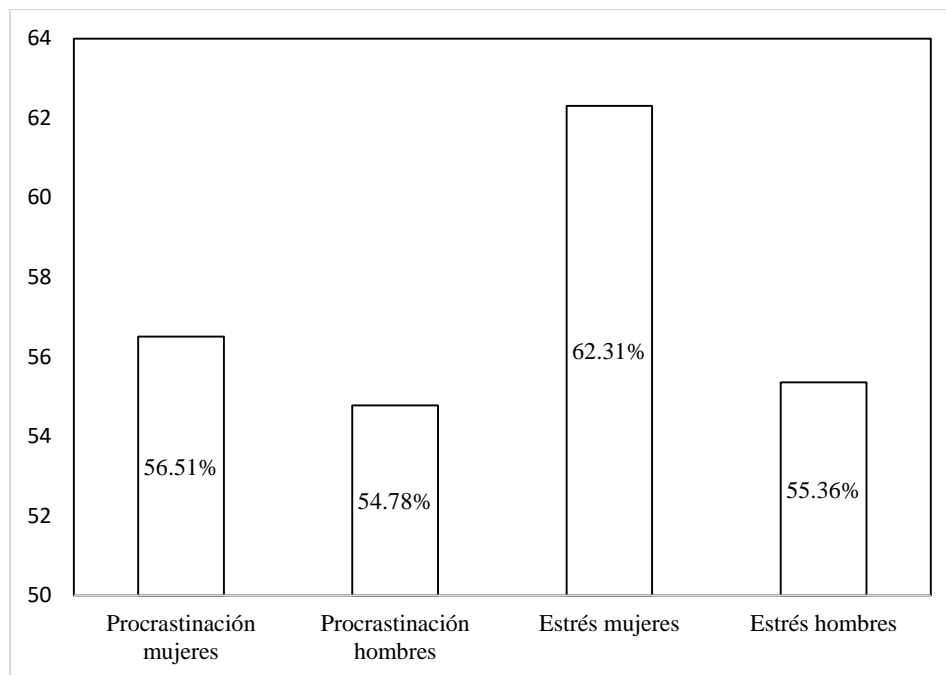
## PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

Los resultados obtenidos se presentaron en función a los objetivos planteados para esta investigación.

**Establecer los niveles de procrastinación y estrés académico de los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, según la variable sociodemográfica: sexo.**

**Figura 1**

*Niveles de procrastinación y estrés académico según la variable sexo*



*Nota.* La figura muestra los niveles de procrastinación y estrés académico de los estudiantes pertenecientes a la muestra en el año 2022. Fuente: Fajardo y Chimbay (2022).

En la figura 1 se presentan los niveles de procrastinación y estrés académico. En referencia al estrés académico las mujeres exhibieron un 56.51 % que pertenece a un nivel alto de procrastinación académica, sin embargo, se debe tomar en consideración que los hombres se encuentran dentro de un rango similar (54.78 %). Los resultados obtenidos concuerdan con la investigación de Espinoza (2018), quien determina que las mujeres presentan un nivel alto de

procrastinación académica con un 67.9 %. Por otro lado, los hombres también tienden a procrastinar en niveles de moderado a alto según las investigaciones de Cevallos (2019); Camarillo et al. (2021) y Estrada et al. (2021).

Los niveles altos de procrastinación académica según Gil y Serquen (2017) se podría deber en gran medida a la percepción que tenga el estudiante sobre su ambiente escolar, si él lo percibe como positivo y adecuado las conductas procrastinadoras serán mínimas, pero si este lo percibe como algo negativo la incidencia a procrastinar será elevada. Por otro lado, desde la perspectiva de la Teoría Cognitiva-Conductual plantea que la procrastinación podría darse por la valoración que las personas hacen de sí mismas ya que esta guía sus actitudes y emociones, proyectándose en el ambiente que los rodea.

Por otro lado, en cuanto a los niveles de estrés académico, las mujeres mostraron un 62.31 %, que pertenece a un nivel severo de estrés académico. Estos datos convergen por los resultados obtenidos en las siguientes investigaciones, Estrada et al. (2021) en su investigación realizada con estudiantes universitarios peruanos determinan que las mujeres presentan niveles altos de estrés académico (62.2 %); Jerez y Oyarzo (2015) en su estudio elaborado con estudiantes universitarios chilenos destacan que las mujeres presentan niveles de estrés elevados con un 96.24 %; Camarillo et al. (2021) en su artículo llevado a cabo con estudiantes universitarios mexicanos exhibe que las mujeres muestran un nivel severo de estrés, y Espinoza (2018) en su trabajo realizado con los estudiantes de 4to y 5to año de secundaria, señala que las mujeres posee un nivel alto de procrastinación académica (67,9 %).

No obstante, Quito et al. (2017) en su investigación ejecutada con estudiantes de unidades particulares de Cuenca y Chimborazo resalta que los hombres poseen estrés académico moderado con un 57.9 %.

Según Barraza (2006), desde el Modelo Sistémico Cognoscitivista refiere que las Instituciones Educativas son un contexto con múltiples demandas al cual el estudiante se encuentra expuesto a evaluarlas de manera constante como estresoras o no estresoras, en el momento en el que se determina un estímulo como estresor provoca un desequilibrio sistémico, puesto que se presentan demasiadas exigencias al mismo tiempo y el estudiante se ve sobrepasado, por lo que se genera estrés académico.

## Describir la procrastinación académica en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano según la variable sociodemográfica: sexo.

**Tabla 2**

*Descripción de la procrastinación académica según el sexo*

Variable sociodemográfica		Autorregulación académica		Postergación de actividades	
		$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S
Sexo	Mujer	<b>43.62</b>	5.35	<b>12.89</b>	2.82
	Hombre	<i>42.45</i>	5.74	<i>12.33</i>	3.26

*Nota.* Se destaca con negrita la media más alta y con cursiva las medias más bajas,  $\bar{x}$ = media y S= desviación estándar. Fuente: Fajardo y Chimbay (2022).

En la tabla 2 se presenta la descripción de la procrastinación académica, dentro de la dimensión de autorregulación académica, las mujeres presentaron un 43.62 % que corresponde a un nivel alto de autorregulación académica. Cabe señalar que las mujeres puntúan un poco más alto que los hombres. Dichos resultados son similares a los obtenidos por Espinoza (2018) quien determina que el sexo masculino posee una alta autorregulación académica con un 62,5 %. Caso contrario sucede con los resultados obtenidos en los estudios de Camarillo et al. (2021) los cuales establecen que los hombres se regulan académicamente en niveles moderados, de la misma forma, Altamirano y Rodríguez (2021) señalan que las mujeres se enmarcaron en la categoría moderada en autorregulación académica.

Por otro lado, en la dimensión de postergación de actividades, se evidencia que las mujeres con un 12.89 % manifiestan una postergación moderada, mientras que los hombres se encuentran en un rango similar con un 12.33 %. Estos datos convergen con los determinados por Altamirano y Rodríguez (2021) los cuales indican que las mujeres se situaron en niveles moderados de postergación de actividades. No obstante, se diverge con Espinoza (2018) quien indica que las estudiantes de sexo femenino poseen un nivel alto de postergación de actividades.



## Identificar los estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento predominantes en los estudiantes de Bachillerato.

**Tabla 3**

*Estresores predominantes en los estudiantes de Bachillerato*

Estresores	$\bar{x}$	S
<i>La competencia con los compañeros de grupo</i>	2.18	1.094
<b>Sobrecarga de tareas y trabajos escolares</b>	<b>3.55</b>	1.044
La personalidad y el carácter del profesor	2.91	1.140
Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)	3.54	1.122
El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)	3.34	1.134
No entender los temas que se abordan en la clase	3.16	1.147
Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)	3.03	1.299
Tiempo limitado para hacer el trabajo	3.40	1.141
Otro	.15	.356

*Nota.* Se destaca con negrita la media más alta y con cursiva las medias más bajas,  $\bar{x}$  = media y S= desviación estándar. Fuente: Fajardo y Chimbay (2022).

En la tabla 3 se reflejan los estresores, donde, el estresor predominante entre los estudiantes de Bachillerato es la sobrecarga de tareas y trabajos escolares con un 3.55 %. Los resultados obtenidos se compaginan con la investigación de Barraza (2009) quien establece que los estresores con mayor demanda son la sobrecarga de tareas y trabajos escolares y las evaluaciones de los profesores. Asimismo, Alejos (2017) señala que los estudiantes valoran como estresores primordiales, a la sobrecarga de tareas y los problemas de horario, y Jerez y Oyarzo (2015) obtuvieron que entre los estresores más mencionados por los alumnos fueron las evaluaciones de los profesores y la sobrecarga de tareas y trabajos

Caso contrario sucede con la investigación realizada por Quito et al. (2017) donde se identificó como estresores relevantes la personalidad, evaluación del docente y la competencia entre compañeros.

En referencia al estresor con menor relevancia destaca la competencia con los compañeros de grupo con un 2.18 %. Dicho resultado se contrasta con Barraza (2009) el cual determinó que los estresores con menor frecuencia son los problemas con el horario de clases y la competencia con los compañeros de grupo y Alejos (2017) exhibió que el estresor presente en menor medida es la competencia con los compañeros.

**Tabla 4**

*Síntomas predominantes en los estudiantes de Bachillerato*

Síntomas	$\bar{x}$	S
Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)	2.81	1.307
Fatiga crónica (cansancio permanente)	2.87	1.261
Dolores de cabeza o migrañas	2.86	1.286
<i>Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea</i>	<i>1.98</i>	<i>1.156</i>
Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.	3.16	1.444
<b>Somnolencia o mayor necesidad de dormir</b>	<b>3.32</b>	1.346
Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)	3.14	1.183
Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)	3.20	1.384
Ansiedad, angustia o desesperación.	3.18	1.386
<b>Problemas de concentración</b>	<b>3.21</b>	1.227
Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad	2.57	1.414
<i>Conflictos o tendencia a polemizar o discutir</i>	<i>2.14</i>	<i>1.139</i>
Aislamiento de los demás	2.50	1.256
Desgano para realizar las labores escolares	2.61	1.149
Aumento o reducción del consumo de alimentos	2.92	1.403

*Nota.* Se destaca con negrita la media más alta y con cursiva las medias más bajas,  $\bar{x}$  = media y S= desviación estándar. Fuente: Fajardo y Chimbay (2022).

En la tabla 4 se presenta la sintomatología física, psicológica y comportamental del estrés académico, en función del síntoma predominante entre los estudiantes de Bachillerato, se destacan: la somnolencia o mayor necesidad de dormir con un 3.32 % y los problemas de concentración con 3.21 %. Los resultados obtenidos se contrastan con los estudios de Jerez y Oyarzo (2015) y Alejos (2017) quienes determinan que los síntomas que se presentan con mayor frecuencia en su investigación son la somnolencia y los problemas de concentración. Así mismo, Barraza (2009) refiere que entre los síntomas predominantes se encuentran la inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo) y los problemas de concentración.

Por otro lado, se difiere con el estudio de Quito et al. (2017) quienes señalan que entre los síntomas más notorios se destacan, el aumento o reducción del consumo de alimentos, rascarse o morderse las uñas y problemas de concentración.

Mientras que la sintomatología que se presenta en menor frecuencia son los problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea con 1.98 % y los conflictos o tendencia a polemizar o discutir con 2.14 %. Estos datos concuerdan con lo establecido por Barraza (2009) el cual indicó que entre la sintomatología con menor frecuencia son los problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea y el aislamiento de lo demás. De la misma manera, Alejos (2017) mostró que en menor medida se presentan los conflictos o tendencia a polemizar o discutir y problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea. En cambio, se diverge con Quito et al. (2017) el cual manifestó que en menor medida se presenta la fatiga crónica, dolores de cabeza o migrañas y somnolencia o mayor necesidad de dormir.

**Tabla 5**

*Estrategias de afrontamiento predominantes en los estudiantes de Bachillerato*

Estrategias de Afrontamiento	$\bar{x}$	S
<b>Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)</b>	<b>3.14</b>	1.357
Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas	2.98	1.074
Elogios a sí mismo	2.59	1.284
<i>La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)</i>	2.37	1.300

Búsqueda de información sobre la situación	2.86	1.203
Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)	2.56	1.206

---

*Nota.* Se destaca con negrita la media más alta y con cursiva las medias más bajas,  $\bar{x}$  = media y S= desviación estándar. Fuente: Fajardo y Chimbay (2022).

En la tabla 5 se presentan las estrategias de afrontamiento, la predominante entre los estudiantes de Bachillerato con un 3.14 % es la habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros). Quito et al. (2017) converge con los datos obtenidos, ya que determina que la estrategia de afrontamiento más empleada en su estudio fue la habilidad asertiva. Del mismo modo, Jerez y Oyarzo (2015) indican que las estrategias de afrontamiento usadas con mayor frecuencia son: el concentrarse en resolver la situación que le preocupa, tratar de obtener lo positivo de la situación y la habilidad asertiva.

Por otra parte, discrepa con la investigación de Barraza (2009) el cual plantea que las estrategias de afrontamiento más utilizadas son concentrarse en resolver la situación que le preocupa y fijarse o tratar de obtener lo positivo de la situación que le preocupa. De la misma forma, Alejos (2017) evidencia que la estrategia de afrontamiento más resaltante es concentrarse en resolver la situación que le preocupa.

Mientras que, la religiosidad con un 2.37 % es la estrategia de afrontamiento menos usada, dicho dato concuerda con los resultados de Alejos (2017). Además, Barraza (2009) refiere que entre las estrategias de afrontamiento que se utilizan con menor frecuencia son: los elogios así mismo y la religiosidad. A diferencia, Quito et al. (2017) establece que entre las estrategias de afrontamiento presentes con menor frecuencia se encuentran, los elogios a sí mismo, la búsqueda de información, ventilación y confidencias.

## CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos en la presente investigación y el análisis respectivo de los mismos, se puede concluir que, con base a nuestro objetivo general que buscó determinar los niveles de procrastinación y estrés académico en los estudiantes de Bachillerato, se evidenció entre los participantes la prevalencia de niveles altos en procrastinación académica, sin embargo, las puntuaciones obtenidas tienen poca diferencia con los hombres, por lo cual en dicho fenómeno la variable sociodemográfica sexo, no incidiría en la aparición de la procrastinación. Por otro lado, en referencia al estrés académico los niveles son severos sobre todo en las mujeres.

En cuanto a nuestro primer objetivo específico que responde a describir la procrastinación académica según la variable sociodemográfica sexo. Se concluyó que las mujeres y los hombres presentan una autorregulación académica alta dentro de un mismo rango. Así mismo, presentan una postergación de actividades moderada similar.

En referencia a nuestro segundo objetivo específico hace alusión a identificar aquellos estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento predominantes entre los estudiantes de Bachillerato, se encontró que su estresor principal es la sobrecarga de tareas y trabajos escolares, tal y como lo refiere la literatura. Por otro lado, la sintomatología más frecuente es la somnolencia o mayor necesidad de dormir y los problemas de concentración, y la estrategia de afrontamiento más utilizada es la habilidad asertiva. Tras ello, se puede mencionar que los estudiantes de la presente investigación a pesar de presentar estresores y que esto afecte su organismo, poseen una estrategia de afrontamiento que los ayuda a sobrellevar situaciones de estrés académico.

Finalmente, cabe indicar que la presente investigación sirvió para dar énfasis en la importancia de tomar en consideración a la población adolescente, ya que como se puede evidenciar existe la prevalencia de dichos fenómenos en esta etapa del desarrollo, en la cual a más de los múltiples cambios constantes, su entorno escolar también es un factor determinante para que afecte a su salud mental y se dé la aparición de trastornos mentales, lo que afectará a corto o largo plazo a la asistencia escolar y rendimiento académico de los estudiantes.

## RECOMENDACIONES Y LIMITACIONES

Se recomienda continuar con la línea de investigación, debido a que existen limitaciones en cuanto a la búsqueda de estudios con la población de adolescentes, a más de las afecciones que provoca la segregación continua de cortisol, ya que destruye los tejidos que se encargan de conseguir los aminoácidos necesarios para responder a situaciones de estrés, esto produce aspectos negativos para el organismo, entre los que se pueden destacar daños al sistema inmunitario y a las neuronas, en especial a aquellas que se relacionan con las funciones de memoria y aprendizaje, por ello se invita a los investigadores a aplicar el estudio en diversas instituciones educativas de nuestra localidad, en las cuales se podría realizar investigaciones que amplíen las variables sociodemográficas y con poblaciones más representativas, para profundizar sobre los fenómenos de procrastinación académica y estrés académico.

Para futuras investigaciones se podría abordar la relación de la procrastinación con la percepción del contexto escolar y la percepción de sí mismos, ya que desde la teoría se evidencia que estos influyen para que exista la prevalencia de procrastinación académica entre los estudiantes. Además, investigar la relación entre la autorregulación académica y la postergación de actividades, debido a que en el estudio presente se evidenció que, a pesar de existir una alta autorregulación académica, se postergaba en niveles moderados, lo que a su vez generaba altos niveles de procrastinación.

El Departamento de Consejería Estudiantil (DECE) debería implementar estrategias psicoeducativas (proyectos, campañas, talleres psicoeducativos, etc.) para mejorar y garantizar el bienestar de la población estudiantil, en pro de la salud mental, por medio de la cual se pretende que obtengan estrategias de un correcto manejo y afrontamiento ante situaciones de estrés académico, además de adquirir habilidades para un aprendizaje autónomo. Cabe considerar que los docentes con el objetivo de cumplir con su rol de educador, pueden omitir el hecho de actuar en favor al bienestar del estudiante, esto puede provocar que existan dificultades en el rendimiento académico de sus educandos, por lo cual se recomienda realizar talleres de concientización para los docentes de la Unidad Educativa.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alejos, R. (2017). Estrés académico en estudiantes de secundaria en una Institución Educativa Privada de San Juan de Lurigancho, 2017. [Tesis de Pregrado. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú.]
- Altamirano, y Rodríguez, M. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Rev. Eug. Esp.*, 15(3), 16-28.  
[http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2661-67422021000300016&lng=e](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2661-67422021000300016&lng=e).
- Angarita, L. (2012). Aproximación a un concepto actualizado de la procrastinación. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, 5(2), 85–94.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4905094.pdf%5Cn>
- American Psychological Association. (2017). American Psychological Association. Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. *American Psychologist*, 57(12), 1–20.
- Barraza, A. (2006). Un modelo conceptual para el estudio del estrés académico. *Psicología Científica.com*. <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologiapdf-167-un-modelo-conceptual-para-el-estudio-del-estres-academico.pdf>
- Barraza Macías, A. (2009). Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. *Psicogente*, 12(22), 272–283.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3265008>
- Bermúdez, J. (2010). *La evolución del Talento*. Barcelona: Debate.
- Camarillo, J. et al. (2021). Procrastinación y estrés académico en universitarios de educación en línea. *PsicoEducativa: Reflexiones Y Propuestas*, 7(14), 28–41.  
<https://psicoeducativa.iztacala.unam.mx/revista/index.php/rpsicoedu/article/view/136>
- Carmiña, C. (2018). Estrés crónico: ejemplo de interacción entre sistemas nervioso, inmunológico y endocrino: Estrés crónico: ejemplo de interacción entre los sistemas nervioso, inmunológico y endocrino. *Revista CON-CIENCIA*, 6 (2), 97-110.  
[http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2310-02652018000200010&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652018000200010&lng=es&tlng=es)

- Cevallos, E. (2019). *Relación entre la edad, año escolar y procrastinación académica en una muestra de adolescentes de una institución educativa en la Ciudad de Salcedo*. [Tesis de pregrado. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ecuador.]
- Damasio, A. *Descartes Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*. New York: Avon Books, 1994.
- Encina, R. E., Meza, L. B., y Auchter, M. (2018). Estrés Académico percibido por estudiantes que finalizan el primer año de Licenciatura en Enfermería de la UNNE. *Notas De Enfermería*, 18(32). <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/notasenf/article/view/22744>
- Espinoza, O. (2018). *Procrastinación Académica en estudiantes de 4to y 5to de secundaria del colegio Ingenieros Uni Sede La Molina, 2018*. [Tesis de pregrado. Universidad Inca Garcilaso de la Vega, Perú]
- Estrada, E., Gallegos, N., y Huaypar, K. (2021). Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación superior pedagógica Academic procrastination in peruvian students of pedagogical higher education. *Universidad Estatal Peninsulade Santa Elena*, VIII(2), 57–65.
- Estrada, E. et al. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del Covid 19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapeutica*, 40(1), 88–93. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Ferrari, J. R., y Tice, D. M. (2000). Procrastination as a self-handicap for men and women: A task-avoidance strategy in a laboratory setting. *Journal of Research in Personality*, 34(1), 73–83. <https://doi.org/10.1006/jrpe.1999.2261>
- Garzón, U., y Gil, F. (2017). *El papel de la procrastinación como factor de la deserción universitaria*. [http://dx.doi.org/10.5209/rev\\_RC ED.2017.v28.n1.49682](http://dx.doi.org/10.5209/rev_RC ED.2017.v28.n1.49682)
- Gil, M., y Serquen, V. (2017). *Procrastinación y clima social escolar en estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Estatal*. [Tesis de licenciatura. Universidad Señor de Sipán, Perú.]
- Guzmán, D. (2014). *Procrastinación: una mirada clínica*. Barcelona, España: Universidad de Barcelona.



- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). México, Interamericana editores.  
<https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Hsin, A. y Nam, J. (2005). Rethinking Procrastination: Positive effects of active procrastination behavior on attitudes and performance. *The Journal of Social Psychology*, 3, 245-264.
- Jerez, M y Oyarzo, B. (2015). Estrés académico en estudiantes del Departamento de Salud de la Universidad de Los Lagos Osorno. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 53(3), 149-157.  
<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272015000300002>
- Melgosa, J. (1995). *Nuevo estilo de vida. ¡Sin estrés!* Madrid: Safeliz.
- Mercurio, E., García, E. y Morales, L. (2018). Psicopatología forense y neurociencias: *Aportaciones al sistema de justicia para adolescentes*. *Boletín mexicano de derecho comparado*, 51(153), 931-971. *Psicopatología forense y neurociencias: Aportaciones al sistema de justicia para adolescentes* (scielo.org.mx)
- Ministerio de Educación del Ecuador. (2020). *Informe narrativo de rendición de cuentas 2019*.  
<https://bit.ly/3LJUKfS>
- Milgram, N. A., Sroloff, B., & Rosenbaum, M. (1988). The procrastination of everyday life. *Journal of Research in Personality*, 22(2), 197–212. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(88\)90015-3](https://doi.org/10.1016/0092-6566(88)90015-3)
- Moreta, R., y Durán, T. (2019). Propiedades psicométricas de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) en estudiantes de psicología de Ambato, Ecuador. *Salud y sociedad*, 9(3), 236-249. [10.22199/S07187475.2018.0003.00003](https://doi.org/10.22199/S07187475.2018.0003.00003)
- Naranjo, M. (2009). Una revisión teórica sobre el estrés y algunos aspectos relevantes de éste en el ámbito educativo. *Revista Educación*, 33 (2) ,171-190.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44012058011>
- Natividad, L. (2014). *Análisis de la procrastinación en estudiantes universitarios*. [Tesis Doctoral. Universidad de Valencia, Argentina.]
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). *Organización Mundial de la Salud*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

- Pala, A., Akyildiz, M., y Bağci, C. (2011). Academic procrastination behavior of pre-service teachers' of Celal Bayar University. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 29, 1418–1425. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.11.381>
- Quito, J., Tamayo, M., Buñay, D.y Neira, O. (2017). Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20(3), 253-276.<https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=77981>
- Silva, M., López, J.y Meza, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. (U. A. Aguascalientes, Ed.) *Investigación y ciencia*, 38(79), 75-83. <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>
- Steel, P. (2007). The Nature of Procrastination: A meta-Analytic and Theoretical Review of Quintessential Self-Regulatory Failure. *Psychological Bulletin*, 133, 65-94.
- Swanson, H. L. (1999). What develops in working memory? A life span perspective. *Developmental Psychology*, 35, 986.
- Torres, A. (2018). *Inventario SISCO de estrés académico: evidencias psicométricas en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de tres instituciones educativas públicas- Independencia, 2018*. [Tesis de grado. Perú: Universidad César Vallejo]

## ANEXOS

### Anexo 1. Matriz de Operacionalización de las variables

Variable	Definición	Dimensión	Indicador	Escala	Tipo de escala
Edad	Indicador del estado real del cuerpo.	Adolescente	Señala el estado real del cuerpo.		
Sexo	Característica biológica y fisiológica que define a varones y mujeres	Hombre Mujer	Señala el sexo al que pertenece el participante.	1= Masculino 2= Femenino	Tipo nominal
Nivel de Bachillerato	Constituye el tercer nivel de educación escolarizada que continúa y complementa las destrezas desarrolladas en los tres subniveles de Educación General Básica	Primero de Bachillerato Segundo de Bachillerato Tercero de Bachillerato	Señala el curso en el que se encuentra el participante.	1= primero de Bachillerato 2= segundo de Bachillerato 3= tercero de Bachillerato	Tipo nominal

Estrés académico	Estado negativo producido en el estudiante como reacción a las demandas de su entorno que resultan ser angustiantes e inquietantes y que ocurren a lo largo del proceso de formación lo que implica descontrol para afrontarlas (Silva et al., 2020)	Niveles de estrés	Señala tu nivel de preocupación o nerviosismo	Estilo de tipo Likert (del 1 a 5 donde uno es poco y cinco mucho)	Tipo ordinal
		Frecuencia de demandas del entorno que son valoradas como estímulos estresores	<p>La competencia con los compañeros del grupo</p> <p>Sobrecarga de tareas y trabajos escolares</p> <p>La personalidad y el carácter del profesor</p> <p>Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)</p> <p>Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)</p> <p>No entender los temas que se abordan en la clase</p> <p>Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)</p>	En una escala de tipo Likert de cinco valores categoriales, del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre.	Tipo ordinal
		Frecuencia con que se presentan los síntomas o	<b>Reacciones físicas</b>	En una escala de tipo Likert de cinco valores	Tipo ordinal

		reacciones al estímulo estresor	<p>Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)</p> <p>Fatiga crónica (cansancio permanente)</p> <p>Dolores de cabeza o migrañas</p> <p>Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea</p> <p>Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.</p> <p>Somnolencia o mayor necesidad de dormir</p> <p><b>Reacciones psicológicas</b></p> <p>Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)</p> <p>Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)</p> <p>Ansiedad, angustia o desesperación.</p> <p>Problemas de concentración</p> <p>Sentimiento de agresividad o</p>	<p>categoriales, del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre.</p>	
--	--	---------------------------------	--	--	--

			<p>aumento de irritabilidad</p> <p>Reacciones comportamentales</p> <p>Conflictos o tendencia a polemizar o discutir</p> <p>Aislamiento de los demás</p> <p>Desgano para realizar las labores escolares</p> <p>Aumento o reducción del consumo de alimentos</p>		
		Frecuencia del uso de las estrategias de afrontamientos	<p>Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)</p> <p>Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas</p> <p>Elogios a sí mismo</p> <p>La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)</p> <p>Búsqueda de información sobre la situación Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)</p>	En una escala de tipo Likert de cinco valores categoriales, del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre.	Tipo ordinal

<p>Procrastinación académica</p>	<p>Conducta caracterizada por el aplazamiento o incumplimiento de tareas asignadas por otras personas o incluso propias, genera incomodidad o falta de bienestar personal (Moreta y Durán, 2019).</p>	<p>Autorregulación académica</p>	<p>Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.</p> <p>Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior.</p> <p>Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.</p> <p>Asisto regularmente a clases.</p> <p>Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.</p> <p>Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.</p> <p>Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.</p> <p>Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.</p> <p>Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.</p> <p>Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas. Raramente dejo para</p>	<p>Escala de Likert 1.- Nunca (no me ocurre nunca); 2.- Casi Nunca (me ocurre pocas veces o casi nunca); 3.- A veces (me ocurre alguna vez); 4.- Casi Siempre (me ocurre mucho); 5.- Siempre (me ocurre siempre)</p>	<p>Tipo ordinal</p>
----------------------------------	---	----------------------------------	--	--	---------------------

# UCUENCA

			<p>mañana lo que puedo hacer hoy.</p> <p>Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.</p>		
		Postergación de actividades.	<p>Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto</p> <p>Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase.</p> <p>Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.</p> <p>Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.</p>		



## Anexo 2. Escala de procrastinación académica

Sexo:

Edad:

Nivel de Bachillerato:

S	Siempre (Me ocurre siempre)
CS	Casi siempre (Me ocurre mucho)
A	A veces (Me ocurre alguna vez)
CN	Pocas veces (Me ocurre pocas veces o casi nunca)
N	Nunca (No me ocurre nunca)

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

# UCUENCA

10.	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
11.	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12.	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio.					
13.	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14.	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					
15.	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy.					
16.	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para completar una tarea.					

## Anexo 3. Inventario SISCO de estrés académico

Por favor conteste sinceramente.

1.- Durante el transcurso de este quimestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

Sí

No

*En caso de seleccionar la alternativa “no”, el cuestionario se da por concluido, en caso de seleccionar la alternativa “sí”, continúe.*

2. Señale del 1 al 5 señala tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1 (poco)	2	3	4	5 (mucho)

3.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

<b>Estresores</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
3.1 La competencia con los compañeros del grupo					
3.2 Sobrecarga de tareas y trabajos escolares					
3.3 La personalidad y el carácter del profesor					
3.4 Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajos de investigación, etc.)					
3.5 El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas					

# UCUENCA

de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
3.6 No entender los temas que se abordan en la clase					
3.7 Participación en clase (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
3.8 Tiempo limitado para hacer el trabajo					
Otra _____ _____ (Especifique)					

4.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

<b>Reacciones físicas</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.1 Trastornos en el sueño (insomnio o pesadillas)					
4.2 Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3 Dolores de cabeza o migrañas					
4.4 Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					

4.5 Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6 Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<b>Reacciones psicológicas</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.7 Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
4.8 Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
4.9 Ansiedad, angustia o desesperación.					
4.10 Problemas de concentración					
4.11 Sentimiento de agresividad o aumento de irritabilidad					
<b>Reacciones comportamentales</b>	(1) Nunca	(2) Rara vez	(3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
4.12 Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
4.13 Aislamiento de los demás					
4.14 Desgano para realizar las labores escolares					
4.15 Aumento o reducción del consumo de alimentos					

Otra _____ _____					
(Especifique)					

5.- En una escala del (1) al (5) donde (1) es nunca, (2) es rara vez, (3) es algunas veces, (4) es casi siempre y (5) es siempre, señala con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

Estrategias de afrontamiento	(1) Nunca	(2) Rara vez	3) Algunas veces	(4) Casi siempre	(5) Siempre
5.1 Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias ideas o sentimientos sin dañar a otros)					
5.2 Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3 Elogios a sí mismo					
5.4 La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.5 Búsqueda de información sobre la situación					
5.6 Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otra _____ _____					
(Especifique)					



### COMITÉ DE BIOÉTICA EN INVESTIGACIÓN DEL ÁREA DE LA SALUD

#### FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Procrastinación y estrés académico en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, abril-agosto 2022.

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador 1	Marithza Elizabeth Fajardo Jara	0107162653	Universidad de Cuenca
Investigador 2	María Belén Chimbay Caguana	0107648073	Universidad de Cuenca

#### ¿De qué se trata este documento?

Usted está invitado(a) a participar en este estudio que tiene como nombre Procrastinación y estrés académico en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, Cuenca, abril-agosto 2022, que se realizará por parte de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca, el cual tiene como objetivo determinar la relación entre la procrastinación y estrés académico. En el consentimiento informado se presentan las razones por las que se realizará el estudio, cuál será su participación y si usted acepta la invitación. Además, se explican los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y que estén aclaradas todas y cada una de sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación en esta investigación.

#### Introducción

Los motivos por los que se desarrolla la presente investigación radican en exponer la relación entre estrés y procrastinación académica a nivel local. Se han efectuado múltiples estudios a nivel nacional tanto de estrés académico como de procrastinación académica, sin embargo, no se ha considerado a la población de adolescentes que, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) en la etapa formativa de los adolescentes con edades comprendidas entre 10 a 19 años, se tornan más vulnerables a padecer afecciones de tipo mental, tales como ansiedad, estrés y depresión. Adicionalmente, asegura que los problemas de salud mental en los jóvenes impactan grave y directamente en la asistencia escolar y la procrastinación académica. Es así que a partir de los resultados obtenidos en la investigación se pretende informar al DECE de la unidad educativa, para que a partir de ello puedan psicoeducar a los profesores, con una apertura a modificar los pensamientos con referencia a los estudiantes que tienden a postergar las actividades académicas. En

<p>los estudiantes al determinar las causas de la problemática planteada, mejoren sus condiciones de aprendizaje y estrategias de afrontamiento con el propósito de tener una comunidad educativa con una nueva perspectiva acerca de la problemática a estudiar. En consecuencia, se considera la importancia de establecer programas de manejo de estrés y estrategias de afrontamiento que será una opción presentada a las autoridades competentes y al DECE de la Unidad Educativa.</p>
<b>Objetivo del estudio</b>
<p>La investigación pretende describir la relación entre la postergación de actividades escolares y el estrés académico en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano</p>
<b>Descripción de los procedimientos</b>
<p>Como primer paso, se solicitará la autorización de los directivos de la institución para llevar a cabo el estudio. Después de ello se entregarán los consentimientos informados a los padres de sus representados y los asentimientos informados a los participantes para su respectivo conocimiento y aceptación. Luego de esto, se aplicara en las aulas de cada uno de sus representados los instrumentos seleccionados (Inventario SISCO de estrés académico y la Escala de procrastinación académica), la aplicación de los instrumentos tendrá una duración aproximadamente de veinte y cinco a treinta minutos. La recolección de los datos tomará aproximadamente tres semanas, serán trasladados a una base de datos digital que será realizada en Excel y posteriormente introducidos a una matriz del programa SPSS V.22 para el procesamiento estadístico.</p>
<b>Riesgos y beneficios</b>
<p>La aplicación de los instrumentos psicológicos no constituye riesgos, debido a que las preguntas no son invasivas, la participación en la investigación será voluntaria y se mantendrá el anonimato. En el proceso de aplicación, las investigadoras estarán presentes para solventar dudas que se puedan aparecer durante la aplicación de los instrumentos. Al finalizar la aplicación de los instrumentos y el análisis correspondiente, se procederá a la socialización de los resultados con las autoridades pertinentes y el DECE de la institución. El estudio a ejecutar generará beneficios directos a los participantes, ya que se pretende que a partir de la socialización de los resultados a las autoridades competentes tomen la decisión de elaborar programas de manejo de estrés académico y estrategias de afrontamiento para los estudiantes.</p>
<b>Otras opciones si no participa en el estudio</b>
<p>Se agradece el tiempo invertido en esta investigación, puesto que permitirá exponer la relación entre estrés y procrastinación académica de los estudiantes de Bachillerato del Colegio Fray Vicente Solano, además de formar una base para estudios similares. Sin embargo, si no está interesado en participar, no está obligado a llenar los instrumentos, además que tiene la libertad para retirarse del estudio en el momento que desee sin repercusión alguna.</p>
<b>Derechos de los participantes</b>



Usted tiene derecho a:

1. Recibir la información del estudio de forma clara;
2. Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
3. Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
4. Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
5. Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
6. El respeto de su anonimato (confidencialidad);
7. Que se respete su intimidad (privacidad);
8. Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
9. Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

**Manejo del material biológico recolectado** (*no aplica*)

### Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame al siguiente teléfono 0984581742, que pertenece a Marithza Elizabeth Fajardo Jara o envíe un correo electrónico a [marithza.fajardo.@ucuenca.edu.ec](mailto:marithza.fajardo.@ucuenca.edu.ec) o 0981913400 que pertenece a María Belén Chimbay Caguana o envíe un correo electrónico a [maria.chimbayc23@ucuenca.edu.ec](mailto:maria.chimbayc23@ucuenca.edu.ec).

### Consentimiento informado

Comprendo mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación

_____	_____	_____
	Firma del/a participante	Fecha
_____	_____	_____
María Belén Chimbay Caguana	Firma del/a investigador/a	Fecha
_____	_____	_____
Marithza Elizabeth Fajardo Jara	Firma del/a investigador/a	Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Vicente Solano Paucay - Presidente del Comité de Bioética de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: [vicente.solano@ucuenca.edu.ec](mailto:vicente.solano@ucuenca.edu.ec)



### UNIVERSIDAD DE CUENCA

#### FORMULARIO DE ASENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Procrastinación y estrés académico en estudiante de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano, abril-agosto 2022.

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador 1	Marithza Elizabeth Fajardo Jara	0107162653	Universidad de Cuenca
Investigador 2	María Belén Chimbay Caguana	0107648073	Universidad de Cuenca

#### Objetivo

La investigación pretende describir la relación entre la postergación de actividades escolares y el estrés académico en los estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano.

#### Descripción del estudio

Como primer paso, se solicitará la autorización de los directivos de la institución, para llevar a cabo el estudio. Posteriormente se pedirá la base de datos de los estudiantes para contar con una población precisa para seleccionar la muestra a participar de manera aleatoria, con un aproximado de 206 estudiantes. Después de ello se entregarán los consentimientos informados a los padres de sus representados y los asentimientos informados a los participantes para su respectivo conocimiento y aceptación. Luego de esto, procederá a aplicar los instrumentos seleccionados (Inventario SISCO de estrés académico y la Escala de procrastinación académica), los cuales tendrán una duración aproximadamente de veinte y cinco a treinta minutos. La recolección de los datos tomará aproximadamente tres semanas; serán trasladados a una base de datos e introducidos a una matriz digitalizada del programa SPSS V.22 para el procesamiento estadístico.

#### Posibles beneficios

En el proceso de aplicación, las investigadoras estarán presentes para solventar dudas que se puedan aparecer durante la aplicación de los instrumentos. Al finalizar la aplicación de los instrumentos y el análisis correspondiente, se procederá a la socialización de los resultados con las autoridades pertinentes y el DECE de la institución. El estudio a ejecutar generará beneficios directos a los participantes, ya que se pretende que a partir de la socialización de los resultados a las autoridades competentes tomen la decisión de elaborar programas de manejo de estrés académico y estrategias de afrontamiento para los estudiantes.

#### Posibles incomodidades y/o riesgos derivados del estudio

La aplicación de los instrumentos psicológicos no constituye riesgos, debido a que las preguntas no son invasivas, considerando que la participación en la investigación será voluntaria y se mantendrá el anonimato.

## Derechos de los participantes

- a) Usted tiene derecho a:
- b) Recibir la información del estudio de forma clara;
- c) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- d) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- e) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- f) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;
- g) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- h) Que se respete su intimidad (privacidad);
- i) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- j) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.
- k) Se garantizará la participación igualitaria en caso de contar con participantes pertenecientes a poblaciones vulnerables (NEE), mediante el apoyo necesario para la realización de los instrumentos por parte de las investigadoras o el docente a cargo.

## Preguntas e información

En caso de duda en alguna pregunta o en relación al estudio, por favor contacte al siguiente teléfono 0984581742, que pertenece a *Marithza Elizabeth Fajardo Jara* o envíe un correo electrónico a *marithza.fajardo.@ucuenca.edu.ec* o 0981913400 que pertenece a *María Belén Chimbay Caguana* o envíe un correo electrónico a *maria.chimbayc23@ucuenca.edu.ec*.

## Protección de datos

En este estudio no se publicarán datos de carácter personal, debido a que las respuestas serán tratadas de forma anónima.

Estimado estudiante de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano. Su participación como uno de los actores del contexto escolar es de suma importancia, por lo cual esperamos poder contar con su colaboración y solicitamos comedidamente, la confirmación del presente asentimiento informado para la aplicación de los dos instrumentos.

He leído la información sobre el estudio y la he comprendido en todos sus términos.

He recibido suficiente información sobre el estudio "Procrastinación y estrés académico en estudiantes de Bachillerato de la Unidad Educativa Fray Vicente Solano" para el que se ha pedido mi colaboración.

Únicamente se debe responder a los instrumentos una sola vez. Antes de empezar, asegúrese que dispone de 30 minutos aproximadamente. Por todo lo cual, PRESTO MI ASENTIMIENTO para participar en el proyecto de investigación antes citado.

---

Firma del/a participante