



Universidad
Señor de Sipán

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**Salud mental y procrastinación académica en
estudiantes de una universidad privada de
Chiclayo, 2023**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA
EN PSICOLOGÍA**

Autora

Bach. Vasquez Camacho Erika Violeta
<https://orcid.org/0009-0009-3906-3299>

Asesora

Mg. Delgado Vega Paula Elena
<https://orcid.org/0000-0002-3567-1563>

Línea de investigación

**Desarrollo humano, comunicación y ciencias jurídicas
para enfrentar los desafíos globales**

Sub Línea de Investigación

Bienestar y Desarrollo de habilidades para la vida

Pimentel – Perú

2024



Universidad
Señor de Sipán

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Quien suscribe la DECLARACIÓN JURADA, soy egresado (s) del Programa de Estudios de la escuela de Psicología de la Universidad Señor de Sipán S.A.C, declaro bajo juramento que soy autor del trabajo titulado:

SALUD MENTAL Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO, 2023

El texto de mi trabajo de investigación responde y respeta lo indicado en el Código de Ética del Comité Institucional de Ética en Investigación de la Universidad Señor de Sipán, conforme a los principios y lineamientos detallados en dicho documento, en relación con las citas y referencias bibliográficas, respetando el derecho de propiedad intelectual, por lo cual informo que la investigación cumple con ser inédito, original y autentico.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Vasquez Camacho Erika Violeta	71761831	
-------------------------------	----------	--

Pimentel, 15 de Junio de 2024

REPORTE DE SIMILITUD TURNITIN



15% Similitud general

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

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto mencionado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)

Fuentes principales

- 11% Fuentes de Internet
- 3% Publicaciones
- 10% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

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

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



**Salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una
universidad privada de Chiclayo, 2023**

Aprobación del jurado

MG. Chicoma Seclen Karen Julissa
Presidente del jurado de Tesis

MG. Sanchez Medina Tito Adan
Secretario del jurado de tesis

MG. Almeyda Torres Mariely Soledad
Vocal del jurado de tesis

Resumen

La presente investigación tuvo por objetivo Identificar la relación entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023, fue de enfoque cuantitativo y de acuerdo a su finalidad fue básica. En relación al diseño fue observacional, correlacional y transversal. Se trabajó con una muestra de 304 participantes, elegidos a través de muestreo probabilístico aleatorio. Se aplicó la escala de salud mental de Goldberg y la escala de Procrastinación académica de Busko. Ambos instrumentos fueron sometidos a un proceso de confiabilidad, alcanzando valores superiores a 0.80. Respecto a los resultados, a través del estadístico Rho de Spearman, se encontró un valor de -.301 evidenciando correlación negativa baja y $p < .001$, con lo cual la correlación se considera altamente significativa entre salud mental y procrastinación académica, esto indica que, a menor nivel de salud mental, las manifestaciones de procrastinación académica incrementará.

Palabras clave: *procrastinación académica, salud mental, universitarios*

Abstract

The objective of this research was to identify the relationship between mental health and academic procrastination in students from a private university in Chiclayo in 2023. The study had a quantitative approach and was basic in nature. Regarding the design, it was observational, correlational, and cross-sectional. A sample of 304 participants was selected through random probabilistic sampling. The Goldberg Mental Health Scale and the Busko Academic Procrastination Scale were applied. Both instruments underwent a reliability process, achieving values above 0.80. Regarding the results, using Spearman's Rho statistic, a value of -0.301 was found, indicating a low negative correlation and $p < .001$, which makes the correlation highly significant between mental health and academic procrastination. This indicates that lower levels of mental health will lead to increased manifestations of academic procrastination.

Keywords: *academic procrastination, mental health, university students*

I. INTRODUCCIÓN

Uno de los ámbitos afectados y de poca visibilidad es la salud mental, esta situación en universitarios se ha transformado en una problemática de creciente relevancia en la sociedad actual, debido a la gran cantidad de presiones a las que se ven sometidos durante su formación, enfrentando desafíos como la intensa carga académica, que incluye cumplir con plazos estrictos y gestionar altos volúmenes de trabajo, sumado a la presión social por integrarse y destacar en su entorno (Vidal et al., 2024). Además, la falta de sueño se ha vuelto un problema común, ya que muchos deben equilibrar sus estudios con trabajos o actividades extracurriculares, lo que afecta su capacidad para manejar el estrés; al respecto, la inseguridad financiera es otro factor de peso, dado que un gran porcentaje tienen dificultades para cubrir sus egresos o se endeudan a largo plazo, lo que incrementa su ansiedad sobre el futuro, a esto se añade la incertidumbre sobre el mercado laboral al culminar sus estudios, lo que genera preocupación sobre su inserción profesional (Gastelú y Hurtado, 2022); todos estos factores combinados elevan el riesgo de desarrollar alteraciones de tipo psicológico, destacando cuán importante es abordar esta situación en diferentes contextos (Bitar et al., 2023).

Según algunos estudios, la ansiedad y depresión suelen ser las afecciones más recurrentes en salud mental entre universitarios, además, las secuelas de la pandemia en los últimos años, a causa de COVID-19, generó que esta situación se agrave, ya que muchos estudiantes se vieron en la obligación de adoptar formas para aprender de manera remota y en aislamiento social (Ahmed et al., 2023). Además, es relevante indicar que, en muchas situaciones, los estudiantes pueden tener complicaciones para tener acceso a ser atendidos de salud mental debido a

barreras financieras o culturales, estigmatización social, falta de información sobre los servicios disponibles y el estigma relacionado a las dificultades ligadas a la salud mental (Muñoz et al., 2021).

Dichos cambios afectaron también la parte actitudinal en los jóvenes y adultos al enfrentarse a diferentes retos para moldear sus actividades cotidianas dando paso a la aparición de manifestaciones poco productivas como la procrastinación académica la cual tomó un protagonismo especial dadas las modalidades de estudio, especialmente en quienes no cuentan con interés genuino para la educación (Carbajal et al., 2022), ante esto, algunos reportes indican que la procrastinación académica está ligado directamente a la poca responsabilidad y disciplina.

Otro de los factores de riesgo es el desorden horario y el poco control sobre las duración y extensiones de las clases, todas estas características se agudizaron en los últimos dos años a causa del temor, escaso nivel de resiliencia e incertidumbre (Córdova et al., 2022), situación que, pese a que existe un mayor control respecto a la propagación del virus, continúa presentándose debido a que las condiciones académicas siguen siendo las mismas (Camarillo et al., 2021).

De acuerdo a los reportes emitidos por la OMS (2021), concluye que la depresión es la causa de mayor incidencia entre personas de 10 a 24 años, rango en el que se encuentran las edades de la mayoría de universitarios; a nivel internacional, un estudio de *Journal of Abnormal Psychology* identificó que el 35% de universitarios informaron síntomas de depresión clínicamente significativos, en el Reino Unido halló que 86% experimentaron síntomas de ansiedad, mientras que el 44% experimentó síntomas de depresión (Kupcova et al., 2023). Situación similar

en España, donde se encontró que el 21% de los estudiantes universitarios experimentaron síntomas de trastornos de ansiedad, mientras que el 9% experimentó síntomas de depresión (Mattiuzzi et al., 2023).

En cuanto a Latinoamérica, un estudio realizado en México por la ANUIES encontró que el 43% de universitarios reportaron síntomas ansiosos y el 30% reportó síntomas de depresión (Ramirez y Velazco, 2021). En Colombia, una encuesta llevada a cabo por la ASCUN encontró que el 66% de universitarios reportaron estrés y el 32% reportó síntomas de ansiedad. En Brasil, una encuesta emitida por la Universidad de São Paulo encontró que el 57% de universitarios reportaron síntomas de ansiedad y el 31% reportó síntomas de depresión. En Argentina, un reporte logrado por la Universidad Nacional de Rosario encontró que el 56% de universitarios reportaron síntomas de ansiedad y el 33% reportó síntomas de depresión (Cuenca et al., 2020).

En nuestro país, una encuesta realizada por la Universidad del Pacífico (2020) encontró que el 51% de los estudiantes universitarios reportaron síntomas de depresión y el 57% reportó síntomas de ansiedad; por otra parte, la Defensoría del Pueblo encuestó en 2019, hallando que el 46,2% de los universitarios encuestados manifestaron sentirse estresados, el 34,4% tristes, el 30,2% ansiosos y el 24,5% abrumados (Perales et al., 2019); según el MINSA (2020), el 34% de las consultas médicas en las universidades peruanas están relacionadas con dificultades de salud mental.

Así mismo, estos datos y estudios muestran que la salud mental en personas que cursan estudios superiores, especialmente en universidad, es un problema significativo en todo el mundo, sumado a ello, a nivel local no se encuentra

información teórica ni reportes estadísticos relevantes que permitan identificar la situación actual de este grupo de personas, los cuales se encuentran expuestos a diferentes niveles de actividades.

Respecto a las teorías relacionadas al tema, en lo que se refiere a salud mental, se indica que la noción de salud mental no está vinculada a trastornos mentales, sino que depende de los estilos de vida, su capacidad de asociarse con otros, las actividades ejecutadas para destacar sus capacidades, valores y emociones, además de su capacidad para resolver problemas y responder a las demandas de su entorno y vida cotidiana. Desde una perspectiva epistemológica, la salud mental se entiende como un concepto multidisciplinario que se beneficia de aportaciones de diversas disciplinas, como la enfermería, la economía, la psiquiatría y la psicología, entre otras. Al mismo tiempo, estas disciplinas presentan enfoques idiosincráticos con diferentes enfoques sobre la salud mental (Deluze y Guattari, 2004).

Desde una perspectiva biomédica, se concibe como un proceso biológico centrado en la corteza cerebral y la ausencia de enfermedad, utilizando como criterio la normalidad; por otro lado, el enfoque conductual lo describe como un concepto relacionado con el entorno, los estímulos del ambiente influyen, explican y pueden modificar las conductas, lo que implica que es maleable. En el marco de un modelo cognitivo, se hace referencia a una estructura educativa e instructiva cuyo propósito se orienta a que transformen sus patrones de pensamiento, incluyendo ideas y creencias irracionales, así como distorsiones de tipo cognitivo,

y al mismo tiempo acoplarse a las modificaciones que puedan surgir en su vida cotidiana.

Desde una perspectiva socioeconómica, esto lo conecta con un estado que se fundamenta en el crecimiento tanto a nivel económico como social mediante actividades de promoción y preventivas, conllevando a un cambio favorable en las características cotidianas que, a su vez, implica un vínculo entre las personas prevaleciendo el desarrollo social y respeto de los derechos.

Se distingue por su enfoque holístico y dimensional para evaluar el bienestar psicológico, desarrollado por el psicólogo británico David Goldberg en la década de 1970, este modelo considera que la salud mental excede la no presencia de alteraciones a nivel psicológico, abordando un continuo que refleja diversas experiencias emocionales y cognitivas, se caracteriza por su atención a cuatro áreas clave que se relacionan como factores en la salud mental. Evaluando cuán capaz es para llevar a cabo funciones normales, reconociendo que la salud mental implica la habilidad de enfrentar las demandas cotidianas de manera efectiva, además, aborda la presencia de síntomas y malestar psicológico, comprendiendo que la percepción subjetiva de la propia salud mental es esencial. La resistencia ante el estrés se destaca como otra dimensión, reconociendo la importancia de los recursos individuales y los recursos de afrontamiento en la salud mental. Por último, el GHQ considera la satisfacción con la vida cotidiana como un componente crucial de la salud mental (Goldberg y Hillier, 1979).

En lo que respecta a las dimensiones que conforman la salud mental, se pueden categorizar en cuatro: síntomas fisiológicos o somáticos, manifestaciones

de ansiedad y complicaciones en el sueño, dificultad social y síntomas depresivos, las cuales se explicarán a continuación.

En cuanto a la dimensión somática, se refiere a las sensaciones corporales se convierten en malestares manifestados a nivel físico, afectando las emociones y las relaciones (Goldberg y Hillier, 1979). Por lo general, la sintomatología somática, es considerada una mezcla de aspectos de tipo físico y psicológico (Kroenke y Rosmalen, 2006).

Por otra parte, la dimensión ansiedad e insomnio se refieren a situaciones que provocan comportamientos de miedo excesivos en respuesta a situaciones percibidas como peligrosas, lo que afecta el funcionamiento normal (OMS, 2004). Por su parte, el insomnio, se caracteriza por la falta de sueño reparador, lo que a menudo resulta en tensión, ansiedad, mal humor y falta de interés en la realización de actividades (Marx et al., 2011).

La tercera dimensión, la disfunción social, se refiere a la dificultad para disfrutar de las actividades cotidianas, lo que puede llevar a una menor satisfacción y gratificación en la realización de dichas actividades (Cheshire et al., 2010). Así mismo, se relaciona con la falta de autoevaluación de las propias capacidades para llevar a cabo las actividades de manera autónoma (Villa et al., 2013).

La cuarta dimensión, depresión severa, es entendida como un trastorno mental que provoca un notable desequilibrio en el estado de ánimo y desencadena otros problemas, como dificultades en las relaciones personales, tanto intra como interpersonales, así como problemas de motivación. Esto se manifiesta en una baja autoestima y sentimientos destructivos de minusvalía (Beck et al., 1979). Por otra parte, se considera un síntoma complicado cuando existen pensamientos suicidas, desesperanza y una marcada falta de autovaloración.

La salud mental en el nivel superior, especialmente en universitarios, es un tema relevante, dado que en esta etapa enfrentan desafíos que pueden desencadenar en daños hacia el bienestar psicológico, dentro de estos aspectos se encuentra la presión académica a causa de altas expectativas, las cargas de trabajo pesadas, los plazos ajustados y los exámenes estresantes que podrían desencadenar algún episodio de ansiedad, estrés y agotamiento (Mejía et al., 2021)

Las transiciones y los cambios repentinos son otros aspectos a considerar, teniendo en cuenta el pase del nivel secundario a la vida universitaria el cual implica una modificación significativa en sus vidas, exponiéndose a enfrentar dificultades al adaptarse a un nuevo entorno, establecer nuevas amistades, entablar nuevos vínculos, asumir nuevas responsabilidades y lidiar con la independencia y deberes que eso acarrea (Mejía et al., 2021).

Todo este cambio y nuevos escenarios requieren de recursos tangibles y económicos, lo cual puede desencadenar problemas financieros, estas dificultades hacen que experimenten complicaciones económicas, ya sea debido a los costos de matrícula, el alojamiento, los libros, los gastos extras, compra de dispositivos electrónicos o la necesidad de equilibrar el trabajo a tiempo parcial con los estudios. Cabe señalar, que no todos pasan por este tipo de situaciones, sin embargo, existe un número considerable de estudiantes que ve día a día la forma de solventar y subsistir su vida universitaria, cuando no logran hacerlo, se convierte en un cúmulo de preocupaciones que pueden aumentar el estrés y afectar la salud mental (Zapata et al., 2021).

Se sabe que la socialización y el entablar vínculos interpersonales saludables es una de las características propias del ser humano más aun en la etapa de la juventud, no obstante, se dan casos donde el aislamiento social se

presenta como un hecho inevitable, algunos estudiantes pueden sentirse solos o aislados, especialmente si se mudan a un nuevo lugar lejos de su hogar y su red de apoyo, el distanciamiento físico con su entorno natal puede impactar perjudicialmente en su bienestar afectivo (Zapata et al., 2021).

Las expectativas y presiones sociales también son importantes en esta etapa, la preocupación por la apariencia física, la imagen, el rendimiento académico, su facilidad para entablar amistades, la participación en actividades extracurriculares, todo esto configura un interés por destacar, lo cual no siempre ocurre y es en estos casos donde tener expectativas tan altas pueden generar estrés y afectar la autoestima de los estudiantes, por ello, es importante tener un control y reconocimiento adecuado de la percepción de sí mismo, identificar sus virtudes, debilidades, fortalezas y saber de qué forma hacer uso de sus recursos (De la Hoz et al., 2022).

Es esencial abordar la salud mental de los universitarios y proporcionarles el apoyo adecuado, por ello, es deber de las universidades implementar una serie de medidas para promover el bienestar psicológico de sus estudiantes, como servicios de salud integral, la incorporación de programas de sensibilización y educación, grupos de apoyo estudiantil, fomentar un ambiente de apoyo, recursos virtuales, colaboración con servicios de salud mental locales, entre otros (De la Hoz et al., 2022).

Para Procrastinación académica, en consideración a lo que describe la Real Academia Española (2014) procrastinar encuentra su etimología en la palabra en latín “procrastinare”, (diferir o aplazar), que articula el término “pro” = hacia adelante y el término “cras” = para mañana, por tanto, se define como la actitud involuntaria

o intencional de postergar situaciones que se necesitan llevar a cabo de manera obligatoria (Alegre, 2014).

Es decir, viene a ser la predisposición a dejar para luego de forma recurrente y, muchas veces innecesaria, el comienzo o la culminación de determinadas tareas que son trascendentes y requieren esforzarse para sacarlas adelante, por tanto, el estudiante asume que dejar para después las tareas que no le son agradables, es una manera de liberarse de las responsabilidades.

La procrastinación está vinculada a las demandas del proceso académico estudiantil universitario, escenario que requiere de esfuerzos constantes orientados al logro de objetivos, destinados al mejoramiento e incorporación de habilidades para organizar actividades de tipo académico, sin embargo, las características de aplazar las tareas limitan la realización de ello, extrapolarlo estas actitudes hacia las actividades cotidianas, disminuyendo la independencia de la persona, caracterizándose por incumplir sus deberes cotidianos, teniendo influencia en su desempeño social y, sobre todo, académico.

En relación a lo académico la conducta procrastinadora se manifiesta como un hecho voluntario, genuino e improductivo del estudiante en el desarrollo de sus tareas, las mismas que requieren ser ejecutadas en determinado lapso, pues una de las características que presentan las actividades universitarias, es la entrega dentro de los plazos establecidos, como un criterio de evaluación principal (Busko, 1998, citado por Domínguez et al., 2014).

Teoría

El modelo que se tuvo en cuenta para este estudio es el cognitivo conductual el cual sostiene que toda persona tiende a actuar de forma consciente en relación a la estimación sobre sí, orientando sus emociones y actitudes de manera tal que

se reflejan dentro del ambiente físico donde se están desarrollando. Por tanto, se hace hincapié en la relevancia de los procedimientos efectuados a nivel cognitivo para la gestión de emociones, por ende, en aquellas conductas que presenten algún desajuste.

Por otra parte, refleja que la forma de como sienten y actúan, se causa por la singularidad cognitiva a la hora en que se interpreta un suceso, momento en que el entorno juega un rol fundamental en la parte emocional y conductual; además, es producto de la acumulación de ideas poco racionales, instauradas en las personas por la interacción en distintas experiencias y a causa de su vínculo con agentes sociales como instituciones educativas, grupos religiosos, e inclusive de la misma familia, repercutiendo en la valoración que hacen sobre sus habilidades y la capacidad que poseen para la ejecución de algunas tareas (Natividad, 2014).

De esta forma, los estudiantes suelen actuar y sentir en base a lo que creen como verdadero, a la perspectiva de las cosas, sin importar las opiniones de terceros, aun cuando se trate de personas probas, debido a que el desempeño cognitivo disfuncional, favorece a que estas conductas permanezcan y se sostengan en el tiempo.

Los factores que integran la procrastinación académica son múltiples, sin embargo, se considerará la agrupación que realiza el autor del instrumento a utilizar en esta investigación, la cual refleja como primer componente a la autorregulación de los contenidos de aprendizaje, el cual se entiende como un proceso latente donde cada persona incorpora objetivos que logren orientar la interiorización de contenidos de forma regulada, monitoreando y controlando su capacidad cognitiva, con la predisposición comportamental y motivacional de llevarlos a cabo (Fernández et al., 2013).

Por tanto, cuando las tareas académicas sufren un retraso, por lo general, se encuentra vinculado a un deficiente control y regulación conductual, según lo que postula Angarita (2012), los universitarios que consiguen regular de forma autónoma sus procesos de aprendizaje, reflejan mayores índices de proactividad, evidenciando interés por ahondar en los contenidos, sin quedarse limitados a la opinión o material dado por los docentes, sino que va más allá, mediante el desarrollo de sus habilidades, explotando recursos que ofrece la universidad y las herramientas tecnológicas de la información. Hacen uso de herramientas que aportan en el logro de sus objetivos, dado que son capaces de realizar intervenciones necesarias en su entorno para mejorar las condiciones en las que aprenden (Rosario et al., 2014); por consiguiente, aprender de forma autorregulada, se puede manifestar a través de tres fases, iniciando con el pensamiento previo, luego el pensamiento durante la actividad y finalmente el pensamiento posterior a la culminación de la actividad. Esta comunidad tripartita, es aplicable para aspectos de motivación, factores conductuales, experiencias cognitivas y manifestaciones emocionales (Núñez et al., 2015)

En cuanto a las evidencias empíricas, a nivel internacional, Cañón et al. (2022) desarrollaron un estudio donde evaluaron el estado de salud mental en universitarios en Colombia. El estudio incluyó a 2436 estudiantes de pregrado, se encontró que el 48% informó haber experimentado en algún momento de sus vidas uno o más episodios relacionados con trastornos psicológicos, además, se identificó una asociación significativa, con un valor de p igual o menor a 0,05, entre la historia personal de trastornos emocionales y factores como el sexo, la orientación sexual, la religiosidad. Concluye que los universitarios en últimos ciclos

mostraron un mayor riesgo de sufrir trastornos mentales, lo que se ha vinculado con un mayor riesgo de conductas suicidas, además, los aspectos socioeconómicos representando factores de riesgo que impactan en la salud mental.

Paiva (2022) en España, realizó un análisis interdisciplinario centrado en la salud mental de jóvenes y su relación con el mundo adulto, con la participación de 598 estudiantes de la Universidad de Navarra, quienes respondieron a cuestionarios diseñados por la autora. Se reveló que 57.8% exhibe un nivel bajo de salud mental, encontrando además que 38.7% evidenció síntomas de estrés, 32.4% síntomas de ansiedad; además, se observó una diferencia significativa de acuerdo a la edad y al género, indicando que los hombres y aquellos mayores de 25 años experimentan mayores dificultades en su salud mental.

Luna (2021) investigó la conexión entre la Procrastinación y el Estrés en el ámbito académico en 64 universitarios de Paraná, Argentina, que incluyó a participantes de ambos sexos. Se identificó relación estadística directa entre las variables con un valor Pearson de .55 y $p < .01$; esto indica que mientras mayores actitudes procrastinadoras presenten los estudiantes, también evidenciarán mayores niveles de estrés respecto a las tareas académicas.

Clemente (2021) en México, investigó la relación entre el estrés académico y ansiedad en universitarios, siendo un total de 561 participantes de 18 a 28 años, La muestra se determinó utilizando la fórmula de población finita, lo que resultó en una muestra de 275 estudiantes. Se recopilaron datos personales y académicos a través de un formulario, y se administraron dos cuestionarios: el Inventario SV-21 y el Inventario desarrollado por Beck para evaluar ansiedad. Los resultados del

estudio indicaron que el 75% de los participantes experimentaba estrés, el 74.5% presentaba síntomas de ansiedad, y se destacó que el 62.5% no había reportado ninguna enfermedad física en las últimas semanas. En resumen, se concluye que una parte significativa de los participantes mostraba signos que respaldaban la presencia de problemas en su salud mental.

En el plano nacional Copelo (2021) examinó la relación entre procrastinación y la ansiedad en universitarios, en Huancayo. Se encontró que el 49% considera que su nivel de procrastinación es bajo, mientras que el 60.9% experimenta niveles altos de ansiedad. En cuanto a las correlaciones se identificó un valor $\rho = .327$; esto indica que existe una asociación positiva y de tipo significativa entre las variables, por otro lado, las dimensiones de Procrastinación se vinculando directamente con la presencia de síntomas de ansiedad.

Celio y Romero (2020) en Lima, investigó la relación entre Salud Mental y Rendimiento Académico en estudiantes universitarios de Lima, los participantes eran de ambos géneros y tenían edades que oscilaban entre los 17 y 23 años. El estudio reveló que aproximadamente un 30% experimentó malestar a nivel psicológico; respecto a las diferencias entre géneros en las variables analizadas, no se observaron diferencias significativas, asimismo, no se encontró vínculo significativo las variables principales.

Jauregui (2021) en Lima, llevó a cabo una comparación entre el nivel de salud mental positiva (SMP) y las habilidades sociales (HS), en el contexto universitario previo y durante pandemia (2019-2020), en 216 participantes, teniendo como resultados que predominó nivel medio para ambas variables; además, se observó que en las dimensiones de SMP, específicamente en lo que respecta al autocontrol

y la autonomía, hubo un descenso porcentual en el año 2020 en comparación con el 2019, aunque aún se mantuvieron en un nivel inferior al promedio. Esto indica que, a causa de la duración prolongada de la pandemia y las normativas restrictivas como el confinamiento y el distanciamiento social, se concluye que es relevante la implementación de programas integrales y estrategias transversales para mejorar la situación de los universitarios.

Valdivia (2020), en Huancayo, en su estudio abordó el nivel de Salud Mental Positiva en estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Continental, con una población de 566 estudiantes desde el primer hasta el sexto ciclo, y una muestra final de 224 estudiantes. Se identificó que el 68.75% de los encuestados presentaba un nivel alto de Salud Mental Positiva, mientras que el 31.25% se ubicaba en un nivel medio, sin registrarse ningún estudiante en el nivel bajo. En cuanto a los factores específicos, el 72.32% alcanzó un nivel alto en satisfacción personal, el 75% en aptitud prosocial, el 66.96% se ubicó en un nivel medio en autocontrol, el 52.68% mostró un nivel alto en autonomía, y un 58.93% en resolución de problemas y autoactualización. Además, un 82.50% obtuvo un nivel alto en habilidades de relación personal. Respecto a las mallas curriculares, los resultados indicaron que, en la malla de 2018, el 64.71% presentaba nivel alto de salud mental positiva, mientras que, en la malla de 2015, el 67.07% alcanzaba este nivel, y en la malla de 2007, el porcentaje subía a un 82.50%.

Alcca y Ruelas (2020) llevaron a cabo análisis de los niveles de salud mental en un grupo de personas de la ciudad de Juliaca, en total 169 personas de 18 a 30 años. Se identificó diferencia significativa en salud mental ($p = 0.011$), indicando que hay una variación en los niveles de salud mental por género; en contraste, las

dimensiones de ideación suicida ($p = .090$), depresión leve ($p = .326$) y síntomas somáticos y trastornos del sueño ($p = .071$) no revelaron diferencias significativas en los síntomas disfuncionales entre ambos sexos. No obstante, en la dimensión de ansiedad ($p = 0.004$); en resumen, se identificaron diferencias en la salud mental y los niveles de ansiedad entre los géneros, sin embargo, no se observaron diferencias significativas en las demás dimensiones.

En el contexto local, Bautista (2020) llevó a cabo una investigación para evaluar el estado de salud mental en dimensiones específicas entre los empleados de un hospital en Ferreñafe. Un total de 133 trabajadores de ambos géneros participaron en el estudio. Logró identificarse que los problemas de salud mental entre los empleados se concentraban principalmente en la dimensión de ansiedad e insomnio, afectando al 17% del grupo, seguido de síntomas somáticos, que impactaron al 16% de los trabajadores. Al analizar los datos por género, se identificó que las trabajadoras femeninas presentaron una mayor prevalencia de síntomas somáticos, con un 25%, mientras que los hombres fueron más afectados en la dimensión de ansiedad e insomnio, alcanzando un 20%; respecto a la edad, gran parte de participantes en la adultez intermedia presentó problemas en la dimensión de ansiedad e insomnio, con un 34%, seguido de disfunción social, que afectó al 28%. En cambio, los de adultez temprana evidenciaron afectaciones menores en síntomas somáticos (14%) y ansiedad e insomnio (10%). Por último, el personal de salud reportó una mayor incidencia de problemas en ansiedad e insomnio, con un 26%, mientras que 16% en síntomas somáticos y 14% en disfunción social (14%)

Llauce (2019) realizó un estudio en Chiclayo con el fin de evaluar la salud mental de los estudiantes de psicología de una universidad privada, en el que se trabajó con una muestra de 60 estudiantes que cursaban los ciclos 8° y 10° de la carrera, incluyendo tanto a hombres como a mujeres. Los resultados revelaron que los puntajes en las dimensiones de síntomas somáticos, ansiedad, insomnio y depresión fueron elevados, lo cual indica la ausencia de casos probables de problemas de salud mental en estos aspectos; no obstante, cuando se evaluó la dimensión de disfunción social, se identificaron casos probables; además, considerando la procedencia de los estudiantes, se observó que aquellos del norte, oeste y sur no presentaron casos probables en las dimensiones de síntomas somáticos, ansiedad, insomnio y depresión; sin embargo, el 100% de los estudiantes provenientes del sur mostró casos probables en la dimensión de disfunción social.

Campos y Romero (2020), en Pimentel, evaluaron el nivel de ansiedad en estudiantes de pregrado de medicina, utilizando una muestra de 60 alumnos de sexto y séptimo año durante el año 2020, se identificó que ambos sexos compartían predominantemente su tiempo con la familia y se dedicaban principalmente al estudio y al trabajo; la investigación concluyó que los estudiantes de esta universidad presentan niveles de ansiedad que se sitúan principalmente en las categorías leve y moderada.

Tras lo expuesto, la investigación es importante dado que se intentó abordar una real problemática para conocer su magnitud, así como obtener indicadores que permitió identificar de acuerdo a las características poblaciones (por sexo), cuál es la diferencia entre ellas tanto en la salud mental como por sus dimensiones, por lo

que significó un aporte, a partir de los resultados empíricos, al conocimiento científico de las variables.

En cuanto a lo social, benefició a los participantes en general puesto que se tuvo un precedente relevante para que las autoridades y profesionales pertinentes puedan aplicar modelos de intervención e implementar posibles estrategias en búsqueda de potenciar los recursos que contrarresten las dificultades que pueden agobiar a los universitarios en el cumplimiento de sus funciones académicas, evitando la aparición de algún trastorno o desajuste psicológico.

De acuerdo con la justificación teórica, significó un precedente de investigación, relevante y pertinente para estudios posteriores que intenten tratar una temática en poblaciones de características semejantes, además, en vista de la revisión teórica, representó una contribución al actual vacío en el conocimiento existente en nuestro contexto.

A nivel práctico, fue de utilidad pues se contará con indicadores reales de una problemática latente en la comunidad universitaria, de esta forma, se pudo tomar como referencias para el planteamiento, evaluación y desarrollo de programas o estrategias de intervención por parte de las áreas encargadas de la salud mental y bienestar universitario para dar solución a dicho problema.

Como aporte metodológico se llevó a cabo los procesos de validez de contenido y confiabilidad, de esta manera, se contó con instrumentos adaptados para la evaluación de adolescentes en el contexto local.

Tras lo señalado se formula como pregunta de investigación, ¿Cuál es la relación entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una

universidad privada de Chiclayo, 2023?, la hipótesis indica que existe relación significativa entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023. Se tuvo como objetivo general, determinar la relación entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023, en cuanto a los objetivos específicos, identificar el nivel de salud mental, identificar el nivel de procrastinación académica, además de establecer la relación entre cada una de las dimensiones de salud mental y cada una de las dimensiones de Procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

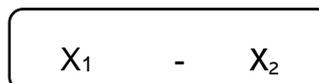
II. MATERIALES Y MÉTODO

De acuerdo al enfoque fue cuantitativa puesto que hizo uso de mediciones numéricas para la variable y sus dimensiones mediante un instrumento que cuenta con preguntas cuyo tipo de respuesta es cerrada (Hernández y Mendoza, 2018). Teniendo en cuenta la finalidad fue básica dado que intentó aportar al desarrollo teórico de la variable partiendo de la información encontrada en la muestra, es decir, desde datos empíricos (Hernández y Mendoza, 2018).

Respecto al diseño, fue observacional pues no se manipuló la variable, procesando información tal cual se encontró; también fue correlacional, porque buscó hallar cómo se comportan dos variables en una determinada muestra, por otra parte, se consideró transversal de acuerdo al momento de la recolección de datos, el cual fue único (Hernández y Mendoza, 2018).

Figura 1.

Esquema del diseño de investigación



Dónde

- X₁ : Salud mental
- X₂ : Procrastinación académica
- : Relación entre variables en los estudiantes

Se llama población a una serie de elementos que comparten características que a su vez los hacen elegibles para algún tema específico (Tamayo, 2012), para esta investigación se tuvo en cuenta a los integrantes de la escuela profesional de derecho de una Universidad privada, cuyo número asciende a 1450.

Se utilizó una muestra de tipo probabilístico aleatorio simple, teniendo como margen de error un 5% y un nivel de 95% de confianza, a través de la siguiente fórmula:

$$\frac{N \times Z^2 \times p \times q}{e^2(N - 1) + Z^2 \times p \times q}$$

dónde:

N = 1450

q = 0,5

Z = 1,96

e = 0,05

p = 0,5

Reemplazando:

$$\frac{1450 \times 1,96^2 \times 0,5 \times 0,5}{0,05^2(1450 - 1) + 1,96^2 \times 0,5 \times 0,5}$$

Criterios de Inclusión

- Estudiantes mayores de edad.
- Estudiantes que se encontraron matriculados adecuadamente en el periodo 2023-I

Criterios de exclusión

- Estudiantes que no desearon participar voluntariamente del estudio.
- Estudiantes que se encontraron fuera del rango de 18 a 25 años de edad.
- Estudiantes que no completaron los instrumentos en su totalidad.

Se llama muestra a una porción de la población que puede ser elegida de manera aleatoria o intencional (Hernández et al., 2014), para este estudio estuvo conformado por un total de 304 participantes de cada una de las escuelas que conformarán la muestra.

Para fines de recolectar datos se hizo uso de la encuesta como técnica, la cual se define como una herramienta necesaria para recopilar datos en relación de una variable específica mediante preguntas relacionadas a sus dimensiones e indicadores (Hernández y Mendoza, 2018).

Para evaluar la primera variable, se empleó la Escala de Salud Mental de Goldberg (GHQ), que consta de 28 ítems distribuidos en 4 dimensiones y está diseñada para adultos de 18 a 50 años, con una duración estimada de 10 a 15 minutos. La primera dimensión incluye 7 ítems (1 a 7). La dimensión de ansiedad e insomnio abarca 7 ítems (8 a 14). La tercera dimensión, disfunción social, está formada por 7 ítems (15 a 21), y la cuarta dimensión, depresión severa, se compone de 7 ítems (22 a 28). Cada ítem ofrece las siguientes opciones de respuesta de 1 a 4; según la validación realizada por Gastelu y Hurtado (2022), se utilizó el coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo una confiabilidad total de .91. Las confiabilidades específicas para cada dimensión fueron: .87 para la primera dimensión, .68 para la segunda, .75 para la tercera y .88 para la cuarta. Además, el alfa de Omega de McDonald arrojó .93 en total, con .87 para síntomas somáticos, .85 para ansiedad e insomnio, .77 para disfunción social y .89 para depresión severa.

Para medir la segunda variable, se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA), creada originalmente por Busko (1998) y adaptada por Domínguez et al. (2014); destinada a personas entre 18 y 50 años, consta de 12 ítems y tiene una estructura bifactorial. La escala es de tipo ordinal, basada en una escala Likert con cinco opciones de respuesta que varían desde 1 = nunca hasta 5 = siempre, con un tiempo estimado de aplicación de entre 5 y 10 minutos. La validación nacional realizada por Agurto y Quispe (2021) En cuanto a la validez, el Análisis Factorial Exploratorio (AFE) reveló cargas factoriales superiores a .40, lo que respalda la existencia de una estructura factorial robusta. De igual forma, el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) presentó indicadores de ajuste favorables (CFI = 1.00, GFI = .97, AGFI = .96, RMR = .064, RMSEA = .078) para el modelo de dos factores. La confiabilidad se evaluó mediante el alfa de Cronbach, obteniendo un valor de .821 para la primera dimensión y .752 para la segunda, mientras que el coeficiente Omega arrojó valores de .829 para el primer factor y .794 para el segundo, lo cual demuestra niveles de fiabilidad satisfactorios.

En cuanto a la recopilación de datos, se obtuvo el permiso para realizar la aplicación de instrumentos, luego de ello se coordinó con las autoridades pertinentes para seleccionar los horarios.

El análisis de datos consistió en una serie de procesos que permitieron extraer los datos en una plantilla de Microsoft Excel para sumar los puntajes de cada dimensión, siguiendo las normas de calificación de la prueba. Esta base de datos se exportó al software estadístico SPSS versión 27. Luego se aplicó la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, que reveló una distribución no normal de

los datos, por lo que se utilizó el estadístico no paramétrico de Spearman. Este análisis permitió encontrar la correlación entre las variables, y los resultados se presentaron en tablas y/o figuras según las normas APA en su 7ª edición.

Se consideraron los Artículos 5 y 6 de los principios éticos generales y específicos del código de ética en investigación de la Universidad Señor de Sipán. Por lo tanto, se garantizó la protección de la dignidad y las características socioculturales de los estudiantes, conforme al Informe Belmont de 1979, el cual destaca tres aspectos esenciales para las investigaciones que incluyen personas.

El primer aspecto se llama respeto a las personas, y se implementó protegiendo la autonomía de cada estudiante, tratándolos con cortesía, respeto y consideración. Se les proporcionará el consentimiento informado, en el que, mediante sus firmas, confirmarán su participación voluntaria. Otro principio es la beneficencia, que fue aplicada mediante la obtención de la máxima cantidad de beneficios y disminuir el riesgo de percibir algún perjuicio.

Otro aspecto, denominado justicia, se abordó en la investigación mediante el uso de procesos equitativos, sin indicios de explotación, garantizando así una administración adecuada; hoy en día, el Informe Belmont sigue siendo uno de los documentos más importantes en la conducción de investigaciones que involucran a personas como participantes.

III. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1. Resultados

Tabla 1

Relación entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

	Procrastinación académica	
	Rho	p
Salud mental	-.301	<.001**

Nota: $p < .01$

Interpretación

Se observa en la tabla 1 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de $-.301$ evidenciando correlación negativa baja y $p < .001$, con lo cual la correlación entre salud mental y procrastinación académica se considera altamente significativa, esto indica que, a menor nivel de salud mental, las manifestaciones de Procrastinación académica incrementará.

Tabla 2

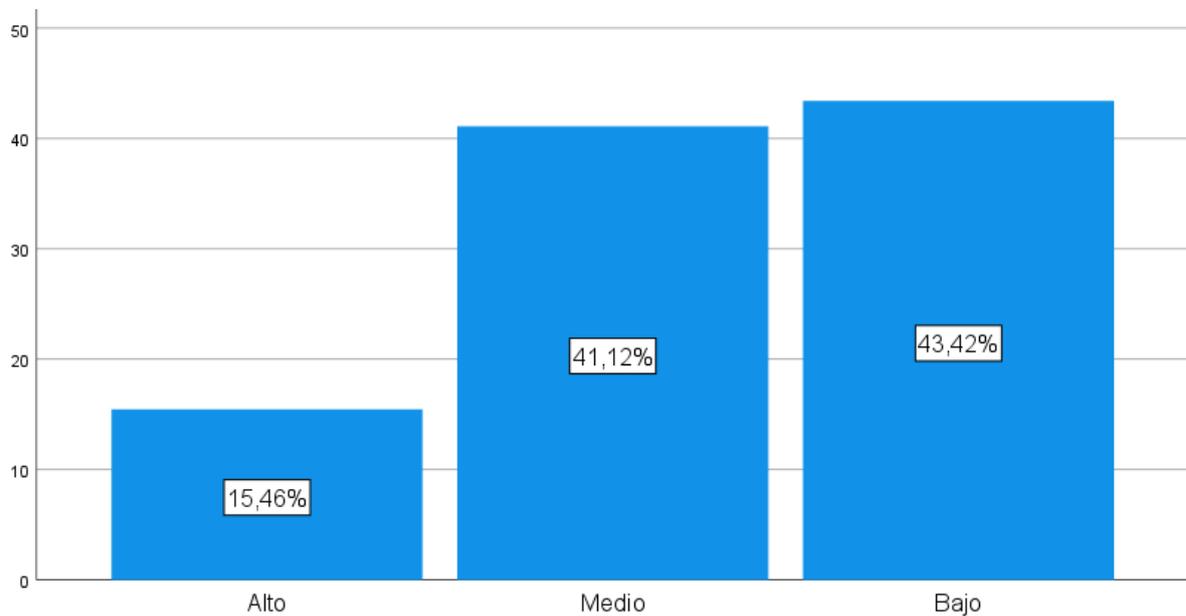
Nivel de salud mental en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023

Salud mental		
Nivel	N	%
Alto	47	15.46%
Medio	125	41.12%
Bajo	132	43.42%

Nota. 304 estudiantes

Figura 1

Nivel de salud mental en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023



Interpretación:

Se observa en la tabla 2 y figura 1 el análisis descriptivo de salud mental, hallando que 43.42% de estudiantes se ubica en nivel bajo, 41.12% en nivel medio y 15.46% en nivel alto, esto indica que, existe un mayor porcentaje de estudiantes universitarios con características de salud mental baja.

Tabla 3

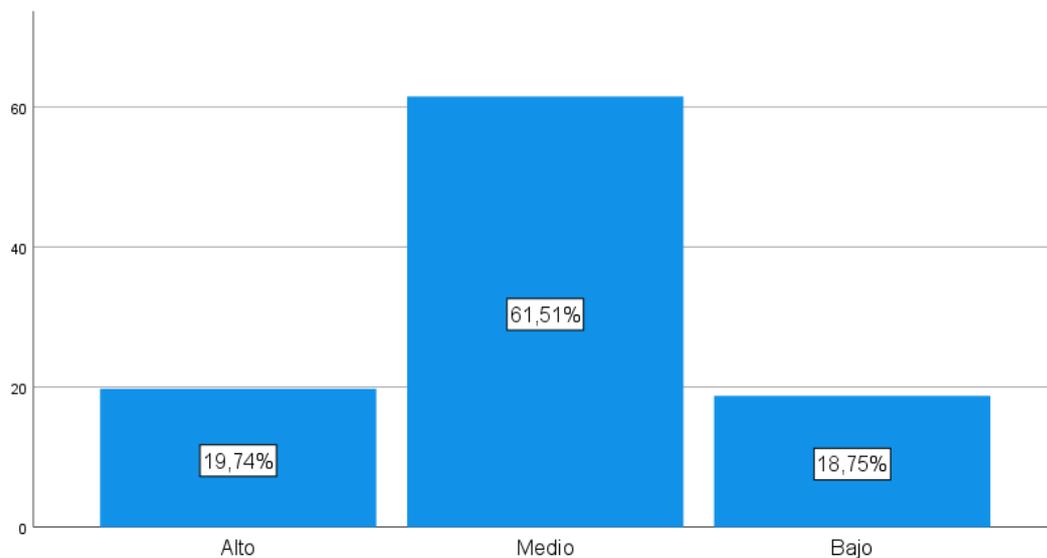
Nivel de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

Procrastinación académica		
Nivel	N	%
Alto	60	19.74%
Medio	187	61.51%
Bajo	57	18.75%

Nota. 304 estudiantes

Figura 2

Nivel de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.



Interpretación:

Se observa en la tabla 3 y figura 2 que respecto a Procrastinación académica el 61.51% de estudiantes se ubica en nivel promedio, 16.75% en nivel bajo y 19.74% en nivel alto, esto indica que, existe un mayor porcentaje de estudiantes universitarios con características de Procrastinación promedio ubicándolos como un grupo vulnerable y de riesgo ante la manifestación de Procrastinación académica.

Tabla 4

Correlación entre la dimensión síntomas somáticos de salud mental y la dimensión autorregulación académica de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

	<i>autorregulación académica de procrastinación</i>	
	Rho	p
<i>síntomas somáticos de salud mental</i>	-.078	.172

Nota: $p > .05$

Interpretación:

Se observa en la tabla 4 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de $-.078$ que evidencia correlación negativa muy baja y $p = .172$, evidenciando que no existe correlación significativa entre síntomas somáticos de salud mental y autorregulación académica de procrastinación.

Tabla 5

Correlación entre la dimensión síntomas somáticos de salud mental y la dimensión postergación de actividades de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023

	<i>postergación de actividades de procrastinación</i>	
	Rho	p
<i>síntomas somáticos de salud mental</i>	-.152	.008**

Nota: $p < .01$

Interpretación:

Se observa en la tabla 5 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de $-.152$ que evidencia correlación negativa muy baja y $p = .008$, con lo cual la relación entre síntomas somáticos de salud mental y postergación de actividades de procrastinación se considera altamente significativa.

Tabla 6

Correlación entre la dimensión ansiedad e insomnio de salud mental y la dimensión autorregulación académica de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

	<i>autorregulación académica de procrastinación</i>	
	Rho	p
<i>ansiedad e insomnio de salud mental</i>	-.137	.017*

Nota: $p < .05$

Interpretación:

Se observa en la tabla 6 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de $-.137$ que evidencia correlación negativa muy baja y $p = .017$, con lo cual la correlación entre ansiedad e insomnio de salud mental y autorregulación académica de procrastinación se identifica como significativa.

Tabla 7

Correlación entre la dimensión ansiedad e insomnio de salud mental y la dimensión postergación de actividades de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023

	<i>postergación de actividades de procrastinación académica</i>	
	Rho	p
<i>ansiedad e insomnio de salud mental</i>	-.061	.291

Nota: $p > .05$

Interpretación:

Se observa en la tabla 7 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de -.061 que evidencia correlación negativa muy baja y $p = .291$, identificando que no existe correlación significativa entre ansiedad e insomnio de salud mental y postergación de actividades de procrastinación.

Tabla 8

Correlación entre la dimensión disfunción social de salud mental y la dimensión autorregulación académica de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023

	<i>autorregulación académica de procrastinación académica</i>	
	Rho	p
<i>disfunción social de salud mental</i>	-.211	<.001**

Nota: $p < .01$

Interpretación:

Se observa en la tabla 8 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de -.211 que evidencia correlación negativa baja y $p < .001$, con lo cual la relación se considera altamente significativa entre disfunción social de salud mental y autorregulación académica de procrastinación académica.

Tabla 9

Correlación entre la dimensión disfunción social de salud mental y la dimensión postergación de actividades de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023

	<i>postergación de actividades de procrastinación académica</i>	
	Rho	p
<i>disfunción social de salud mental</i>	-.157	.006**

Nota: $p < .01$

Interpretación

Se observa en la tabla 9 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de $-.157$ que evidencia correlación negativa muy baja y $p = .006$, con lo cual la relación se considerad altamente significativa entre disfunción social de salud mental y postergación de actividades de procrastinación académica.

Tabla 10

Correlación entre la dimensión depresión severa de salud mental y la dimensión autorregulación académica de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023

	autorregulación académica de procrastinación académica	
	Rho	p
<i>depresión severa de salud mental</i>	-.036	.529

Nota: $p > .05$

Interpretación

Se observa en la tabla 10 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de -.036 que evidencia correlación negativa muy baja y $p = .529$, identificando que no existe correlación significativa entre depresión severa de salud mental y autorregulación académica de procrastinación académica.

Tabla 11

Correlación entre la dimensión depresión severa de salud mental y la dimensión postergación de actividades de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023

	postergación de actividades de procrastinación académica	
	Rho	p
depresión severa de salud mental	-.078	.174

Nota: $p > .05$

Interpretación

Se observa en la tabla 11 el análisis realizado a través del estadístico Rho de Spearman, el cual muestra un valor de $-.078$ que evidencia correlación negativa muy baja y $p = .174$, lo cual determinó que no existe correlación significativa entre depresión severa de salud mental y postergación de actividades de procrastinación académica.

3.2. Discusión

Esta investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre salud mental y procrastinación en donde se determinó correlación indirecta y altamente significativa, esto indica que el aplazamiento sistemático de tareas importantes, puede generar altos niveles de estrés, ansiedad y sentimientos de culpa, aquellos que tienden a procrastinar con frecuencia experimentan una carga psicológica adicional debido a la presión acumulada de las responsabilidades postergadas, lo cual puede afectar negativamente la salud mental al debilitar la autoestima y generar un ciclo de autocrítica, por tanto, a medida que se acumulan las tareas pendientes, aumenta la ansiedad, exacerbando así los problemas de salud mental. Esto es similar a los resultados de Lima (2021), quien descubrió una relación significativa entre la procrastinación académica y el estrés, vinculada a la salud mental. Los hallazgos indican que, a mayores niveles de estrés, los estudiantes tienden a procrastinar más, lo que representa un problema no solo en el ámbito académico, sino también en el social y personal, debido a su impacto transversal.

En cuanto al nivel de salud mental se determinó el 43.42% de estudiantes en nivel bajo de salud mental, esto indica que los universitarios a menudo muestran una serie de signos preocupantes que pueden afectar su rendimiento académico y su calidad de vida, siendo vulnerables a enfrentarse a desafíos significativos en la gestión del estrés, lo que se traduce en una disminución de su capacidad para afrontar las demandas académicas y personales, lo cual se asemeja a lo hallado por Cañón et al., (2022) quienes determinaron que el 48% de estudiantes universitarios en Manizales, Colombia, reflejaron niveles bajos de salud mental indicando que han evidenciado algún trastorno como ataques de pánico, depresión, cuadros de ansiedad y otras alteraciones psicológicas a lo largo de su vida, cuyas manifestaciones, por lo general, han repercutido en el desarrollo de sus actividades cotidianas.

En cuanto al nivel de procrastinación académica se determinó el 61.51% de estudiantes en nivel promedio de postergación académica, esto indica que, presentan tendencia a posponer tareas académicas importantes de manera sistemática, caracterizándose por la dilación en el inicio y la finalización de trabajos,

proyectos y estudios, a pesar de ser conscientes de los plazos establecidos, suelen experimentar una leve demora en la ejecución de sus responsabilidades académicas, generalmente recurriendo a estrategias de evasión, como la distracción en redes sociales o actividades no relacionadas con el estudio, aunque pueden cumplir con sus obligaciones dentro de los plazos establecidos, el proceso suele estar marcado por un aumento del estrés y la ansiedad.

Se determinó que no existe correlación significativa entre síntomas somáticos de salud mental y autorregulación académica de Procrastinación, aunque esto sugiere que no hay una relación significativa entre los síntomas somáticos de salud mental y la procrastinación académica, es importante destacar que las interacciones psicológicas pueden ser complejas y que otros factores podrían influir en la relación entre estas dos variables en situaciones específicas.

Se pudo determinar que existe correlación inversa y altamente significativa entre síntomas somáticos de salud mental y postergación de actividades de Procrastinación, es decir, cuando los síntomas somáticos de salud mental aumentan, la tendencia a procrastinar disminuye considerablemente, y viceversa. Esto implica que aquellos individuos que experimentan más síntomas somáticos tienden a procrastinar menos en sus actividades, y aquellos que tienen menos síntomas somáticos tienden a procrastinar más, es importante destacar que esta correlación inversa implica una relación entre estas dos variables, pero no necesariamente implica una relación de causalidad directa entre ellas.

Logró determinarse que existe correlación inversa y significativa entre ansiedad e insomnio de salud mental y autorregulación académica de Procrastinación, esto es congruente con los hallazgos de Copelo (2021), quien reportó un valor de $\rho = 0.327$, indicando una relación directa estadísticamente significativa pero débil. Además, el valor $p (0.000) < 0.05$ confirmó la relación existente entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de psicología de una universidad privada en Huancayo.

Se determinó que no existe correlación significativa entre ansiedad e insomnio de salud mental y postergación de actividades de Procrastinación, es decir, sugiere que el nivel de ansiedad y la presencia de insomnio en una persona no parecen tener una relación estadísticamente significativa con la tendencia a procrastinar en

sus responsabilidades y tareas. En otras palabras, el grado de ansiedad que experimenta alguien y sus dificultades para conciliar el sueño no parecen estar directamente relacionados con su propensión a procrastinar.

Se encontró correlación inversa y altamente significativa entre disfunción social de salud mental y autorregulación académica de procrastinación académica, es decir, cuando la disfunción social en un individuo aumenta, su habilidad para autorregularse en el ámbito académico y evitar la procrastinación disminuye considerablemente, y viceversa. Esto implica que aquellos que experimentan una mayor disfunción social tienden a tener dificultades para autorregularse y tienen una mayor tendencia a procrastinar en sus actividades académicas, mientras que aquellos con menor disfunción social tienen una mejor autorregulación y procrastinan menos en sus tareas académicas

Se halló correlación inversa y altamente significativa entre disfunción social de salud mental y postergación de actividades de procrastinación académica, es decir, cuando alguien experimenta problemas en su vida social relacionados con la salud mental, tiende a procrastinar más en sus tareas académicas. Esto sugiere que aquellos individuos con mayores niveles de disfunción social tienden a ser más propensos a la procrastinación académica, postergando sus responsabilidades académicas, lo cual puede atribuirse a la carga adicional de estrés psicosocial que enfrentan estos estudiantes, lo que dificulta su capacidad para gestionar eficazmente el tiempo y comprometerse con las tareas académicas de manera oportuna.

Este hallazgo está en consonancia con lo reportado por Jáuregui (2021), quien llevó a cabo un estudio en la ciudad de Lima con el objetivo de investigar la relación entre la salud mental positiva y las habilidades sociales, concluyendo que es fundamental desarrollar programas y estrategias para abordar esta conexión con el objetivo de mantener y mejorar la salud mental positiva vinculado a las habilidades sociales, lo que contribuirá a mantener un estado óptimo de salud mental en los estudiantes universitarios. En este sentido, la procrastinación académica se convierte en una manifestación de las dificultades que experimentan los individuos con disfunción social en salud mental. El acto de postergar actividades académicas puede ser una estrategia de afrontamiento disfuncional frente a las tensiones

sociales, proporcionando un alivio temporal pero contribuyendo a un ciclo perjudicial de procrastinación y deterioro del rendimiento académico. La comprensión de esta correlación es esencial para diseñar intervenciones efectivas que aborden tanto la disfunción social en salud mental como los patrones de procrastinación académica, promoviendo un enfoque integral para mejorar el bienestar emocional y el rendimiento académico de los estudiantes universitarios.

Se identificó que no existe correlación significativa entre depresión severa de salud mental y autorregulación académica de procrastinación académica, en otras palabras, la gravedad de la depresión no parece estar relacionada de manera significativa con la habilidad de una persona para manejar y controlar su tendencia a postergar tareas académicas. Además, se identificó que no existe correlación significativa entre depresión severa de salud mental y postergación de actividades de procrastinación académica, esto indica que, la gravedad de la depresión no parece estar asociada de manera significativa con la propensión a postergar tareas académicas.

Tras lo descrito, la investigación muestra la relación inversa o indirecta encontrada entre la salud mental y la Procrastinación en universitarios, corroborando los resultados con fundamentos teóricos y empíricos, realizados a nivel internacional y nacional, complementando así la información respecto al comportamiento de las variables en la muestra de estudio.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

3.3. Conclusiones

Se determinó correlación indirecta y altamente significativa entre salud mental y procrastinación académica, lo que indica que a medida que la salud mental disminuye, los niveles de procrastinación académica aumentan de manera considerable, mostrando que los estudiantes con problemas de salud mental tienden a postergar más sus actividades académicas.

Se determinó que el 43.42% de los estudiantes obtuvo un nivel bajo de salud mental, lo que significa que una proporción significativa de estudiantes presenta dificultades emocionales que pueden manifestarse en problemas como ansiedad, depresión o estrés, afectando su bienestar general y su rendimiento académico.

Se determinó que el 61.51% de los estudiantes obtuvo un nivel promedio de postergación académica, lo que sugiere que la mayoría de los estudiantes postergan sus actividades escolares de manera moderada, posiblemente afectando su desempeño, pero sin llegar a un nivel extremo de procrastinación.

Se determinó que no existe correlación significativa entre síntomas somáticos de salud mental y autorregulación académica de procrastinación, lo que indica que la presencia de síntomas somáticos como dolores físicos o malestares no parece influir directamente en la capacidad de los estudiantes para regular sus comportamientos relacionados con la procrastinación académica.

Se determinó que existe correlación inversa y altamente significativa entre síntomas somáticos de salud mental y postergación de actividades de procrastinación, lo que sugiere que a medida que los síntomas somáticos empeoran, los estudiantes tienden a postergar menos las actividades, probablemente porque los malestares físicos los obligan a enfocarse en sus tareas.

Se determinó que existe correlación inversa y significativa entre ansiedad e insomnio de salud mental y autorregulación académica de procrastinación, lo que indica que a mayor ansiedad e insomnio, menor es la capacidad de los estudiantes

para autorregularse en términos de procrastinación, lo que refleja un impacto negativo en su manejo del tiempo y tareas.

Se determinó que no existe correlación significativa entre ansiedad e insomnio de salud mental y postergación de actividades de procrastinación, lo que sugiere que los niveles de ansiedad e insomnio no influyen de manera directa en la tendencia a posponer actividades académicas.

Se determinó que existe correlación inversa y altamente significativa entre disfunción social de salud mental y autorregulación académica de procrastinación académica, lo que significa que los estudiantes que experimentan más disfunción social tienden a tener menos control sobre su procrastinación académica, lo que refleja una interacción entre las dificultades sociales y el manejo de sus tareas.

Se determinó que existe correlación inversa y altamente significativa entre disfunción social de salud mental y postergación de actividades de procrastinación académica, lo que implica que a medida que la disfunción social aumenta, los estudiantes tienden a posponer menos las actividades académicas, posiblemente porque se ven más aislados socialmente y, por lo tanto, más enfocados en sus tareas.

Se determinó que no existe correlación significativa entre depresión severa de salud mental y autorregulación académica de procrastinación académica, lo que sugiere que los niveles de depresión severa no tienen un efecto claro en la capacidad de los estudiantes para regular su comportamiento relacionado con la procrastinación.

Se determinó que no existe correlación significativa entre depresión severa de salud mental y postergación de actividades de procrastinación académica, lo que indica que la presencia de depresión severa no afecta directamente la tendencia de los estudiantes a postergar sus actividades académicas.

3.4. Recomendaciones

- Definir metas específicas y alcanzables dentro de las actividades académicas que les permita tener un sentido de dirección en sus estudios y actividades, tales como maratones de lectura en horarios de tutoría,

diagramas, organizadores visuales y proyección de videos para un mejor entendimiento del tema.

- Establecer pequeños objetivos a corto plazo en el plano académico y valorar los logros alcanzados, lo cual ayudará a mantenerse motivado y reducirá la tendencia a procrastinar
- Realizar pausas activas tras una determinada hora de clases a fin de evitar los síntomas expresados a través de manifestaciones corporales que perjudican el normal desenvolvimiento.
- Llevar a cabo actividades de integración entre compañeros de clase y así mejorar la interacción como recurso favorable para evitar la disfunción social.
- Establecer la evaluación periódica de manifestaciones psicológicas para detectar indicadores que representen una amenaza ante la estabilidad mental de los estudiantes.
- Ofrecer talleres prácticos donde los estudiantes aprendan estrategias efectivas de gestión del tiempo y planificación, lo que permitirá organizar sus tareas académicas de manera más efectiva, lo que puede disminuir la orientación a procrastinar y mejorar su productividad.
- Proporcionar sesiones de asesoramiento y apoyo psicológico individualizado para aquellos estudiantes que luchan con la procrastinación y la salud mental, lo cual permitirá abordar dificultades personales que subyacen y pueden estar favoreciendo a la procrastinación y recibir orientación específica para mejorar su bienestar emocional.
- Elaborar una red que brinde apoyo a los estudiantes que presenten o experimenten problemas similares con la procrastinación y la salud mental, con el fin de brindar apoyo y herramientas necesarias a fin de contribuir con su desempeño académico y desarrollo emocional.
- Desarrollar programas integrales de bienestar emocional que promuevan prácticas de autocuidado, manejo del estrés y técnicas de afrontamiento saludables, de esta manera, fomentar una cultura de bienestar en el campus que incluya actividades como mindfulness, ejercicios físicos, meditación y talleres de reducción de estrés.

REFERENCIAS

- Ahmed, I., Hazell, C. M., Edwards, B., Glazebrook, C., y Davies, E. B. (2023). A systematic review and meta-analysis of studies exploring prevalence of non-specific anxiety in undergraduate university students. *BMC Psychiatry*, 23(1) <https://doi:10.1186/s12888-023-04645-8>
- Alcca, F., y Ruelas, J. (2020). *Salud mental entre varones y mujeres de 18 a 30 años de la ciudad de Juliaca, 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Unión]. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/5577/Fanny_Tesis_Licenciatura_2022.pdf
- Bautista, K. Z. (2020). *Salud mental por dimensiones en trabajadores de un hospital de Ferreñafe, categoría II-1, de septiembre a diciembre, 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/2856>
- Bitar, Z., Rogoza, R., Hallit, S., y Obeid, S. (2023). Mindfulness among lebanese university students and its indirect effect between mental health and wellbeing. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi:10.1186/s40359-023-01155-w>
- Campos, M. y Romero, F. (2020). *Nivel de ansiedad en estudiantes de medicina de una universidad lambayecana, 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. <https://hdl.handle.net/20.500.12802/9608>
- Cañón, S. C., Narváez, M., Botero, P., Montoya, O. L., Bermúdez, G. I. y Pérez, J. M. (2022). Caracterización de las condiciones en salud mental de

- estudiantes de la Universidad de Manizales, Caldas, Colombia. *Tesis Psicológica*, 17(2) X-X. <https://doi.org/10.37511/tesis.v17n2a1>
- Celio, J., y Romero, A. L. (2020). Salud mental y rendimiento académico en estudiantes de psicología organizacional y de la gestión humana. *Conducta Científica*, 3(2), 7-19. <https://revistas.ulatina.edu.pa/index.php/conductacientifica/article/view/133>
- Clemente, Z. (2021). *Estrés Académico y Ansiedad en Estudiantes de Licenciatura en Enfermería*. [tesis de posgrado, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla]. México. <https://hdl.handle.net/20.500.12371/11807>
- Cuenca, N., Robladillo, L., Meneses, M., Suyo, J. (2020). Salud mental en adolescentes universitarios Latinoamericanos: *Revisión sistemática*. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*. <https://doi.org/105281/zenodo.4403731>
- De la Hoz, E., Navarro, J., y Martínez, I. (2022). Análisis comparativo de la salud mental positiva entre hombres y mujeres universitarios en condición de aislamiento social por COVID-19. *Formación Universitaria*, 15(2), 93-102. <https://doi:10.4067/S0718-50062022000200093>
- Gastelú Soto, S. J., y Hurtado Deudor, L. E. (2022). Salud Mental en universitarios: Una revisión de la literatura científica en el tiempo. *Journal of Neuroscience and Public Health*, 2(3), 253-263. <https://doi.org/10.46363/jnph.v2i3.2>
- Jauregui, K. (2020). *Salud mental positiva en los estudiantes de ciencias de la salud: revisión documental*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional Cybertesis UNMSM. <https://hdl.handle.net/20.500.12672/16583>

- Kupcova, I., Danisovic, L., Klein, M., y Harsanyi, S. (2023). Effects of the COVID-19 pandemic on mental health, anxiety, and depression. *BMC Psychology*, 11(1). <https://doi:10.1186/s40359-023-01130-5>
- Llauce, D. J. (2022). *Salud mental por dimensiones en los estudiantes de psicología de una universidad privada, Chiclayo, octubre-diciembre 2019*. [Tesis de pregrado, Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo]. <http://hdl.handle.net/20.500.12423/5473>
- Mattiuzzi, C., Sanchis-Gomar, F., y Lippi, G. (2023). Estimación de la carga del deterioro de la salud mental después de COVID-19. *Revista De Psiquiatria y Salud Mental*, <https://doi:10.1016/j.rpsm.2022.09.002>
- Mejia, C. Solis, E., Vilchez, Z., Vera, J., Arias, D., Vinelli, D., y Vilela, M. (2021). Impacto en la salud mental de estudiantes universitarios y sus padres en los inicios de la pandemia COVID-19. *Boletin De Malariologia y Salud Ambiental*, 61, 106-113. <https://doi:10.52808/BMSA.7E5.61E2.012>
- Muñoz, M., Jiménez, A., y Mayorga C. (2023). Salud mental, autoestima y satisfacción vital en universitarios del sur de Chile. *Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales, Ninez y Juventud*, 21(2) <https://doi:10.11600/rlcsnj.21.2.5428>
- Paiva, U. (2022). *Salud mental y bienestar emocional en estudiantes universitarios*. [Tesis doctoral, Universidad de Navarra]. España. <https://www.unav.edu/web/instituto-cultura-y-sociedad/proyectos/tesis/salud-mental-bienestar-emocional-estudiantes-universitarios>

- Perales, A., Izaguirre, M., Sánchez, E., Barahona, L., Amemiya, I., Delgado, A., Domínguez, I., Pinto, M., y Padilla, A (2019). Salud mental en estudiantes de pregrado de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos. *Anales de la Facultad de Medicina*, 80(4), 443-450. <https://dx.doi.org/10.15381/anales.v80i4.17142>
- Ramírez, I., y Velazco, D. L. (2021). Lo que dejó el covid-19 en la salud mental de los estudiantes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(6), 13778-13796. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v5i6.1357
- Valdivia, L. (2020). *Salud mental positiva en estudiantes de la Escuela Académico Profesional de Psicología de la Universidad Continental*. [Tesis de pregrado, Universidad Continental]. Huancayo. <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/9404>
- Vidal Bocanegra, O. R., García Cupil,, R., y De la O de la O, T. (2024). La Salud Mental en Universitarios como Aspecto Determinante en el Logro de Objetivos Académicos. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(2), 6227-6240. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11044
- Zapata, J., Patiño, D., Vélez, C., Campos, S., Madrid, P., Pemberthy, S., y Vélez, V. (2021). Intervenciones para la salud mental de estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19: una síntesis crítica de la literatura. *Revista Colombiana De Psiquiatría*, 50(3), 199-213. <https://doi:10.1016/j.rcp.2021.04.007>

ANEXOS

Anexo 01. Acta de aprobación de asesor



Acta de aprobación de asesor

Yo **Mg. Delgado Vega Paula Elena**, quien suscribe como asesor designado mediante Resolución de Facultad N° **0293-2023-FADHU-ED-USS**, del proyecto de investigación titulado **SALUD MENTAL Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PRIVADA DE CHICLAYO, 2023**, desarrollado por la estudiante: **Vasquez Camacho Erika Violeta** del programa de estudios de **Psicología**, acredito haber revisado, realizado observaciones y recomendaciones pertinentes, encontrándose expedito para su revisión por parte del docente del curso.

En virtud de lo antes mencionado, firman:

Mg. Delgado Vega Paula Elena	43661974	
Vasquez Camacho Erika Violeta	71761831	

Pimentel, 28 de mayo de 2024

ANEXO 02. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Operacionalización de variables

VARIABLES	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Instrumentos	Escala
Salud mental	Capacidad para hacer las actividades cotidianas sin la perturbación de fenómenos o indicios psicopatológicos en la persona. (Goldberg, 1979)	Se caracterizan por realizar actividades diarias de manera desajustada.	Síntomas somáticos Ansiedad e insomnio Disfunción social Depresión severa	Salud, agotamiento, sensación de enfermedad, dolores de cabeza. Problemas y/o preocupaciones, insomnio Nerviosismo, malhumor, actitud-emociones Estado de ánimo, riesgo suicida.	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	Técnica: Encuesta Escala de salud mental GHQ-28.	Ordinal

Procrastinación académica	<p>Actividades que repercuten tanto en las responsabilidades de la vida cotidiana, haciendo que se debilite la autonomía del individuo en el cumplimiento de sus actividades diarias, afectando de esta manera su interacción social (Busko, 1998)</p>	<p>Se midió a través de la escala de procrastinación académica (EPA) constando de 12 ítems, la cual está conformado por dos dimensiones</p>	<p>Autorregulación académica</p> <p>Postergación de actividades</p>	<p>Establecer objetivos</p> <p>Crear estrategias de aprendizaje</p> <p>Evaluar su contexto</p> <p>Generar retrasos</p> <p>Aplazar y no cumplir con sus actividades</p>	<p>2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12</p> <p>1, 6, 7</p>	<p>Técnica:</p> <p>Encuesta</p> <p>Escala de procrastinación académica EPA (Busko, 1998).</p>	Ordinal
---------------------------	--	---	---	--	--	---	---------

ANEXO 03: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título del proyecto: Salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.

Institución: Universidad Señor de Sipán.

Investigadora: Vásquez Camacho Erika Violeta

Email: vcamachoe@crece.uss.edu.pe

Teléfono: 924 525 594

Presentación:

El presente es un estudio que tiene por finalidad determinar la relación entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023, por lo que su participación es primordial en este proceso y estaré agradecidos si accede.

La participación consiste en responder los cuestionarios que figuran a continuación. El proceso es completamente anónimo y confidencial, puede interrumpir su participación cuando usted considere pertinente sin que esto tenga repercusiones negativas para su persona.

Esta actividad es voluntaria y no habrá algún tipo de beneficio académico o monetario.

Muchas gracias por su atención.

Respuesta: He leído el Formulario de Consentimiento Informado y acepto participar en esta actividad de investigación. Comprendo que puedo dejar de participar en esta actividad en algún momento. También entiendo que no recibiré algún pago o beneficio académico por esta participación.

Firma: _____

Fecha: _____

ANEXO 04: MATRIZ DE CONSISTENCIA

Problema	Hipótesis	Objetivo General	Objetivo Específico	Tipo de Investigación	Diseño de Investigación
<p>¿Cuál es la relación entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023?</p>	<p>Existe relación estadísticamente significativa entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023.</p>	<p>Determinar la relación entre salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023</p>	<p>Determinar el nivel de salud mental en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023. Determinar el nivel de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023. Determinar la relación entre salud mental y las dimensiones de procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023. Determinar la relación entre las dimensiones de salud mental y procrastinación académica en estudiantes de una universidad privada de Chiclayo, 2023</p>	<p>Básica, tiene como objetivo mejorar las teorías científicas para una mejor comprensión y predicción de fenómenos naturales o de otro tipo. (Hernández y Mendoza, 2018).</p>	<p>En cuanto al diseño será observacional pues no se manipulará la variable, procesando los datos tal cual fueron encontrados; también será correlacional, porque buscará hallar cómo se comportan dos variables en una determinada muestra, por otra parte, se considera transversal de acuerdo al momento de la recolección de datos, el cual será único (Hernández y Mendoza, 2018).</p>

Anexo 05. Instrumentos

Cuestionario de Salud Mental De Goldberg GHQ-28

Edad: _____ Sexo: (M) (F) Fecha: _____

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a los problemas recientes que ha presentado en su vida diaria. Lee cada frase y contesta según las últimas semanas de tu vida marcando con una X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

1= No, en absoluto, 2= No más que lo habitual, 3= Bastante más que lo habitual, 4= Mucho más que lo habitual.

Ítems	1	2	3	4
1. ¿Se ha sentido perfectamente bien de salud y en plena forma?				
2. ¿Ha tenido la sensación de que necesitaba algún tipo de vitaminas?				
3. ¿Se ha sentido agotado(a) y sin fuerzas para nada?				
4. ¿Ha tenido sensación de que estaba enfermo(a)?				
5. ¿Ha padecido dolores de cabeza?				
6. ¿Ha tenido sensación de opresión en la cabeza, o de que la cabeza le va a estallar?				
7. ¿Ha tenido temperatura corporal alta o escalofríos?				
8. ¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño?				
9. ¿Ha tenido dificultades para dormir toda la noche?				
10. ¿Se ha notado constantemente agobiado(a) y en tensión?				
11. ¿Se ha sentido con los nervios a flor de piel y malhumorado(a)?				
12. ¿Se ha asustado o ha tenido pánico sin motivo?				
13. ¿Ha tenido sensación de que todo se le viene encima?				
14. ¿Se ha notado nervioso(a) y “a punto de explotar” constantemente?				
15. ¿Se las ha arreglado para mantenerse ocupado(a) y activo(a)?				
16. ¿Le cuesta más tiempo hacer las cosas?				
17. ¿Ha tenido la impresión, en conjunto, de que está haciendo bien las cosas?				
18. ¿Se ha sentido satisfecho(a) con su manera de hacer las cosas?				
19. ¿Ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida?				
20. ¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?				
21. ¿Ha sido capaz de disfrutar de sus actividades normales de cada día?				
22. ¿Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?				
23. ¿Ha estado viviendo la vida totalmente sin esperanza?				
24. ¿Ha tenido el sentimiento de que la vida no merece la pena vivirse?				
25. ¿Ha pensado en la posibilidad de “quitarse de en medio”?				
26. ¿Ha notado que a veces no puede hacer nada porque tiene los nervios fuera de control?				
27. ¿Ha notado que desea estar muerto y lejos de todo?				
28. ¿Ha notado que la idea de quitarse la vida le viene repentinamente a la cabeza?				

Escala de Procrastinación Académica (EPA)
(Busko, 1998; Domínguez, Villegas y Centeno, 2014)

Edad: _____ Sexo: (M) (F) Fecha: _____

A continuación, encontrarás una serie de preguntas que hacen referencia a tu modo de estudiar. Leer atentamente y contesta cada enunciado marcando con un X de acuerdo con la siguiente escala de valoración:

N= Nunca CN= Casi nunca AV= A veces CS= Casi siempre S= Siempre

Nº	Ítem	N	CN	AV	CS	S
1	Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes					
3	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda.					
4	Asisto regularmente a clase.					
5	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible.					
6	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan.					
7	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan					
8	Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio.					
9	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
10	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
11	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
12	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas.					

Anexo 06. Prueba de Normalidad

	Pruebas de normalidad			Shapiro-Wilk		
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Estadístico	gl	Sig.
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
SALUD_MENTAL	,079	304	,000	,993	304	,172
SINTOMAS_SOMATICOS	,114	304	,000	,977	304	,000
ANSIEDAD_Insomnio	,113	304	,000	,976	304	,000
DISFUNCION_SOCIAL	,097	304	,000	,977	304	,000
DEPRESION_SEVERA	,103	304	,000	,980	304	,000
PROCRASTINACIÓN	,092	304	,000	,988	304	,010
AUTORREGULACIÓN_ACA DÉMICA	,085	304	,000	,989	304	,026
POSTERGACIÓN_ACTIVIDAD	,112	304	,000	,971	304	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Anexo 07. Carta de autorización



-AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO-

Pimental, Julio de 2023

Señor:
Dra. Nelly Dioses Lescano
DECANA DE FACULTAD DE DERECHO Y HUMANIDADES/ USS

P
20/07/2023
3:20p

Presente.-

Asunto: Autorización para realizar la aplicación de instrumento.

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para expresarle mi cordial saludo a nombre de la Facultad de Derecho y Humanidades - Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Señor de Sipán, asimismo teniendo presente su alto espíritu de colaboración, le solicito gentilmente autorice el ingreso a su institución a la alumna VASQUEZ CAMACHO ERIKA VIOLETA, estudiante del Curso Taller de Actualización de Tesis del Programa de Estudios de Psicología, para que ejecute su investigación denominada "Salud Mental y Procrastinación Académica en estudiantes de una Universidad Privada de Chiclayo, 2023."

Sin otro en particular, agradecido de su amable consideración a la presente y oportuna respuesta, me despido no sin antes expresarle las muestras de mi especial consideración y estima.

Atentamente,

*Autorizado para
me efancia
Nelly Dioses
20/07/2023*



USS
Dr. Eugenio Jacques Rejano Santos
Director de la Escuela Profesional
de Psicología
UNIVERSIDAD SEÑOR DE SIPÁN S.A.C.