


Procrastinación académica en adolescentes del Perú: Revisión sistemática de factores emocionales, sociales y familiares

Academic Procrastination in Peruvian Adolescents:
A Systematic Review of Emotional, Social, and Family Factors

Jesús Yandir Hernández Aparcana


Universidad Privada San Juan Bautista, Ica, Perú

 <https://orcid.org/0000-0003-2639-6499>

Correspondencia: yandiro704@gmail.com

Angie Marisel Barrios Huarcaya


Universidad Privada San Juan Bautista, Ica, Perú

 <https://orcid.org/0000-0003-0351-1634>

Correo electrónico: ambarrioshuarcaya@gmail.com

Juan José Hernández Salas


Universidad Privada San Juan Bautista, Ica, Perú

 <https://orcid.org/0000-0002-2522-2107>

Correo electrónico: Jh493133@gmail.com

Yolanda Ruth Sukari Callasaca

Universidad Privada San Juan Bautista, Ica, Perú

 <https://orcid.org/0009-0001-4795-5053>

Correo electrónico: yoruthy8@gmail.com

Resumen

La procrastinación académica en adolescentes es un fenómeno que afecta negativamente su rendimiento escolar. En el contexto peruano, factores emocionales, sociales y familiares juegan un papel crucial en este comportamiento. Sin embargo, son pocos los estudios que abordan este fenómeno desde una perspectiva comprensiva en este contexto específico. El objetivo de este trabajo

fue analizar los modelos teóricos que explican la procrastinación académica en adolescentes peruanos y su relación con factores emocionales, sociales y familiares. Se realizó una revisión sistemática de la literatura, siguiendo los lineamientos PRISMA. Se seleccionaron estudios publicados entre 2019 y 2024, en español e inglés, provenientes de bases de datos como Scopus, Scielo, Redalyc y Google Académico. En total, se incluyeron siete estudios. Los estudios indican que la procrastinación académica en adolescentes peruanos está influenciada por diversos factores como la baja autorregulación emocional, la falta de motivación, la presión social y familiar. La procrastinación académica es un fenómeno multifactorial que no debe considerarse solo como un problema de desorganización.

Palabras clave: Procrastinación académica, adolescentes, factores emocionales, factores sociales, autorregulación emocional.

Abstract

Academic procrastination among adolescents undermines academic performance and, in Peru, is shaped by emotional, social, and family influences. This study reviewed theoretical models explaining academic procrastination in Peruvian adolescents and examined its links to emotional, social, and family factors. Following PRISMA guidelines a systematic review of the literature (2019-2024) was carried out from databases such as Scopus, Scielo, Redalyc, and Google Scholar, identified seven eligible studies in Spanish and English. The studies indicate that academic procrastination in Peruvian adolescents is multifactorial: low emotional self-regulation, lack of motivation, and social and family pressures are recurrent contributors. The evidence suggests academic procrastination should not be considered solely as disorganization but as an outcome of interacting emotional and contextual factors.

Keywords: Academic procrastination, adolescents, emotional factors, social factors, emotional self-regulation.

Introducción

La procrastinación es un problema que afecta a millones de personas, especialmente en el ámbito académico, donde se convierte en una barrera tanto para el aprendizaje como para el cumplimiento de las actividades escolares (Gutiérrez et al., 2020). En Perú, la procrastinación

académica es una problemática creciente que impacta el rendimiento de los estudiantes (Querevalú, & Echabaudes, 2020). Un estudio reciente encontró que los estudiantes con mayor inteligencia intrapersonal e interpersonal tienen mejor manejo del estrés y un estado de ánimo general positivo presentando niveles más bajos de procrastinación académica (Reátegui et al.,

2022). Por otro lado, el emplear estrategias como buscar pertenencia, esforzarse, enfocarse en lo positivo y mantener distracción física, ayuda a los estudiantes a reducir sus niveles de procrastinación (García et al., 2022).

Aunque es común retrasar alguna actividad, cuando la conducta se vuelve frecuente, puede tener consecuencias negativas para quienes la practican (González et al., 2023), afectando tanto al individuo como a quienes lo rodean, ya que influye en la toma de decisiones y en la capacidad para resolver conflictos (Vergara et al., 2023). No solo se trata de una falta de organización, sino que va acompañado de un malestar interno que refleja dificultades más profundas (Díaz Morales, 2019), implicando dificultades en la autorregularse a nivel mental, emocional y conductual (Akpur, 2020); lo cual se puede relacionar con factores como bajo control de los impulsos, falta de persistencia y problemas en la administración del tiempo (Ragusa et al., 2023).

En los adolescentes, la procrastinación tiene un impacto severo en su rendimiento académico (Mejía et al., 2018), presentándose como una falta de autorregulación que lleva a postergar el inicio o la continuación de sus actividades escolares (Reátegui et al., 2022). A pesar de conocer las fechas límite, los estudiantes se ven atrapados en ciclos repetitivos de postergación, lo que aumenta la presión a medida que la fecha se acercan (Alih, & Álvarez, 2021). Este comportamiento es más frecuente cuando los estudiantes no tienen metas claras o no ven la conexión

entre las tareas actuales y sus objetivos a largo plazo (Romero, & Romero, 2024).

Además de las consecuencias académicas, la procrastinación se relaciona con altos niveles de estrés, que llevan a los adolescentes a buscar formas de alivio emocional (Barraza, & Barraza, 2019). En casos más extremos, puede llegar a provocar ansiedad y depresión (Caratiquit, & Caratiquit, 2023), lo que refuerza que no es solo una cuestión de desinterés o pereza (López et al., 2021). Diversas investigaciones han identificado tres áreas clave asociadas con la procrastinación: la motivación, el aprendizaje y el esfuerzo sostenido (Duda, & Gallardo, 2022). En particular, la falta de motivación y las dificultades para mantener el esfuerzo incrementa la tendencia a procrastinar (Córdova et al., 2022).

Aunque la procrastinación académica ha sido estudiada en diversos contextos, la investigación en países latinoamericanos, como Perú, sigue siendo limitada. Este fenómeno tiene un impacto significativo en el rendimiento y bienestar de los adolescentes, ante esta situación, este trabajo tiene como objetivo presentar los modelos teóricos que explican la procrastinación académica y analizar sus factores emocionales, sociales y familiares en adolescentes peruanos.

Para abordar esta brecha en el conocimiento, la presente revisión sistemática analiza los factores que inciden en la procrastinación académica en adolescentes peruanos, basándose en estudios recientes. Los resultados preliminares

señalan una relación estrecha entre la procrastinación y elementos como la falta de autorregulación emocional, la presión social y las características de las dinámicas familiares. Este análisis proporcionará un marco útil para futuras investigaciones e intervenciones en los ámbitos educativo y psicológico.

Modelos teóricos sobre la procrastinación

La procrastinación ha sido explicada desde diversas perspectivas teóricas. Desde la perspectiva psicodinámica de Freud (1900) la procrastinación puede entenderse como resultado de procesos inconscientes y conflictos internos que influyen en el comportamiento de aplazar tareas, contribuyen a la repetición de este patrón de conducta (García et al., 2023).

En el modelo motivacional de Rothblum (1990), se sugiere que la procrastinación es una conducta ligada a la motivación y al logro personal, es decir, cuando una persona está motivada puede sostener sus acciones. Pero cuando una persona percibe una tarea de forma negativa desencadena la procrastinación como mecanismo de evasión (Delgado, & Fernández, 2023; Yana, 2022).

Otro modelo es el cognitivo de Beck (1960), en el puede entenderse la procrastinación como una mala gestión de patrones de la información, lo cual aumenta la ansiedad y el temor al fracaso, llevando al individuo a postergar tareas como mecanismo de alivio (Bautista et al., 2023; Delgado, &

Fernández, 2023; Reátegui et al., 2022; Tubilla, & Vivar, 2022)

Para finalizar, el modelo conductual sustentado en Skinner y Belmont (1993), se sostiene que la procrastinación es un comportamiento aprendido que se refuerza a través de refuerzos a corto plazo que brindan placer inmediato, que basándose en el principio de refuerzo positivo las recompensas inmediatas fortalecen el hábito procrastinador. En el contexto académico, esta conducta está relacionada con la ansiedad y la intolerancia a la frustración (Delgado, & Fernández, 2023; Querevalú, & Echabaudes, 2020)

Metodología

Diseño de investigación

El presente trabajo consiste en una revisión sistemática de la literatura científica que aborda la procrastinación académica en adolescentes en Perú. El proceso de selección y análisis de estudios se ha guiado por los lineamientos de la declaración PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), garantizando la transparencia y exhaustividad en la identificación y evaluación de la literatura relevante (Page et al., 2021).

Criterios de selección de los estudios

Criterios de inclusión: artículos donde la muestra de estudio esté conformada por adolescentes entre los 12 y 18 años que residen en Perú; artículos que evalúen la procrastinación; artículos escritos en español e inglés; artículos que utilicen

instrumentos validados; artículos publicados con una antigüedad máxima de 6 años (2019-2024) y artículos con acceso al texto completo.

Criterios de exclusión: artículos en que la muestra sea de adultos o niños; artículos que se hayan realizado fuera del territorio de Perú; artículos que tengan una antigüedad superior a los 6 años (publicados antes del 2019); artículos en los que no haya evidencias de la validación de los instrumentos; revisiones sistemáticas escritas en otros idiomas que no sean español e inglés y documentos que consistan en libros, capítulos de libro, editoriales, manuales, tesis doctorales o congresos.

Estrategia de búsqueda

La búsqueda se realizó en agosto del 2024 en las bases: Scopus, Scielo, Redalyc y Google Académico; teniendo en cuenta artículos publicados entre 2019 y 2024. La combinación de términos en Scielo y Google académico y operadores en español e inglés: «Adolescentes» OR «Jóvenes» OR «Teenagers» AND «Procrastinación» OR «Procrastinación académica» OR «Postergación» OR «Postergación académica» OR «Procrastination» OR «Academic procrastination» AND «Perú» OR «Peru» OR «peruano» OR «Peruvian»; mientras que en Scopus y Redalyc con una búsqueda solo en inglés: «Teenagers» OR «Young people» AND «Procrastination» OR «Academic procrastination» OR «Postponement» AND «Peru» AND NOT «Animals» OR «Childhood» OR «Early childhood» OR

«Adulthood». Los resultados obtenidos en las cuatro bases de datos consultadas fueron 97, de los cuales 37 son de Scopus, 15 de Scielo, 4 de Redalyc y 41 de Google Académico.

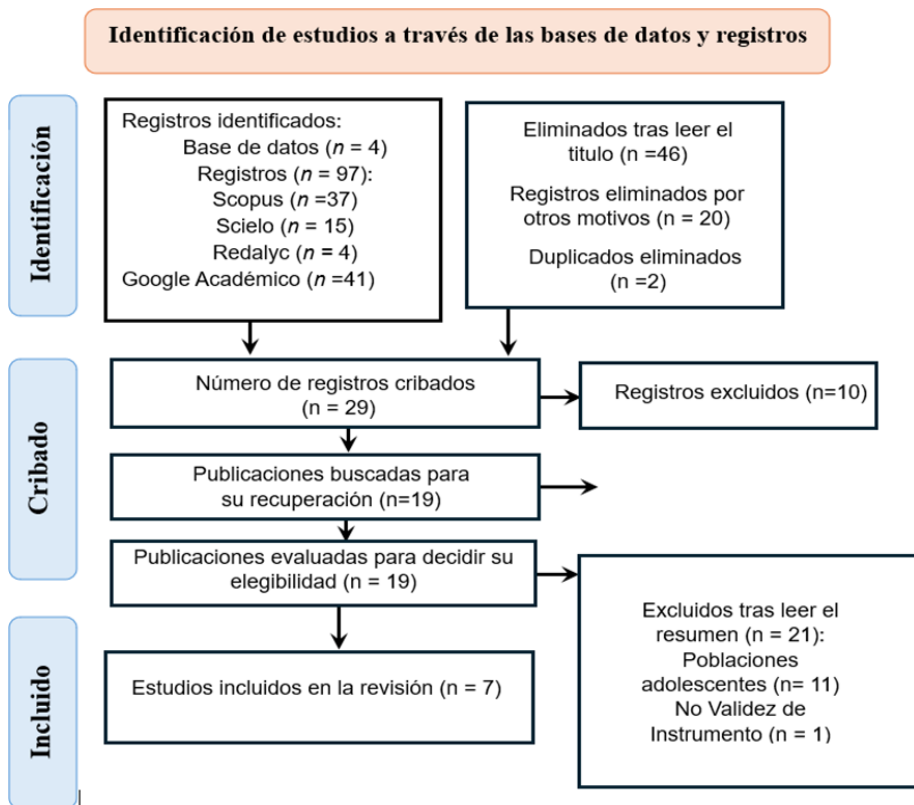
Procedimiento de selección y recolección de datos

Tras la búsqueda se exportaron los resultados a la aplicación Zotero donde se eliminaron los duplicados. Luego los datos fueron puestos en un archivo Excel donde se realizó la primera selección con las referencias de los artículos que contenían base de datos, autores, título, fecha, links y tipo.

La primera selección se realizó con la lectura del título, seleccionando aquellos que contengan la palabra procrastinación se obtuvieron como resultado 51 artículos válidos. Seguidamente, en la segunda selección se eliminaron 32 artículos debido a que se encontraban duplicados en dos o más bases de datos, quedando así, 29 artículos válidos en esta etapa. Como tercer y último paso se llevó a cabo la exclusión de aquellos artículos al leer los resúmenes donde debía figurar la muestra o población sean adolescentes entre 12 a 18 años y que el estudio haya sido realizado en el territorio peruano, verificando que no se trata de artículos donde la validez de los instrumentos. Es decir, se seleccionaron las publicaciones que cumplieran con los criterios de elegibilidad, y en caso de discrepancias los revisores discutieron detalladamente la inclusión o exclusión de la publicación hasta llegar a un consenso final.

A continuación, en la Figura 1, se observa el diagrama de flujo PRISMA correspondiente. Finalmente, 7 artículos cumplieron con los criterios de elegibilidad y fueron seleccionados para la revisión sistemática.

Figura 1.
Diagrama de flujo PRISMA



Resultados

Tras la selección realizada de acuerdo con los criterios de inclusión y exclusión presentados en la Figura 1, se identificaron siete estudios que cumplieron con los

requisitos para la revisión. Las características principales de estos estudios se detallan en la Tabla 1 y en la Tabla 2 se aprecian los estudios en función de los factores emocionales, sociales y familiares implicados.

Tabla 1.
Resumen de las características de los estudios seleccionados

Autores y año	Título	Muestra y edades	Revista	Diseño	Instrumentos
Bautista-Quispe et al. (2023)	Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular.	128 adolescentes 15 -18 años	Revista Universidad y Sociedad, 15(3), 509-517	Correlacional, no experimental transversal	Escala de Procrastinación Académica
García et al. (2023)	Procrastinación académica y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundaria de una institución educativa particular de Chiclayo.	102 estudiantes 12-17 años	Hacedor - AIAPÆC, 7(2) 2	Correlacional, no experimental transversal	Test de escala de procrastinación académica (EPA)
Portocarrero & Fernández (2023)	Procrastinación académica adolescentes de una institución educativa en tiempos de pandemia.	280 estudiantes 12-18 años	Revista Ecuatoriana de Psicología 6(14), 42-53	Correlacional, no experimental transversal	Test de escala de procrastinación académica (EPA)
Querevalú & Echabaudes (2020)	Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima.	280 estudiantes 14-18 años	Revista Científica de Ciencias de la Salud, 13(1), 79-87	Correlacional, no experimental transversal	Test de escala de procrastinación académica (EPA)
Reátegui et al. (2022)	Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de Tarapoto	480 estudiantes 11-18 años	Revista Científica de Ciencias de la Salud, 15(2), 33-42	Correlacional, no experimental transversal	Escala de Procrastinación Académica (EPA) adaptada al Perú por Domínguez, Villegas y Centeno 2014
Tubilla & Vivar (2023)	Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de secundaria – Chincha.	142 estudiantes 14-17 años	Acta Psicológica Peruana, 7(2), 193-214	Correlacional, no experimental transversal	Escala de Procrastinación Académica
Yana et al. (2022)	Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19	1,255 estudiantes 12-17 años	Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado 25(2), 129-143	Correlacional, no experimental transversal	Escala de Procrastinación Académica

Como se puede apreciar, todos los estudios seleccionados han seguido un diseño de investigación no experimental de tipo correlacional, con muestras pequeñas que tienen una media de 381 personas, siendo el estudio de García et al. (2023) el que tiene la muestra más pequeña (n= 102)

y el de Yana et al. (2022) el que tiene la muestra más grande (n= 1,255). Asimismo, todos los estudios utilizaron la Escala de Procrastinación Académica de Busko y con respecto al lugar de publicación, solo un estudio se publicó en Perú y los otros seis en revistas científicas del extranjero.

Tabla 2.

Estudios seleccionados sobre factores emocionales, sociales y familiares

Autores y Año	Factores emocionales	Factores sociales/familiares	Motivación y autorregulación
Bautista-Quispe et al. (2023)	Adicción a redes sociales	No reportado directamente	Procrastinación alta con uso excesivo de redes
García et al. (2023)	Estrategias de afrontamiento	No reportado directamente	Uso de estrategias reduce procrastinación
Portocarrero & Fernández (2023)	Ansiedad académica por pandemia	Cambios sociales por pandemia	Procrastinación aumenta con virtualidad
Querevalú & Echabaudes (2020)	Ansiedad frente a exámenes	Presión por rendimiento escolar	Relación directa entre ansiedad y procrastinación
Reategui et al. (2022)	Inteligencia emocional	No reportado directamente	Mayor inteligencia emocional, menor procrastinación
Tubilla & Vivar (2023)	Estres académico	No reportado directamente	Estres y falta de tiempo aumentan procrastinación
Yana et al. (2022)	Adicción a redes sociales	Impacto del confinamiento	Adicción afecta motivación y gestión del tiempo

Factores emocionales

Los estudios revisados evidencian que la procrastinación académica en adolescentes peruanos está fuertemente asociada con variables emocionales como la ansiedad, el estrés y la adicción a redes sociales. Por ejemplo, Bautista-Quispe et al. (2023) y Yana et al. (2022) señalan que un uso excesivo de redes sociales se relaciona con altos niveles de procrastinación, lo cual estaría vinculado a una búsqueda de gratificación inmediata y evasión emocional. Asimismo, Reategui et al. (2022) destacan

que los estudiantes con mayor inteligencia emocional tienden a procrastinar menos, sugiriendo una capacidad más efectiva para gestionar emociones negativas relacionadas con las tareas académicas. Por su parte, Tubilla y Vivar (2023) reportan que niveles elevados de estrés académico se correlacionan con mayores niveles de procrastinación.

Factores sociales y familiares

Aunque no todos los estudios incluyeron variables sociales y familiares

explícitamente, algunos identificaron su influencia indirecta. Portocarrero y Fernández (2023) y Yana et al. (2022) contextualizan sus hallazgos en situaciones de confinamiento y pandemia, donde los cambios en la estructura social y familiar incrementaron los niveles de procrastinación. Querevalú y Echabaudes (2020) abordan la presión escolar y las expectativas familiares como desencadenantes de ansiedad ante los exámenes, lo cual incrementa conductas de postergación. En general, los estudios sugieren que la falta de apoyo emocional, la presión externa y los entornos familiares inestables pueden contribuir significativamente al comportamiento procrastinador en los adolescentes.

Motivación y autorregulación académica

Una categoría clave que emergió de los estudios fue la baja motivación académica y las deficiencias en habilidades de autorregulación. García et al. (2023) encontraron que el uso de estrategias de afrontamiento como la concentración, la planificación y el enfoque en lo positivo se asocian con niveles más bajos de procrastinación. Reátegui et al. (2022) y Córdova et al. (2022) coinciden en que la ausencia de metas claras y la baja autoeficacia académica aumentan la tendencia a procrastinar. Asimismo, se reportaron dificultades en la gestión del tiempo y la persistencia en la tarea como aspectos recurrentes en adolescentes con altos niveles de procrastinación (Portocarrero, & Fernández, 2023; Tubilla, & Vivar, 2023).

Discusión

La presente revisión sistemática ha permitido identificar múltiples factores asociados a la procrastinación académica en adolescentes peruanos, revelando una complejidad que trasciende explicaciones centradas únicamente en la desorganización personal.

En términos emocionales, estudios internacionales coinciden con los hallazgos peruanos. Por ejemplo, Steel (2007) y Sirois (2014) argumentan que la procrastinación puede funcionar como una estrategia de autorregulación emocional disfuncional, particularmente cuando los estudiantes enfrentan tareas que generan ansiedad o temor al fracaso. Esto respalda lo encontrado en investigaciones nacionales como las de Reátegui et al. (2022) y Tubilla y Vivar (2023), quienes vinculan el bajo control emocional con mayores niveles de postergación. Así, la procrastinación no debe verse solo como una debilidad del carácter, sino como un mecanismo emocional que exige intervenciones específicas desde la psicoeducación y el desarrollo emocional.

Respecto a los factores sociales y familiares, la literatura internacional también subraya el papel del entorno. Zhang et al. (2022) demostraron que el estilo parental sobrecontrolador y la falta de comunicación familiar se asocian con una menor autonomía y mayor procrastinación en adolescentes. En ese sentido, los resultados peruanos (Querevalú, & Echabaudes, 2020; Yana et al., 2022) se alinean con estos hallazgos,

especialmente al resaltar cómo la presión académica externa y la falta de estructura familiar incrementan la vulnerabilidad a este comportamiento.

En el plano motivacional, estudios como los de Senécal et al. (2003) y Klassen et al. (2010) han resaltado que la procrastinación se incrementa cuando los adolescentes carecen de metas claras, experimentan baja autoeficacia o perciben las tareas como poco significativas. Esto coincide con la evidencia recogida en este análisis, particularmente en los trabajos de García et al. (2023) y Portocarrero y Fernández (2023), donde se enfatiza la falta de habilidades de autorregulación y planificación como un factor central.

Más allá de confirmar patrones previamente descritos, este análisis sugiere la necesidad urgente de abordajes preventivos e integrales que incluyan tanto variables individuales (como el fortalecimiento de la autorregulación emocional), como contextuales (clima familiar, prácticas pedagógicas, apoyo social). La intervención no debe limitarse a mejorar el rendimiento académico, sino también promover el bienestar emocional y las competencias para la vida.

Desde una perspectiva educativa, se recomienda la implementación de programas de intervención psicoeducativa centrados en la gestión del tiempo, el establecimiento de metas y la regulación emocional; que puedan ser desarrollados desde la escuela con apoyo interdisciplinario. Además, las familias y docentes deben ser capacitados para identificar signos

tempranos de procrastinación y brindar apoyo adecuado sin reforzar la presión o la culpa.

Por último, futuras investigaciones deberían explorar el papel mediador de variables como la resiliencia, el sentido de propósito y el apoyo social percibido; así como realizar estudios longitudinales que permitan entender la evolución de la procrastinación desde la adolescencia hasta la adultez emergente.

Conclusiones

La procrastinación académica en adolescentes peruanos se configura como un fenómeno multifactorial, influenciado por variables emocionales, sociales y motivacionales. Los hallazgos de esta revisión sistemática evidencian que una baja autorregulación emocional, el estrés, la ansiedad y la adicción a redes sociales constituyen factores clave que predisponen a la postergación de tareas escolares. Estas conductas, lejos de ser simples actos de desorganización, reflejan intentos de evasión ante situaciones académicas percibidas como amenazantes o demandantes.

Asimismo, se observó que los adolescentes expuestos a contextos familiares inestables, con escaso apoyo emocional o con presión académica excesiva, presentan una mayor vulnerabilidad hacia la procrastinación. Esto coincide con estudios internacionales que destacan la influencia de las dinámicas familiares y el estilo de crianza en la autorregulación y autonomía del adolescente.

En cuanto a la dimensión motivacional, la falta de metas claras, una baja autoeficacia y la deficiente gestión del tiempo emergen como elementos determinantes. El hecho de que varios estudios coincidan en la importancia de estas variables resalta la urgencia de abordajes educativos y psicopedagógicos que promuevan el desarrollo de habilidades de planificación, enfoque en metas personales y regulación emocional.

En síntesis, esta revisión permite concluir que la procrastinación académica en adolescentes no puede ser comprendida ni intervenida desde una sola perspectiva. Se requieren enfoques integrales e intersectoriales que incluyan a escuelas, familias y profesionales de la salud mental en la

implementación de estrategias preventivas y formativas. Además, se recomienda el desarrollo de futuras investigaciones longitudinales que exploren los efectos a largo plazo de la procrastinación y evalúen la eficacia de programas de intervención diseñados para reducirla en poblaciones escolares.

Financiamiento

La presente investigación fue autofinanciada.

Conflictos de interés.

Los autores declaran que no tienen conflictos de interés.

Referencias

- Akpur, U. (2020). The effect of procrastination on academic achievement: A Meta-Analysis Study. *International Journal of Educational Methodology*, 6(4), 681-690. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.4.681>
- Alih, N.-I., & Alvarez, A. L. (2021). Academic procrastination: Its effect on the learning productivity of senior high school students in Mindanao State University-Sulu. *Indonesian Community Empowerment Journal*, 1(2), 45-48. <https://doi.org/10.37275/icejournal.vii2.10>
- Barraza Macías, A., & Barraza Nevárez, S. (2019). Procrastinación y estrés. Análisis de su relación en alumnos de educación media superior. *CPU-e, Revista de Investigación Educativa*, 28, 132-151. <https://doi.org/10.25009/cpue.voi28.2602>
- Bautista Quispe, J. A., Velazco Reyes, B., Estrada Araoz, E. G., Córdova-Rojas, L. M., & Ascona Garcia, P. P. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular. *Revista Universidad y Sociedad*, 15(3), 509-517. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2218-36202023000300509&script=sci_arttext
- Caratiquit, K. D., & Caratiquit, L. J. C. (2023). Influence of social media addiction on academic achievement in distance learning: Intervening role of academic procrastination. *Turkish Online Journal of Distance Education*, 24(1), 1-19. <https://doi.org/10.17CCCC718/tojde.1060563>
- Córdova Cruz, J. A., Hidrobo Sevilla, J. S., Hidrobo Guzmán, J. F. G., Estrella Coello, M. B., Rueda, G. A., Rosero Tejada, X. A., Rueda Chuquirima, H. A., Mina Minda, D. M., Castro Cuchala, A. B., & Díaz Collaguazo, E. E. (2022). Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 3658-3677. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2490
- Delgado, E. P., & Fernández, L. M. (2023). Procrastinación académica en adolescentes de una institución educativa en tiempos de pandemia. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 6(14), <https://doi.org/10.33996/repsi.v6i14.88>
- Díaz Morales, J. (2019). Procrastinación: Una revisión de su medida y sus correlatos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica*, 2(51), 43-60. <https://doi.org/10.21865/RIDEP51.2.04>

- Duda Macera, B., & Gallardo-Echenique, E. (2022). Caracterización de la procrastinación académica en estudiantado universitario peruano. *Revista Electrónica Educare*, 26(2), 1-17. <https://doi.org/10.15359/ree.26-2.20>
- García, G., Díaz, D. M. D. de, y Cruz, M. (2023). Procrastinación académica y estrategias de afrontamiento en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa particular de Chiclayo -2022. *Hacedor - AIAPÆC*, 7(2), <https://doi.org/10.26495/rch.v7i2.2530>
- González Brignardello, M. P., Sánchez Elvira Paniagua, A., & López-González, M. Á. (2023). Academic procrastination in children and adolescents: A Scoping Review. *Children*, 10(6), 1016. <https://doi.org/10.3390/children10061016>
- Gutiérrez García, A. G., Huerta Cortés, M., & Landeros Velázquez, M. G. (2020). Relación entre funciones ejecutivas y hábitos de estudio con la procrastinación académica de estudiantes de bachillerato. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 23(2). <https://www.revistas.unam.mx/index.php/repi/article/view/77731>
- López Frías, M. F., Gonzáles Angulo, P., López Cocotle, J., Camacho Martínez, J., & Ramón Ramos, A. (2021). Procrastinación académica en estudiantes de enfermería de una Universidad de México. *Revista Electrónica en Educación y Pedagogía*, 5(9), 57-67. <https://doi.org/10.15658/rev.electron.educ.pedagog21.11050905>
- Mejía, C. R., Ruiz-Urbina, F. N., Benites-Gamboa, D., & Pereda-Castro, W. (2018). Factores académicos asociados a la procrastinación. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 34(3), 61-70. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=So864-21252018000300008
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *British Medical Journal*, 372(71). <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Querevalú, F., & Echabaudes Ilizarbe, R. (2020). Procrastinación académica y ansiedad frente a los exámenes en estudiantes de 3° a 5° del nivel secundario en colegios de Lima. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 13(1), 79-87. <https://doi.org/10.17162/rccs.v13i1.1350>
- Ragusa, A., González-Bernal, J., Trigueros, R., Caggiano, V., Navarro, N., Minguez-Minguez, L. A., Obregón, A. I., & Fernandez-Ortega, C. (2023). Effects of academic self-regulation on procrastination, academic stress and anxiety, resilience

and academic performance in a sample of Spanish secondary school students. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1073529>

- Reátegui Ríos, R. R., Tarrillo Montenegro, D., Córdova Saavedra, F., & Ramírez Vega, C. (2022). Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de Tarapoto, Perú – 2021. *Revista Científica de Ciencias de la Salud*, 15(2), 33-42. <https://doi.org/10.17162/rccs.v2i15.1891>
- Romero-Méndez, C. A., & Romero-Méndez, D. L. (2024). Procrastinación académica, adicción a redes sociales y funciones ejecutivas: Un estudio de autorreporte en adolescentes. *Revista Panamericana de Pedagogía*, 38, 110-127. <https://doi.org/10.21555/rpp.vi38.3126>
- Tubilla U, J., & Vivar B, J. (2022). Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de secundaria - Chíncha 2022. *Acta Psicológica Peruana*, 7(2), <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/ACPP/article/view/378>
- Vergara, L., Bernett, M., Serpa, A., Navarro-Obeid, J., Martínez, I., & Montes-Millan, J. (2023). Procrastinación académica en estudiantes de educación secundaria y media. *Revista Innova Educación*, 5(1), 88-99. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2023.05.006>
- Yana-Salluca, M., Adco-Valeriano, D. Y., Alanoca-Gutierrez, R., & Casa-Coila, M. D. (2022). Adicción a las redes sociales y la procrastinación académica en adolescentes peruanos en tiempos de coronavirus Covid-19. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 25(2), 129-143. <https://doi.org/10.6018/reifop.513311>
- Klassen, R. M., Krawchuk, L. L., & Rajani, S. (2010). Academic procrastination of undergraduates: Low self-efficacy to self-regulate predicts higher levels of procrastination. *Contemporary Educational Psychology*, 33(4), 915-931. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2007.07.001>
- Senécal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (2003). Self-regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology*, 133(5), 607-619. <https://doi.org/10.1080/00224545.1993.9712116>
- Sirois, F. M. (2014). Out of sight, out of time? A meta-analytic investigation of procrastination and time perspective. *European Journal of Personality*, 28(5), 511-520. <https://doi.org/10.1002/per.1947>

Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>

Zhang, Y., Wang, H., Luo, Y., Zhang, D., & Qiao, Z. (2022). Parenting style and academic procrastination among Chinese adolescents: The mediating role of self-control. *Current Psychology*, 41, 3248-3256. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00841-0>

Recibido: 11 de julio de 2025

Revisado: 22 de setiembre de 2025

Aceptado: 18 de noviembre de 2025