

# Adicción a las redes sociales y su influencia en la procrastinación académica en jóvenes universitarios peruanos

Diversos estudios muestran correlaciones entre la adicción a las redes sociales y la procrastinación, pero no se encuentran estudios predictivos que aborden esta influencia en nuestra región. En este contexto, el objetivo de esta investigación es analizar cómo la adicción a las redes sociales influye en la procrastinación académica en jóvenes universitarios. Se utilizó una muestra de 317 estudiantes de universidades públicas y privadas en Lima, con un 61.39% de mujeres y un 38.61% de hombres. Se aplicaron la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala Breve de Adicción a Redes Sociales (CARS-R). Los resultados indican que la adicción a las redes sociales tiene una influencia significativa tanto en la postergación de actividades ( $\beta = 0.420$ ) como en la desregulación académica ( $\beta = 0.326$ ). Los índices de ajuste (CFI = 0.93, TLI = 0.92, RMSEA = 0.074 con IC 90%: 0.066-0.081, y SRMR = 0.070) confirman un buen ajuste del modelo. En conclusión, la adicción a las redes sociales no solo genera una pérdida de tiempo, sino que también afecta la capacidad de los estudiantes para gestionar sus responsabilidades académicas, promoviendo una mayor procrastinación.

Co autores: Adrian Ramos y Ruth Pacheco

## Clasificación del trabajo de investigación

Proyecto de investigación

**Autor primario:** SANCHEZ, karla