



FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología

ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y PROCRASTINACIÓN EN ESCOLARES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA NACIONAL, SAN JUAN DE LURIGANCHO, 2023

Tesis para optar al título profesional de:

Licenciada en Psicología

Autores:

Luz Clarita De la Cruz Lucas

Nina Marleny Estrada Santos

Asesor:

Mg. Erica Rojana González Ponce de Leon

<http://orcid.org/000-0002-6940-3751>

Lima - Perú

2025

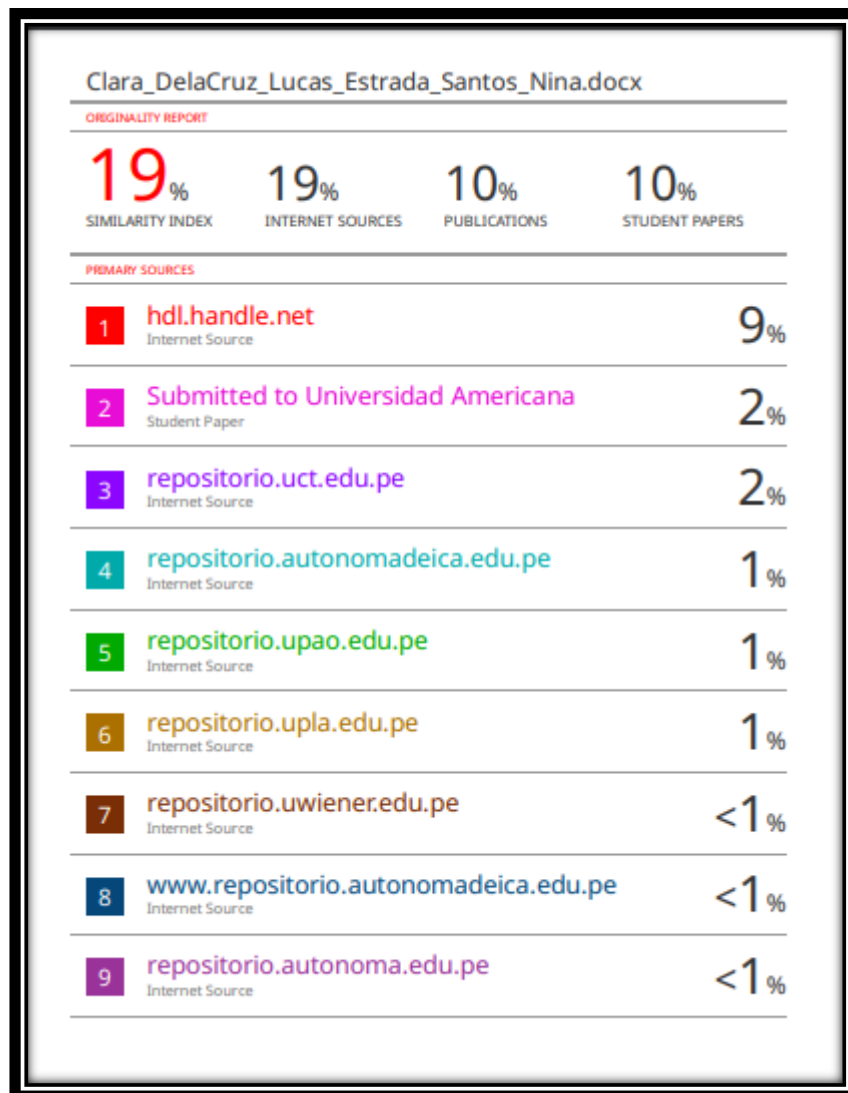
JURADO EVALUADOR

Jurado 1 Presidente(a)	Gregorio Ernesto Tomas Quispe

Jurado 2	Janeth Molina Alvarado

Jurado 3	Erica Rojana Gonzalez Ponce De Leon

Informe de Similitud



Dedicatoria

Dedicamos esta tesis a nuestros padres, hermanos y sobrinos quienes fueron nuestro motor y motivo para poder culminar satisfactoriamente nuestra carrera, a nuestros docentes por todo sus apoyos y consejos brindados.

Agradecimiento

Agradecer a Dios, por habernos guiado y acompañado durante nuestra etapa universitaria, dándonos las fortalezas y el impulso necesario para afrontar con gallardía y responsabilidad todos los desafíos en nuestro camino.

A nuestros padres, por el gran amor, dedicación, y sobre todo comprensión que nos brindaron para orientarnos hacia un camino de bien, buscando en nosotras la práctica constante de los valores y enseñándonos a que, con la perseverancia puedes conseguir todo lo que te propones.

A nuestra asesora, por sus constantes sugerencias y correcciones que contribuyeron con el desarrollo de este proyecto.

Así mismo, queremos agradecer a todas aquellas personas que directa o indirectamente formaron parte de este proyecto y que gracias a ellos nuestra investigación haya podido realizarse con éxito.

Tabla de contenidos

Índice de tablas	7
Resumen	8
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN.....	9
1.1. Realidad problemática	9
1.2. Formulación del problema.....	40
1.2.1. Problema general.	40
1.2.2. Problemas específicos.....	40
1.3. Objetivos.....	41
1.3.1. Objetivo general.....	41
1.3.2. Objetivos específicos.	41
1.4. Hipótesis	41
1.4.1. Hipótesis general	42
1.4.2. Hipótesis específicas.....	42
CAPÍTULO II: METODOLOGÍA	43
CAPÍTULO III: RESULTADOS	49
3.1. Prueba de hipótesis general	49
3.2. Contraste de Hipótesis específicas.....	50
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	53
REFERENCIAS	58
ANEXOS.....	74

Índice de tablas

Tabla 1_ Validez Basada en el Contenido.....	45
Tabla 2 _Estadísticas de fiabilidad Variable: adicción a redes sociales y procrastinación académica	47
Tabla 3 Correlación de la hipótesis general.....	49
Tabla 4 Correlación de la hipótesis específica 1	50
Tabla 5 Correlación de la hipótesis específica 2	51
Tabla 6 Correlación de la hipótesis específica 3	52

Resumen

La investigación tuvo como objetivo determinar la relación entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en escolares de nivel secundaria de una institución educativa nacional en San Juan de Lurigancho, 2023. La investigación fue cuantitativa, con un diseño no experimental, descriptiva, correlacional de corte transversal, con una muestra de 113 escolares de nivel secundaria de una institución educativa nacional en San Juan de Lurigancho, empleando la encuesta como técnica de recolección de datos. El instrumento utilizado fue la escala de Riesgo de Adicción-Adolescente a las Redes Sociales Elaborado por Ecurra y Salas en 2014 de la Ciudad de Lima, Perú; adaptado por González et al. (2021) y Escala de Procrastinación Académica (EPA) de Busko (1998) adaptada por Zumárraga-Espinosa et al. (2021). Los resultados inferenciales del objetivo general, dado a que el resultado de p-valor fue de 0.000, al ser menor que 0.005 se acepta la hipótesis planteada en la investigación, es decir, existe relación directa entre la adicción a las redes sociales y procrastinación académica en escolares de nivel secundaria de una institución educativa nacional en San Juan de Lurigancho, 2023.

Palabras Claves

Adicción a las redes sociales, procrastinación académica, obsesión, autorregulación.

NOTA

El contenido de la investigación no se encuentra disponible en **acceso abierto** por determinación de los propios autores, en concordancia con en el Texto Integrado del Reglamento RENATI (artículo 12), la Directiva N°048-2020-CONCYTEC-P que regula el Repositorio Nacional Digital de Ciencia, Tecnología e Innovación de Acceso Abierto (ALICIA) administrado por el pliego Consejo Nacional de Ciencia, Tecnología e Innovación Tecnológica - CONCYTEC y la Ley N° 29733, Ley de Protección de Datos Personales.

REFERENCIAS

- Afacan, O., & Ozbek, N. (2019). Investigation of social media addiction of high school students. *International Journal of Educational Methodology*, 5(2), 235-245.
<https://dergipark.org.tr/en/pub/ijem/issue/45208/566226>
- Aguilar Davis, V. (2021). *Autorregulación docente: Modelos para el fortalecimiento e investigación de la docencia*. España: Ediciones Octaedro.
- Aparicio Martínez, P., Ruiz Rubio, M., Perea Moreno, A. J., Martínez Jiménez, M. P., Pagliari, C., Redel Macías, M. D., y Vaquero Abellán, M. (2020). Gender differences in the addiction to social networks in the Southern Spanish university students. *Telematics and Informatics*, 46, 101304.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0736585319307968>
- Araujo Morales, L. V., y Santisteban Salvador, L. (2022). Adicción a redes sociales, procrastinación académica y satisfacción familiar en estudiantes de secundaria en instituciones educativas privadas adventistas, de la región San Martín, durante la emergencia sanitaria, 2021. *Revista Científica De Ciencias De La Salud*, 15(2), 75-82.
https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/rc_salud/article/view/1896
- Arifiana, I. Y., Rahmawati, H., Hanurawan, F., y Eva, N. (2020). Stop academic procrastination during Covid 19: Academic procrastination reduces subjective well-being. *KnE Social Sciences*, 312-325.

<https://knepublishing.com/index.php/KnE-Social/article/view/8220>

Azizi, S. M., Soroush, A., y Khatony, A. (2019). The relationship between social networking addiction and academic performance in Iranian students of medical sciences: a cross-sectional study. *BMC psychology*, 7(1), 1-8.

<https://bmcpublishing.biomedcentral.com/articles/10.1186/s40359-019-0305-0>

Bae, E. S., Kang, H. S., y Lee, H. N. (2020). The mediating effect of sleep quality in the relationship between academic stress and social network service addiction tendency among adolescents. *Research in Community and Public Health Nursing*, 31(3), 290-299.

<http://rcphn.org/journal/view.php?doi=10.12799/jkachn.2020.31.3.290>

Bautista Ortuño, R., Bonete López, B., Erades Pérez, N., Iborra Bernabéu, E., Lorente Martínez, R., Oltra Cucarella, J., Estévez Casellas, C., Sitges Maciá, E., Valverde Cano, L. (2022). *Psicología. Introducción al estudio del comportamiento humano*. España: Editorial Sanz y Torres, S.L.

Bautista Quispe, J. A., Velazco Reyes, B., Estrada Araoz, E. G., Córdova Rojas, L. M., y Ascona García, P. P. (2023). Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en adolescentes de educación básica regular. *Universidad Y Sociedad*, 15(3), 509-517.

<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3805>

- Bedón Cando, J. C., y Flores Hernández, V. F. (2023). Academic procrastination and risk of addiction to social networks and internet in high school students. *LATAM Revista Latinoamericana De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 4(1), 598–609. <http://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/276>
- Bliuc, A. M., Doan, T. N., y Best, D. (2019). Sober social networks: The role of online support groups in recovery from alcohol addiction. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 29(2), 121-132. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/casp.2388>
- Boursier, V., Gioia, F., Musetti, A., y Schimmenti, A. (2020). Facing loneliness and anxiety during the COVID-19 isolation: the role of excessive social media use in a sample of Italian adults. *Frontiers in psychiatry*, 11, 586222. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2020.586222/full>
- Cahuana Cuti, D. E. (2019). *Adicción a las redes sociales y procrastinación académica en estudiantes del nivel secundario de una institución educativa de Arequipa, 2019*. [Tesis de Grado, Universidad Peruana Unión]. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/2822/Daniel_Trabajo_Bachiller_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Caligor, E. Kernberg, O. F. (2020). *Terapia psicodinámica para la patología de la personalidad: tratamiento del funcionamiento intrapsíquico e interpersonal*. España: Desclée De Brouwer.

- Cao, X., y Yu, L. (2019). Exploring the influence of excessive social media use at work: A three-dimension usage perspective. *International Journal of Information Management*, 46, 83-92.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S026840121830690X>
- Cervin, M., Perrin, S., Olsson, E., Aspvall, K., Geller, D. A., Wilhelm, S., & Mataix-Cols, D. (2020). The centrality of doubting and checking in the network structure of obsessive-compulsive symptom dimensions in youth. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(7), 880-889.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S089085671931442X>
- Charitaki, G., Soulis, S. G., y Tyropoli, R. (2021). Academic self-regulation in autism spectrum disorder: A principal components analysis. *International Journal of Disability, Development and Education*, 68(1), 26-45.
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1034912X.2019.1640353>
- Cheng, C., & Lau, Y. C. (2022). Social media addiction during COVID-19-mandated physical distancing: relatedness needs as motives. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8), 4621.
<https://www.mdpi.com/1660-4601/19/8/4621>
- Córdova Cruz, J. A., Hidrobo Sevilla, J. S., Hidrobo Guzmán, J. F., Estrella Coello, M. B., Rueda Rueda, G. A., Rosero Tejada, X. A., Rueda Chuquirima, H. A., Mina Minda, D. M., Castro Cuchala, A. B., y Díaz Collaguazo, E. E. (2022). Procrastinación académica de adolescentes en tiempos de pandemia. *Ciencia*

Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(3), 3658-3677.

<https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2490>

Cuadrado Guirado, I., Navas Luque, M., García Fernández, M. del C., Calderón López, S., Morera Bello, M. D., Gaviria Stewart, E., Horenczyk, G., López Rodríguez, L., Nieves Quiles del Castillo, M., Tatar, M. (2020). *El estudio del prejuicio en psicología social*. España: Sanz y Torres.

Deng, L., Daverpanah, N., y Izadpanah, S. (2023). The effect of educational computer games on the academic resilience, academic self-regulation, and academic achievement of EFL students. *Frontiers in Psychology*, 13, 947577.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.947577/full>

Dorca Fornell, C., Moreno Crespo, P., y Moreno Fernández, O. (2022). *Más allá de la didáctica tradicional*. España: ARANZADI / CIVITAS.

Esra, M. E. Ş. E., y Sevilen, Ç. (2021). Factors influencing EFL students' motivation in online learning: A qualitative case study. *Journal of Educational Technology and Online Learning*, 4(1), 11-22.

<https://dergipark.org.tr/en/pub/jetol/issue/60134/817680>

Fentaw, Y., Moges, B. T., & Ismail, S. M. (2022). Academic procrastination behavior among public university students. *Education Research International*.

<https://www.hindawi.com/journals/edri/2022/1277866/>

Fineberg, N. A., Van Ameringen, M., Drummond, L., Hollander, E., Stein, D. J., Geller,

D., ... & Dell'Osso, B. (2020). How to manage obsessive-compulsive disorder (OCD) under COVID-19: A clinician's guide from the International College of Obsessive Compulsive Spectrum Disorders (ICOCS) and the Obsessive-Compulsive and Related Disorders Research Network (OCRN) of the European College of Neuropsychopharmacology. *Comprehensive psychiatry*, 100, 152174.

García Martínez, Verónica, & Silva Payró, Martha Patricia. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea. Validación de un cuestionario. *Apertura (Guadalajara, Jal.)*, 11(2), 122-137. Epub 25 de febrero de 2020. <https://doi.org/10.32870/ap.v11n2.1673>

García Vilema, M. I., y Roque Herrera, Y. (2023). Adicción a videojuegos y procrastinación académica en la unidad educativa comunitaria intercultural bilingüe. *EMAUS. Puriq*, 5(e461).
<http://revistas.unah.edu.pe/index.php/puriq/article/view/461>

Gong, M., Yu, L., y Luqman, A. (2020). Understanding the formation mechanism of mobile social networking site addiction: evidence from WeChat users. *Behaviour & Information Technology*, 39(11), 1176-1191.
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0144929X.2019.1653993>

González Serra, D. J. (2022). *Los niveles de la motivación. Teoría y evaluación*. Cuba: Editorial pueblo y EDUCAC.

Grupo Investigación Formación Tratamiento psicológicos (2021). Adicción a internet.

Consultado el 01 septiembre del 2023.

<https://www.giftpsicologia.com/adiccion-a-internet/#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de,se%20califica%20ya%20como%20enfermedad.>

Gugliandolo, M. C., Costa, S., Kuss, D. J., Cuzzocrea, F., & Verrastro, V. (2020).

Technological addiction in adolescents: The interplay between parenting and psychological basic needs. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18, 1389-1402. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-019-00156-4>

Hernández Romero, Y. y Chimal Hernández, S. A. (2022). *Psicología del desarrollo: Una perspectiva clínica*. Editorial El Manual Moderno.

Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X., y Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300-1323. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1745691620966789>

Hussain, Z., y Griffiths, M. D. (2021). The associations between problematic social networking site use and sleep quality, attention-deficit hyperactivity disorder, depression, anxiety and stress. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19, 686-700. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-019-00175-1>

- Karimi, V., & Amini Mostafa Abadi, N. (2022). Methods of academic evaluation in E-learning and its consequences on academic procrastination. *Information and Communication Technology in Educational Sciences*, 12(47), 45-62.
https://ictedu.sari.iau.ir/article_689712.html?lang=en
- Kurniasanti, K. S., Assandi, P., Ismail, R. I., Nasrun, M. W. S., y Wiguna, T. (2019). Internet addiction: a new addiction?. *Medical Journal of Indonesia*, 28(1), 82-91. <http://mji.ui.ac.id/journal/index.php/mji/article/view/2752>
- Liu, C., y Ma, J. L. (2019). Adult attachment style, emotion regulation, and social networking sites addiction. *Frontiers in psychology*, 10, 2352.
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.02352/full>
- Masood, A., Luqman, A., Feng, Y., y Ali, A. (2020). Adverse consequences of excessive social networking site use on academic performance: Explaining underlying mechanism from stress perspective. *Computers in human behavior*, 113, 106476.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563220302284>
- Meier, M., Kossakowski, J. J., Jones, P. J., Kay, B., Riemann, B. C., & McNally, R. J. (2020). Obsessive–compulsive symptoms in eating disorders: A network investigation. *International Journal of Eating Disorders*, 53(3), 362-371.
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/eat.23196>
- Melgaard, J., Monir, R., Lasrado, L. A., y Fagerstrøm, A. (2022). Academic

procrastination and online learning during the COVID-19 pandemic. *Procedia computer science*, 196, 117-124.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877050921022195>

Miranda, S., Trigo, I., Rodrigues, R. y Duarte, M. (2023) Addiction to social networking sites: Motivations, flow, and sense of belonging at the root of addiction. *Technological Forecasting and Social Change*, (188), 0040-1625. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2022.122280>.

Paredes Gutiérrez, A. M. (2019). *Adicción A Las Redes Sociales Y Procrastinación Académica En Estudiantes De Una Institución Educativa Del Distrito De Paján*. [Tesis de Maestra, Universidad César Vallejo]. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37872/paredes_ga-SD.pdf?sequence=5&isAllowed=y

Parmaksız, İ. (2023). The effect of phubbing, a behavioral problem, on academic procrastination: The mediating and moderating role of academic self-efficacy. *Psychology in the Schools*, 60(1), 105-121. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/pits.22765>

Peixoto, E. M., Pallini, A. C., Vallerand, R. J., Rahimi, S., y Silva, M. V. (2021). The role of passion for studies on academic procrastination and mental health during the COVID-19 pandemic. *Social Psychology of education*, 24(3), 877-893. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11218-021-09636-9>

Peris, M., de la Barrera, U., Schoeps, K., y Montoya Castilla, I. (2020). Psychological risk factors that predict social networking and internet addiction in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 17(12), 4598. <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/12/4598>

Portillo Peñuelas, S. A. (2023). Procrastinación académica durante la pandemia por COVID-19 en estudiantes de bachillerato en línea en México. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 2(32), 1-14. <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/article/view/3501>

Rathod, A. S., Ingole, A., Gaidhane, A., & Choudhari, S. G. (2022). Psychological Morbidities Associated With Excessive Usage of Smartphones Among Adolescents and Young Adults: A Review. *Cureus*, 14(10). <https://www.cureus.com/articles/113342-psychological-morbidities-associated-with-excessive-usage-of-smartphones-among-adolescents-and-young-adults-a-review.pdf>

Sánchez Reyes, C. E., y Calle García, X. (2019). Estrategias innovadoras en la planificación curricular, un reto de la educación contemporánea. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)*, 4(3), 43-54. http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2550-65872019000300043&script=sci_arttext

Sarango Chillo, E., y Shugulí, C. (2023). Procrastinación académica y su relación con la

ansiedad escolar en estudiantes de bachillerato de Orellana. *Psicología Unemi*, 7(13), 52-63. <https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1764>

Seo, D., y Ray, S. (2019). Habit and addiction in the use of social networking sites: Their nature, antecedents, and consequences. *Computers in Human Behavior*, 99, 109-125.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563219301931>

Sepiadou, I., & Metallidou, P. (2023). Academic hardiness as a moderator of the relation between perfectionism and academic procrastination in university students. *European Journal of Psychology of Education*, 38(3), 1053-1071.
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10212-022-00648-3>

Shaked, L., & Altarac, H. (2022). Exploring academic procrastination: Perceptions, self-regulation, and consequences. *Journal of University Teaching & Learning Practice*, 19(3), 15. <https://ro.uow.edu.au/jutlp/vol19/iss3/15/>

Soleimani H., Samadi, S., Sirois, F. & Goodarzi, H. (2023). Mindfulness intervention for academic procrastination: A randomized control trial. *Learning and Individual Differences*, (101), 1041-6080.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102244>.

Stockdale, L. A., y Coyne, S. M. (2020). Bored and online: Reasons for using social media, problematic social networking site use, and behavioral outcomes across the transition from adolescence to emerging adulthood. *Journal of adolescence*,

79, 173-183.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0140197120300105>

Tateno, M., Teo, A. R., Ukai, W., Kanazawa, J., Katsuki, R., Kubo, H., & Kato, T. A.

(2019). Internet addiction, smartphone addiction, and hikikomori trait in Japanese young adult: Social isolation and social network. *Frontiers in psychiatry*, 10, 455.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2019.00455/full>

Temesio, S., García, S., y Perez, A. (2021). Rendimiento estudiantil en tiempo de

pandemia: percepciones sobre aspectos con mayor impacto. *Revista*

Iberoamericana de Tecnología en Educación y Educación en Tecnología, (28),

359-369. <http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1850->

[99592021000100046&script=sci_arttext](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1850-99592021000100046&script=sci_arttext)

Theobald, M. (2021). Self-regulated learning training programs enhance university

students' academic performance, self-regulated learning strategies, and

motivation: A meta-analysis. *Contemporary Educational Psychology*, 66,

101976.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0361476X21000357>

Turgunova, F., y Abdurahimovna, R. S. (2023). Ways To Increase Students' motivation

In English Classes. *Журнал иностранных языков и лингвистики*, 5(5).

<https://phys-tech.jdpu.uz/index.php/fl/article/view/7908>

Vaghefi, I., Qahri-Saremi, H., y Turel, O. (2020). Dealing with social networking site addiction: A cognitive-affective model of discontinuance decisions. *Internet Research*, 30(5), 1427-1453.

<https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/INTR-10-2019-0418/full/html>

Valencia Ortiz, R., Cabero Almenara, J., Garay Ruiz, U., y Fernández Robles, B. (2021). Problemática de estudio e investigación de la adicción a las redes sociales online en jóvenes y adolescentes. *Revista Tecnología, Ciencia y Educación*, 18, 99-125. <https://idus.us.es/handle/11441/104915>

Valencia-Ortiz, R., Cabero-Almenara, J. and Garay Ruiz, U. (2021). Addiction to social networks in Mexican students: perceptions of students and teachers. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 19, 103-122.

<https://doi.org/10.51302/tce.2021.616>.

Valenzuela, R., Codina, N., Castillo, I., y Pestana, J. V. (2020). Young university students' academic self-regulation profiles and their associated procrastination: autonomous functioning requires self-regulated operations. *Frontiers in Psychology*, 11, 354.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.00354/full>

Wei H., Ru-De L., Yi D., Shuyang J., Xiantong Y. y Xiaotian S. (2021). Academic procrastination precedes problematic mobile phone use in Chinese adolescents: A longitudinal mediation model of distraction cognitions. *Addictive Behaviors*,

(121), 0306-4603. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106993>.

Weinstein, A. M., & Siste, K. (2023). Excessive and problematic smartphone usage, volume II. *Frontiers in Psychiatry*, 14, 1181652.

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2023.1181652/full>

World Health Organization. (2019, April 17). WHO releases first guideline on digital health interventions. <https://www.who.int/es/news/item/17-04-2019-who-releases-first-guideline-on-digital-health-interventions>

Xuan, Y. J., & Amat, M. A. C. (2020). Social media addiction and young people: A systematic review of literature. *J. Crit. Rev*, 7(13), 537-541.

[https://www.researchgate.net/profile/Yap-Xuan-](https://www.researchgate.net/profile/Yap-Xuan-2/publication/343523958_SOCIAL_MEDIA_ADDICTION_AND_YOUNG_PEOPLE_A_SYSTEMATIC_REVIEW_OF_LITERATURE/links/5f2e500492851cd302e76452/SOCIAL-MEDIA-ADDICTION-AND-YOUNG-PEOPLE-A-SYSTEMATIC-REVIEW-OF-LITERATURE.pdf)

[2/publication/343523958_SOCIAL_MEDIA_ADDICTION_AND_YOUNG_PEOPLE_A_SYSTEMATIC_REVIEW_OF_LITERATURE/links/5f2e500492851cd302e76452/SOCIAL-MEDIA-ADDICTION-AND-YOUNG-PEOPLE-A-SYSTEMATIC-REVIEW-OF-LITERATURE.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Yap-Xuan-2/publication/343523958_SOCIAL_MEDIA_ADDICTION_AND_YOUNG_PEOPLE_A_SYSTEMATIC_REVIEW_OF_LITERATURE/links/5f2e500492851cd302e76452/SOCIAL-MEDIA-ADDICTION-AND-YOUNG-PEOPLE-A-SYSTEMATIC-REVIEW-OF-LITERATURE.pdf)

Yana Salluca, M., Adco Valeriano, D. Y., Alanoca Gutiérrez, R. y 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://revistas.um.es/reifop/article/view/513311/324351>

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://revistas.um.es/reifop/article/view/513311>

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>

Yin, S., Rodriguez Andina, J. J., y Jiang, Y. (2019). Real-time monitoring and control of industrial cyberphysical systems: With integrated plant-wide monitoring and control framework. *IEEE Industrial Electronics Magazine*, 13(4), 38-47.
<https://ieeexplore.ieee.org/abstract/document/8939185/>

Yu, L., y Luo, T. (2021). Social networking addiction among Hong Kong university students: Its health consequences and relationships with parenting behaviors. *Frontiers in Public Health*, 8, 555990.
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpubh.2020.555990/full>

Zambrano, C., Bravo, I., Maluenda Albornoz, J., y Infante Villagrán, V. A. (2021). Planificación y uso del tiempo académico asincrónico de estudiantes universitarios en condiciones de pandemia. *Formación universitaria*, 14(4), 113-122. <https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718->

50062021000400113&script=sci_arttext

Zhao, L. (2021). The impact of social media use types and social media addiction on subjective well-being of college students: A comparative analysis of addicted and non-addicted students. *Computers in Human Behavior Reports*, 4, 100122. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2451958821000701>

Zumárraga Espinosa, M. y Cevallos Pozo, G. (2021). Evaluación psicométrica de la Escala de Procrastinación Académica (EPA) y la Escala de Resiliencia Académica (ARS-30) en personas universitarias de Quito-Ecuador. *Revista Educación*, 45(1), <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=44064134034>