



RELACIÓN ENTRE PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Relationship between academic procrastination and anxiety in undergraduate students

Autores

Mariela Ruiz Alpiri

<https://orcid.org/0009-0006-2055-773X>

mariela.ruiz@uab.edu.bo

Carrera de Psicología - Universidad Adventista de Bolivia

Camila Jhoselin Beltran Duran

<https://orcid.org/0009-0003-9492-3737>

camila.beltran@uab.edu.bo

Carrera de Psicología - Universidad Adventista de Bolivia

Britney Simmone Chavez Siles

<https://orcid.org/0009-0005-7372-918X>

brit.chavez@uab.edu.bo

Carrera de Psicología - Universidad Adventista de Bolivia

Tania Vanessa Lanchimba Imbago

<https://orcid.org/0009-0008-4924-5021>

tania.lanchimba@uab.edu.bo

Carrera de Psicología - Universidad Adventista de Bolivia

Resumen

La procrastinación puede ser descrita como el hábito de postergar la ejecución de una tarea importante, optando en su lugar por llevar a cabo actividades de menor relevancia. Por otro lado, la ansiedad ha sido definida como un estado de fatiga y malestar, acompañado de signos físicos como dificultad para respirar y presión sobre la región precordial. El artículo aborda la relación entre ansiedad y procrastinación académica en 48 estudiantes universitarios de las carreras del área de salud cursando el último semestre en la Universidad Adventista de Bolivia. Este estudio adopta un enfoque cuantitativo y utiliza un diseño correlacional. La recolección de datos se realizó utilizando la "Escala de Procrastinación Académica" compuesto por 16 ítems y la "Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung" compuesto por 20 ítems. Los resultados mostraron que existe una correlación de ,297. Este dato se considera una relación positiva y baja entre ansiedad y procrastinación. Sin embargo, esto no implica una causalidad entre dichas variables. El artículo concluye que la actitud de procrastinar no afecta necesariamente el desempeño de los estudiantes y tampoco es un factor psicológico que lleva a una conducta de ansiedad.

Palabras clave: Procrastinación, Ansiedad, Estudiantes Universitarios.

Abstract

Procrastination can be described as the habit of postponing the execution of an important task, opting instead to carry out activities of lesser relevance. On the other hand, anxiety has been defined as a state of fatigue and discomfort, accompanied by physical signs such as shortness of breath and pressure over the precordial region. This article addresses the relationship between anxiety and academic procrastination in 48 university students of health careers in their last semester at the Adventist University of Bolivia. This study adopts a quantitative approach and uses a correlational design. Data collection was performed using the "Academic Procrastination Scale" composed of 16 items and the "Zung Anxiety Self-Assessment Scale" composed of 20 items. The results showed that there is a correlation of .297. This is considered a positive and low relationship between anxiety and procrastination. However, this does not imply causality between these variables. The article concludes that the attitude of procrastination does not necessarily affect students' performance, nor is it a psychological factor that leads to anxious behavior.

Keywords: Procrastination, Anxiety, University Students.



INTRODUCCIÓN

La ansiedad etimológicamente proviene del vocablo latín “anxietas”, y ha sido definida como un estado de fatiga y malestar, acompañado de signos físicos como dificultad para respirar y presión sobre la región precordial (Sarudiansky, 2013).

Marks (1986) sostiene que, es una combinación de manifestaciones físicas y psicológicas, expresadas ya sea como una crisis, o bien como un estado de ánimo, por lo general, este estado se presenta en función a la interpretación de peligro que percibe la persona, lo cual no puede ser atribuidas a situaciones reales, sino, más bien están relacionadas con la preocupación ante futuros peligros que no pueden ser definidos o previstos de manera concreta. Este es un trastorno común en los estudiantes universitarios debido a actividades propias de la educación universitaria tales como las participaciones y exposiciones en clases, la sobrecarga de trabajo y el poco tiempo para su ejecución, las exigencias de los docentes, la competencia entre pares, así como la presión que tienen al rendir sus diferentes evaluaciones (Flores, Chávez y Aragón, 2016). Como se observa, los trastornos de ansiedad influyen negativamente en la calidad de vida de los estudiantes y en su desenvolvimiento académico, familiar, laboral y social, asimismo, promueven la aparición de otros trastornos psiquiátricos como el abuso de sustancias o la depresión y se relacionan con algunas enfermedades como la presión arterial alta, el asma, las úlceras gastrointestinales y el síndrome del intestino irritable (Lozano y Vega, 2013). En el ámbito académico, de no tratarse, podría ocasionar la desaprobación de cursos, disminución de sus niveles de bienestar, problemas emocionales o el retraso en el egreso y hasta el fracaso académico (Domínguez et al., 2017).

La procrastinación puede ser descrita como el hábito de postergar la ejecución de una tarea importante, optando en su lugar por llevar a cabo actividades de menor relevancia. Así como menciona (Steel, 2007) La procrastinación se puede entender como el comportamiento que lleva a retrasar una tarea, realizando en su lugar, otra menos importante.

Se entiende también como una tendencia irracional que desarrollan ciertos individuos a aplazar o retrasar el comienzo del cumplimiento de una tarea por un periodo indeterminado de tiempo. Comúnmente, esa conducta se genera como protección ante situaciones que considera inaceptables o amenazadoras. La procrastinación académica se relaciona con la conducta intencionada del estudiante de postergar actividades dentro del ámbito educativo, caracterizándose por un comportamiento disfuncional expresado como falta de: puntualidad, cumplimiento de los plazos, capacidad de discrepancia, concentración en las actividades del estudio. Hace referencia, entonces, a la postergación voluntaria de tareas que deben ser entregadas en un determinado tiempo (Ferrari, Driscoll & Diaz 2007; Quant & Sánchez, 2012).

Altamirano Chérrez y Rodríguez Pérez (2021) llevaron a cabo un estudio el cual buscaba establecer la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad. La muestra en la que se llevó a cabo el estudio fue en cincuenta estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Ambate; se utilizaron la Escala de Procrastinación Académica de Busko con un Alfa de Cronbach de 0.923 y la Escala de valoración para la Ansiedad de Hamilton, con un Alfa de Cronbach que oscila entre 0,79 y 0,86. Por los resultados obtenidos se estableció una correlación estadísticamente significativa entre postergación de actividades y la



ansiedad; los cuales permitieron conocer que la mayoría de los estudiantes evaluados se ubicaron dentro del nivel promedio.

De igual manera Marquina, Horna y Huairé (2018) concretaron otra investigación que tuvo como objetivo determinar la relación existente entre procrastinación académica y ansiedad; en una muestra de cien estudiantes universitarios del primer año de estudios generales de una universidad particular en Lima Perú los cuales tuvieron entre 18 y 23 años; los instrumentos utilizados para esta investigación fueron en primer lugar, la Escala de Procrastinación Académica (EPA) desarrollada por Busko en el año 1998 y adaptada por Álvarez en el año 2010, donde se obtuvo un alfa de Cronbach obtenido fue de 0.80; como segundo instrumento, se utilizó la Escala de Autoevaluación de la ansiedad de ZUNG (E.A.A). Desarrollada por Zung en el año 1965 y adaptada por Astocondor en el año 2010, con un alfa de Cronbach 0.81. Cabe recalcar que la selección de los participantes fue favorecida por la disponibilidad de acceso a la muestra. Los resultados presentan una correlación significativamente inversa, eso significa que a mayor procrastinación se presentará menos ansiedad. Se concluyó entonces que la actitud de procrastinar no afecta el desempeño de los estudiantes y tampoco es un factor psicológico que lleva a una conducta de ansiedad; probablemente a que la ansiedad que presentaron los estudiantes se debió a otros factores.

Araoz y Uchasara (2020) realizaron un estudio para determinar la relación entre ansiedad y procrastinación académica con 220 estudiantes en la Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Perú. Aplicaron la Escala de Procrastinación Académica, con un coeficiente Alfa de Cronbach de 0,881 y la Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung, el coeficiente Alfa de Cronbach obtenido fue de 0,834. Los resultados indicaron que el 48,2%

de los estudiantes presentan un alto nivel de procrastinación académica y se concluyó que cuanto más procrastinan los estudiantes, sus niveles de ansiedad serán más altos.

Chillo y Shugulí por su parte realizaron un estudio que tenía como objetivo analizar la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad escolar en estudiantes de una unidad educativa de la provincia de Orellana en Ecuador. En una muestra de 210 estudiantes de Bachillerato General Unificado, se aplicó la Escala de Procrastinación Académica (EPA) que fue diseñada por Busko (1988) con un alfa de Cronbach de 0,83. Otro instrumento utilizado fue el Inventario de Ansiedad Escolar (IAES), desarrollado por García- Fernández et al., (2011) en su versión de 25 ítems y adaptada y validada a la versión española con un alfa de Cronbach de 0.93. Los resultados obtenidos indican que los estudiantes presentan niveles bajos de Procrastinación Académica y moderados de Ansiedad Escolar, existiendo una correlación leve pero significativa entre las dos variables.

La procrastinación es un comportamiento prevalente en la población universitaria. Se estima que entre el 80% y el 95% de los estudiantes universitarios adopta conductas dilatorias en algún momento. El 75% se considera a sí mismo procrastinador y el 50% aplaza frecuentemente la dedicación a los estudios (Steel, 2007). Por tanto, este fenómeno se encuentra presente en el ámbito educativo y produce efectos negativos en el aprendizaje.

Otro factor relacionado a las conductas dilatorias en el comportamiento en estudiantes universitarios es la ansiedad. Esta etapa implica que son una población donde se consolidan los planes de vida, se adquiere la mayoría de edad, se asumen nuevas responsabilidades sociales y las presiones psicosociales y académicas aumentan. Investigadores se centraron en medir el nivel de



procrastinación y estudiar las razones por las cuales las personas retrasaban tareas y si estos niveles se relacionaban con otros factores como depresión y ansiedad (Ferrari, Parker, & Ware, 1992). Entonces, los niveles de ansiedad podrían estar relacionados con la procrastinación académica, afectando el rendimiento de los estudiantes universitarios.

El propósito de este estudio es determinar la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad de los estudiantes de último semestre de las carreras de Bioquímica, Nutrición, Fisioterapia y Enfermería de la UAB de la gestión II del año 2023.

MÉTODO

El presente estudio adopta un enfoque de investigación de naturaleza cuantitativa, caracterizado por un diseño correlacional. El objetivo central de esta investigación radica en la evaluación de la relación estadística existente entre las variables ansiedad y procrastinación académica.

La población objeto de estudio estuvo compuesta por estudiantes del último semestre de las carreras de Enfermería, Fisioterapia y Nutrición de la Universidad Adventista de Bolivia (UAB) durante la gestión II del año 2023.

Se utilizaron dos instrumentos de medición con el fin de recopilar datos relevantes. El primero de estos instrumentos es la "Escala de Procrastinación Académica", compuesto por 16 ítems y un alfa de Cronbach de 0,9, diseñado específicamente para evaluar los niveles de procrastinación académica en los individuos. Para medir, este instrumento utiliza la escala de Likert, con las siguientes opciones: siempre, casi siempre, a veces, casi nunca y nunca.

El segundo instrumento empleado es la "Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung", compuesto por 20 ítems y un alfa de Cronbach de 0,7, procura para medir y evaluar los niveles de ansiedad en la

población de estudio. Para medir, este instrumento utiliza la escala de Likert, con las siguientes opciones: nunca o casi nunca, a veces, con bastante frecuencia y siempre o casi siempre.

La elección de un enfoque cuantitativo y un diseño correlacional permitirá analizar de manera rigurosa la relación entre las variables mencionadas, contribuyendo así a la comprensión de la interacción entre la ansiedad y la procrastinación académica en el contexto de estudiantes universitarios de último semestre en el área de salud de la UAB.

RESULTADOS

Los datos fueron analizados mediante el software IBM SPSS versión 26. Se obtuvieron los siguientes resultados. En la tabla 1 se observa que la mayoría de encuestados pertenecientes a carreras del área de salud de la UAB, muestran que en esta primera dimensión afectiva tienen una tendencia alta de sentirse "a veces" intranquilos, atemorizados, alterados y en contraste dicen que "todo está bien"; por lo que un 46,9 % experimentan estos estados en momentos específicos, pero no de manera constante.

Por otro lado, cabe notar que un 8,3% ha respondido "siempre" en los ítems "atemorizado sin motivo", "como deshaciendo en pedazos" y "todo está bien no va a pasar nada malo". Así también, un 33,3 % expresa que siente con "bastante frecuencia" que se está "deshaciendo en pedazos".

Otro dato relevante es que un 18,8% y un 14,6% afirma sentirse intranquilo y alterado siempre.

Sólo un 35% afirma que casi nunca se siente atemorizado.

En cuanto a los datos recolectados sobre la dimensión somática de ansiedad, la tabla 2 revela que un alto porcentaje, un 54,14% de los estudiantes "nunca o casi nunca" ha sufrido



desmayos, temblor en las manos y pies, sensación de manos secas o calientes, ni sufre de pesadillas.

Por otro lado, un 18,8% menciona que presenta dolores de cabeza y sensación de debilidad y cansancio “siempre o casi siempre”.

Un 66,7 % dice que “a veces” orina con bastante frecuencia y de la misma manera, un 52,1% “a veces” se siente intranquilo.

En la tabla 3, los datos nos muestran que el 50% de la población “a veces” realiza los trabajos a último minuto, y una minoría, correspondiente al 6,3% casi “nunca” realiza los trabajos a último minuto.

Para el ítem “Realizar trabajos la noche anterior” un 54,2% respondió que “a veces” lo hace, sin embargo, apenas un 2,1% “nunca” realiza trabajos la noche anterior.

Un 45,8% de la población “a veces” realiza los trabajos el mismo día y en cambio, un 6,3% responde que “nunca” los realiza el mismo día.

En el ítem “Postergo trabajos” se evidencia que nuevamente, una mayoría correspondiente al 47,9% tiende “a veces” a postergar los trabajos, y un 8,3% “siempre” lo hace.

También encontramos que un 54,2% “a veces” posterga lecturas y un 6,3% “siempre” las posterga. Por otro lado, para el ítem “Desafío con emoción” un 50% “a veces” lo hace, y una minoría que es el 6,3% prefiere no hacerlo.

En cuanto a los datos recolectados sobre la dimensión autorregulación de procrastinación, la tabla 4 nos indica un porcentaje de 47,4% de los estudiantes “a veces” realizan estas actividades para evitar la procrastinación las cuales son “preparar por adelantado”, “invertir tiempo”, “trabajos importantes”, “hacer hoy”.

Por otro lado, tiene un porcentaje de 47.9% en el ítem “asisto regularmente a clases” en la opción “siempre”, sin embargo, en el mismo ítem presenta un bajo porcentaje de 2.1% en la opción “nunca”.

Tabla 1 Dimensión Afectiva – Ansiedad

	Intranquilo		Atemorizado		Me altero		Deshaciendo		Todo bien	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
NUNCA O CASI										
NUNCA	7	14,6	17	35,4	9	18,8	14	29,2	7	14,6
A VECES	24	50,0	18	37,5	21	43,8	14	29,2	27	56,3
CON BASTANTE										
FRECUENCIA	8	16,7	9	18,8	11	22,9	16	33,3	10	20,8
SIEMPRE O CASI										
SIEMPRE	9	18,8	4	8,3	7	14,6	4	8,3	4	8,3
Total	48	100	48	100	48	100	48	100	48	100

Fuente: elaboración propia, 2023.

Los resultados indican que los estudiantes presentan principalmente ansiedad afectiva en niveles moderados, con respuestas como “a veces” lo que indica que la ansiedad afectiva aparece de forma situacional y no constante.



Tabla 2 Dimensión Somática - Ansiedad

		Nunca o casi nunca	A veces	Con bastante frecuencia	Siempre o casi siempre	Total
Tiemblan	f	24	12	8	4	48
	%	50	25	16,7	8,3	100
Dolor cabeza	f	7	18	14	9	48
	%	14,6	37,5	29,2	18,8	100
Débil	f	5	23	11	9	48
	%	10,4	47,9	22,9	18,8	100
Intranquilo	f	13	25	5	5	48
	%	27,1	52,1	10,4	10,4	100
Corazón late	f	18	19	10	1	48
	%	37,5	39,6	20,8	2,1	100
Mareos	f	19	18	9	2	48
	%	39,6	37,5	18,8	4,2	100
Desmayo	f	32	12	3	1	48
	%	66,7	25	6,3	2,1	100
Respirar	f	7	10	14	17	48
	%	14,6	20,8	29,2	35,4	100
Hormiguean	f	18	20	5	5	48
	%	37,5	41,7	10,4	10,4	100
Estómago	f	15	19	13	1	48
	%	31,3	39,6	27,1	2,1	100
Orina	f	13	32	3		48
	%	27,1	66,7	6,3		100
Manos	f	28	13	5	2	48
	%	58,3	27,1	10,4	4,2	100
Cara roja	f	15	23	8	2	48
	%	31,3	47,9	16,7	4,2	100
Descanso	f	13	22	10	3	48
	%	27,1	45,8	20,8	6,3	100
Pesadilla	f	20	23	4	1	48
	%	41,7	47,9	8,3	2,1	100

Fuente: elaboración propia, 2023.



Los resultados indican que la mayoría de los síntomas físicos por ansiedad, como temblores, mareos o desmayos, se presentan en menor frecuencia a diferencia del dolor de cabeza, debilidad e intranquilidad que es más frecuente.

Tabla 3 Dimensión postergación - procrastinación

	Último minuto		Noche anterior		Mismo día		Postergo trabajos		Postergo lecturas		Desafío con emoción	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Siempre	8	16,7	5	10,4	7	14,6	4	8,3	3	6,3	7	14,6
Casi siempre	13	27,1	9	18,8	11	22,9	10	20,8	10	20,8	7	14,6
A veces	24	50	26	54,2	22	45,8	23	47,9	26	54,2	24	50
Casi nunca	3	6,3	7	14,6	5	10,4	6	12,5	5	10,4	7	14,6
Nunca			1	2,1	3	6,3	5	10,4	4	8,3	3	6,3
							48	100				
TOTAL	48	100	48	100	48	100			48	100	48	100

Fuente: elaboración propia, 2023.

Los resultados indican que la conducta de postergar actividades académicas se da con mayor frecuencia, varios de los estudiantes realizan trabajos a último minuto, la noche anterior o el mismo día, mostrando una tendencia a procrastinar.

Tabla 4

Dimensión autorregulación – procrastinación

		Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca	Total
Preparo adelantado	f	3	7	24	10	4	48
	%	6,3	14,6	50	20,8	8,3	100
Busco ayuda	f	12	11	19	5	1	48
	%	25	22,9	39,6	10,4	2,1	100
Asisto regularmente	f	23	18	6		1	48
	%	47,9	37,5	12,5		2,1	100
Completar trabajo	f	15	15	15	3		48
	%	31,3	31,3	31,3	6,3		100
Mejorar hábitos	f	7	22	15	3	1	48
	%	14,6	45,8	31,3	6,3	2,1	100
Invierto tiempo	f	7	9	25	6	1	48
	%	14,6	18,8	52,1	12,5	2,1	100
Motivarme	f	8	16	18	3	3	48
	%	16,7	33,3	37,5	6,3	6,3	100
Trabajos importantes	f	9	11	21	3	4	48



	%	18,8	22,9	43,8	6,3	8,3	100
Revisar tareas	f	10	15	17	4	2	48
	%	20,8	31,3	35,4	8,3	4,2	100
Hacer hoy	f	6	11	21	8	2	48
	%	12,5	22,9	43,8	16,7	4,2	100

Fuente: elaboración propia, 2023.

Los resultados indican que, aunque varios estudiantes postergan tareas, también aplican conductas de autorregulación como buscar ayuda, asistir a clases y completar trabajos, esto indica que la autorregulación está presente, pero no suficientemente fuerte para evitar la procrastinación.

Tabla 5

Correlación entre Ansiedad y Procrastinación

		Ansiedad	Procrastinación
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	,297*
	Sig. (bilateral)		0,041
	N	48	48
Procrastinación	Correlación de Pearson	,297*	1
	Sig. (bilateral)	0,041	
	N	48	48

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: elaboración propia, 2023

Los resultados muestran una correlación positiva baja ($r = .297$), lo cual sugiere que, a medida que aumenta la procrastinación, tiende a aumentar ligeramente la ansiedad.

Finalmente, en la tabla 5 se observa que en la población que participó en esta investigación, existe una correlación positiva significativa entre ansiedad y procrastinación, pero no implica necesariamente causalidad entre estas dos variables.

DISCUSIÓN

Los hallazgos que se han obtenido en esta investigación, con el uso de la "Escala de Procrastinación Académica" y la "Escala de Autoevaluación de Ansiedad de Zung", revelaron que una gran mayoría de los estudiantes universitarios del área de salud de la Universidad Adventista de Bolivia "a veces" experimentan estos estados de ansiedad con características afectivas y

somáticas en momentos específicos, pero no de manera constante. La ansiedad se manifestó principalmente sintiéndose un 46,9% intranquilos, atemorizados, alterados. Por otro lado, un 18,8% menciona que presenta dolores de cabeza y sensación de debilidad y cansancio "casi siempre". Con respecto a los resultados de procrastinación académica alrededor del 50 % de los estudiantes muestran una tendencia de comportamientos de postergación en sus trabajos, realizar una noche anterior o el mismo día las actividades que tienen designadas. Sin embargo, otro 50% indica que procura desarrollar comportamientos de autorregulación tomando "tiempo en prepararse para los exámenes" e "invertir tiempo en estudiar".



Como se ha demostrado en los resultados, existe una correlación positiva significativa entre ansiedad y procrastinación. Sin embargo, esto no implica una causalidad entre la ansiedad y la procrastinación académica.

Comparando estos resultados con los obtenidos por Marquina, Horna y Huairé en su investigación sobre la relación existente entre procrastinación académica y ansiedad; en una muestra de cien estudiantes universitarios del primer año de estudios generales de una universidad particular en Lima Perú en 2018, se observa una similitud en los hallazgos, ya que no se evidencia una correlación altamente positiva, sino al contrario, una correlación baja entre las variables. Se concluye entonces, que la actitud de procrastinar no afecta el desempeño de los estudiantes y tampoco es un factor psicológico que lleva a una conducta de ansiedad.

CONCLUSIÓN

A través del análisis del presente estudio se estableció que existe una correlación de ,297 la cual es positiva baja, lo que significa que las variables procrastinación académica y ansiedad no muestran una relación de causalidad entre ellas. Estos resultados enfatizan que la procrastinación académica no es causa total y única de la ansiedad en estudiantes de carreras de salud de la UAB.

Se obtuvo como resultado que los estudiantes pertenecientes a las carreras de salud de la Universidad Adventista de Bolivia muestran una ambivalencia entre la tendencia a postergar su trabajo y, por otro lado, aprovechar el tiempo a prepararse para los exámenes. Así mismo, existe un bajo porcentaje de estudiantes que presentan síntomas dentro de los parámetros comunes relacionados con la ansiedad como ser, dolores de cabeza y sensación de debilidad y cansancio. Estos

hallazgos resaltan la importancia de estudiar a cada población como única según su contexto.

Estos hallazgos permiten comprender que, si bien la ansiedad y la procrastinación pueden coexistir, no necesariamente se influyen de manera directa, lo que sugiere la presencia de otros factores personales o académicos que podrían intervenir.

En términos de aplicaciones prácticas, los resultados destacan la importancia de implementar estrategias de acompañamiento psicológico y académico, tales como talleres de manejo del estrés, programas de fortalecimiento de hábitos de estudio y acciones de seguimiento docente orientadas a mejorar la organización del tiempo, estas intervenciones podrían contribuir a reducir la procrastinación lo que en consecuencia disminuiría los niveles de ansiedad asociados a las demandas académicas.

BIBLIOGRAFÍA

- Altamirano Chérrez, C. E., & Rodríguez Pérez, M. L. (2021). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad. *Revista Eugenio Espejo*, 15(3), 16-28.
- Araoz, E. G. E., & Uchasara, H. J. M. (2020). Procrastinación académica y ansiedad en estudiantes universitarios de Madre de Dios, Perú. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 322-337.
- Bolívar, D. P., Ballesteros, L. P., & Ramírez, C. S. (2014). Relación entre procrastinación académica y ansiedad-rasgo en estudiantes de psicología. *Cuadernos hispanoamericanos de Psicología*, 14(1), 31-44.
- Chillo, E. S., & Shugulí, C. (2023). Procrastinación académica y su relación con la ansiedad



- escolar en estudiantes de bachillerato de orellana. *Psicología unemi*, 7(13), 52-63.
- Domínguez, S., Calderón, G., Alarcón, D. y Navarro, J. (2017). Relación entre ansiedad ante exámenes y rendimiento en exámenes en universitarios: análisis preliminar de la diferencia según asignatura. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 11(1), 163-173.
- Estremadoiro Parada, B., & Schulmeyer, M. K. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51-66.
- Ferrari, J., Driscoll, M. & Diaz, J. (2007). Examinn the Self of Chornic Procrastinators: Actual, Ought, and Undesired Attributes, 5(2), 115-123.
- Ferrari, J. R., Parker, J. T., & Ware, C. B. (1992). Academic procrastination: Personality correlates with Myers-Briggs types, self-efficacy, and academic locus of control. *Journal of Social Behavior and Personality*, 7(3), 495-502.
- Flores, M., Chávez, M. y Aragón, L. (2016). Situaciones que generan ansiedad en estudiantes de Odontología. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 8(2), 35-41.
- Jesús, M. L. R., Eduardo, H. C. V., & Huairé Inacio, E. J. (2018). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios. *Revista ConCiencia EPG*, 3(2), 89-97.
- Lozano, A. y Vega, J. (2013). Evaluación psicométrica y desarrollo de una versión reducida de la nueva escala de ansiedad en una muestra hospitalaria de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Publica*, 30(2), 212-219.
- Marks, I. (1986). Tratamiento de neurosis. Barcelona: Martínez Roca.
- Marquina, R. M., Horna, V. E., y Huairé, E. J. (2018). Ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios: Anxiety and procrastination in university students. *ConCiencia EPG*, 3(2), 89-97. <https://doi.org/10.32654/CONCIENCIAEPG.3-2.6>
- Sarudiansky, M. (2013). Ansiedad, angustia y neurosis. Antecedentes conceptuales e históricos. *Psicología Iberoamericana*, 21(2), 19-28. <https://www.redalyc.org/pdf/1339/133930525003.pdf>
- Steel, P. (2007). The nature of procrastination: A metanalyticand theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94.
- Quant, M. & Sánchez, A. (2012). Procrastinación, procrastinación académica, concepto implicaciones. *Revista vanguardia psicológica*, 3, 44-55.