



Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), julio-agosto 2026,
Volumen 10, Número 4.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i4

RELACIÓN ENTRE PROCRASTINACIÓN Y ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PROCRASTINATION AND
ACADEMIC STRESS AMONG COLLEGE STUDENTS**

Charlie Mauricio Rivas Berrones

Universidad de Investigación e Innovación de México

Evelyn Rene Sany Aldaz

Universidad Estatal de Bolívar

Relación entre procrastinación y estrés académico en estudiantes de educación superior

Charlie Mauricio Rivas Berrones¹

charlie.rivas@ueb.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0003-9489-3988>

Universidad Estatal de Bolívar
Ecuador

Evelyn Rene Sany Aldaz

esanyczs5@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0001-6856-6460>

Universidad Estatal de Bolívar
Ecuador

RESUMEN

La investigación se enfocó en determinar la relación existente entre la procrastinación y el estrés académicos en alumnos de educación superior, para lo cual se llevó a cabo un estudio con enfoque cuantitativo de alcance correlacional, e implementando un diseño no experimental y de corte transversal. La muestra aplicada estuvo compuesta por 384 estudiantes que se seleccionaron promedio de un muestreo de carácter no probabilístico por conveniencia. Asimismo, la información se obtuvo por medio de la integración de un cuestionario conformado por 10 ítems desde la perspectiva de la escala Likert, cuya confiabilidad tuvo un Alfa de Cronbach de 0.821, procesando la información en el software IBM SPSS Statistics, con ayuda de estadísticos descriptivos, así como de la prueba de normalidad tanto de Kolmogorov-Smirnov y el coeficiente de correlación de Spearman, lo cual permitió encontrar hallazgos sobre un predominio solo de nivel medio, tanto de la procrastinación como del estrés académico, destacando que no existe una relación de forma estadística entre ($p = -0,007$; $p = 0,897$). Por lo cual, se concluye que la procrastinación y estrés académico tienen un comportamiento independiente, y que no tienen ninguna incidencia en la población estudiada.

Palabras clave: procrastinación académica; estrés académico; educación superior

¹ Autor principal

Correspondencia: charlie.rivas@ueb.edu.ec

The Relationship Between Procrastination and Academic Stress Among College Students

ABSTRACT

The research focused on determining the relationship between procrastination and academic stress among higher education students. To this end, a quantitative study with a correlational approach was conducted, using a non-experimental, cross-sectional design. The sample consisted of 384 students selected through non-probabilistic convenience sampling. Data were collected using a 10-item questionnaire based on a Likert scale, with a Cronbach's alpha reliability coefficient of 0.821. The data were analyzed using IBM SPSS Statistics software, employing descriptive statistics as well as the Kolmogorov-Smirnov normality test -Smirnov normality test and Spearman's correlation coefficient. This analysis revealed that both procrastination and academic history were predominantly at a moderate level, highlighting that there is no statistically significant relationship between them ($\rho = -0.007$; $p = 0.897$). Therefore, it is concluded that procrastination and academic stress are independent variables and have no impact on the study population.

Keywords: academic procrastination; academic stress; higher education

Artículo recibido 20 mayo 2026

Aceptado para publicación: 20 junio 2026



INTRODUCCIÓN

Actualmente, las instituciones de educación superior enfrentan el desafío de fortalecer hábitos de estudio que favorezcan un mejor desempeño académico entre sus estudiantes. Por esa razón, es frecuente encontrar estudiantes que postergan trabajos, lecturas o evaluaciones; de hecho, la evidencia científica relaciona esta práctica con dificultades para organizar actividades, mantener la constancia y responder oportunamente a las exigencias académicas (Brignardello et al., 2023). Por tal motivo, prestar atención a este comportamiento resulta necesario, debido a que su análisis contribuye a comprender una situación presente en la vida universitaria, aportando con elementos útiles para establecer futuras estrategias de apoyo al estudiante.

Por lo mencionado, es importante mencionar que mientras sucede la formación universitaria, muchos estudiantes deben reorganizar de forma constante sus prioridades para responder a evaluaciones, proyectos, o en su defecto, otras obligaciones que se presentan casi de manera simultánea, destacando que la forma de afrontar ese proceso no es necesariamente uniforme. Algunas personas logran adaptarse con mayor facilidad, mientras que otras comienzan a experimentar respuestas que terminan afectando su equilibrio emocional, desempeño y su bienestar general, lo cual se evidencia en diversos estudios adherentes a la población universitaria (Ramos et al., 2020; Gonzales et al., 2026). Desde este enfoque, incorporar este aspecto dentro de la investigación permite ampliar la comprensión del fenómeno estudiado con la finalidad de interpretar con mayor claridad la posible relación entre el estrés y la procrastinación.

Por lo expuesto, es necesario destacar que cumplir con las responsabilidades universitarias exige mantener un esfuerzo de carácter constante durante todo el proceso de enseñanza, aunque esa organización no siempre se conserva con el paso de las semanas, evidenciando que dejar actividades para después puede generar una mayor acumulación de tareas y hacer que los estudiantes enfrenten las fechas de entrega con más preocupación y presión. Este escenario determina que aquello se relaciona con una asociación significativa entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de educación superior (Zhang et al., 2025; Guambo, 2025). Por ello, comprender cómo interactúan ambas variables permite interpretar con mayor claridad una realidad frecuente dentro del contexto universitario y fortalece el desarrollo de la presente investigación.



En ese sentido, un estudio realizado por Franco et al. (2025), relacionado con la búsqueda de estrategias para reducir la procrastinación académica con la finalidad de emplear estrategias integrales para mejorar el estrés en los estudiantes universitarios. Para tal efecto, llevaron a cabo una intervención basada en Flow Meditation, donde para su comparación, hicieron diversas adherencias a estudiantes que participaron en el programa con otros que continuaron sus actividades habituales, incorporando un seguimiento varios meses después. Lo cual, permitió encontrar que aquellos que recibieron la intervención presentaron menores niveles de procrastinación académica y conservaron esa mejoría durante el tiempo de evaluación (Franco et al., 2025). Por ello, es evidente que el impulso de los recursos personales resulta determinante para mejorar el cumplimiento de las tareas universitarias de los alumnos. Asimismo, en Perú otra investigación ejecutada por Sotelo y Salvatierra Melgar (2025) adherente a la relación entre la procrastinación académica y el estrés en estudiantes universitarios se llevó a cabo con la finalidad de evidenciar la brecha entre estas dos variables. Para lo cual, se estableció como objetivo, analizar la incidencia de aquellos alumnos que se encuentran en la educación superior de la facultad de educación, donde encontraron que el 16.5% de la variación del estrés académico tiene una incidencia directa con los altos niveles de procrastinación que existen entre los alumnos, destacando aquello en el coeficiente de Nagelkerke. Por lo cual, concluyeron que si hay una influencia integral de ambas variables que originan el estrés en los alumnos.

Por otra parte, a nivel del Ecuador una investigación implementada por Rosales y Vargas Espín (2023), enfocada en el estrés académico de aquellos estudiantes que llevan a cabo sus actividades en los últimos semestres, con la finalidad de determinar el género más influyente. Por tal motivo, se estableció como objetivo, analizar la relación del estrés con la procrastinación en los alumnos, donde por medio de un estudio de carácter no experimental, y de tipo cuantitativo se incluyeron un total de 432 estudiantes, aplicando la Escala de Procrastinación Académica de Busko (EPA), lo cual determinó que hay ninguna relación entre la procrastinación y el estrés académico, donde se evidenció una tendencia marcada para las mujeres, concluyendo que el estrés académico en universitarios se caracteriza por ser independiente de la procrastinación.

No todas las investigaciones han permitido interpretar de la misma manera el vínculo entre la procrastinación y el estrés académico, de ahí que todavía persistan dudas sobre su comportamiento en



la población universitaria. Al mismo tiempo, mientras algunos trabajos describen una tendencia determinada, otros llegan a conclusiones diferentes; inclusive, las variaciones en las características de los estudiantes, el entorno académico y la forma de evaluar ambas variables ofrecen lecturas distintas del mismo fenómeno, de modo que cualquier explicación continúa siendo parcial. Por consiguiente, ampliar este análisis en un contexto universitario diferente permitirá incorporar nuevos elementos de discusión y enriquecer la comprensión de una problemática que aún admite diversas interpretaciones.

De esa forma, la investigación se justifica en la importancia de que los estudiantes respondan a una serie de responsabilidades en tiempos que son muy reducidos, lo cual terminan incidiendo en la forma en que organizan sus actividades diarias. En ese sentido, analizar la relación entre la procrastinación y el estrés académico contribuirá a comprender mejor cómo estas experiencias se manifiestan dentro del proceso de formación. Por ello, contar con evidencias sustanciales de forma ágil en un contexto específico ampliará la comprensión de un fenómeno que afecta la gestión del tiempo, así como también su autorregulación (Frias y González Jaimes, 2022). Desde otro enfoque, la información que surja de esta investigación otorgará diversos elementos que son esenciales para la planificación y organización de los alumnos universitarios.

Por otro lado, la información derivada de este trabajo ofrecerá elementos útiles para quienes participan en la planificación y el acompañamiento de los estudiantes universitarios. Por lo cual, la procrastinación tiene una relación directa con los altos niveles de estrés, así como también con implicaciones negativas que terminan influyendo y alterando el bienestar de los alumnos (Carpio, 2021; Acosta et al., 2025). De esa forma, es determinante que se continúe con la generación de evidencias con la finalidad de que se puedan implementar mejores estrategias que sirvan como aporte para futuras investigaciones, mejorando integralmente el bienestar de los estudiantes.

En ese sentido, es importante destacar que las actividades académicas siguen constituyéndose de forma exponencial, donde los estudiantes cada día deben de responder de forma permanente a las diversas exigencias, Lo cual ha generado que cada entidad pueble con sus propias características adherentes a la organización y planificación de su entorno de aprendizaje. Las características que se evidencia en las aulas inciden de forma directa en cómo se manifiestan los procesos de aprendizaje, así como también las experiencias que obtienen desde la perspectiva académica de los alumnos (Depraect et al., 2024;



Cadena y Campaña Caicedo, 2022). Por ello, la procrastinación y el estrés académico suelen originarse desde diversos enfoques, los mismos que van desde el nivel de exigencia percibido por cada alumno, o en su defecto, del entorno de aprendizaje del contexto universitario.

Por otra parte, es necesario destacar que cada estudio integra una realidad distinta que establece la necesidad de ser analizada de forma separada, haciendo énfasis en que la información que se obtuvo en esta investigación contribuirá a comprender cómo se manifiesta el estrés del alumnado universitario.

Por tal motivo, la procrastinación se encuentra relacionada a factores que no solo se caracteriza por el contexto educativo, sino que también por aspectos personales que afectan el bienestar de los alumnos (Quintanilla y León Montoya, 2024; Medrano, 2024). Lo cual es esencial la necesidad de seguir analizando el comportamiento de estas variables desde la perspectiva del aprendizaje de educación superior, con la finalidad de comprender su interacción de manera eficiente.

Con base a lo mencionado, se ha evidenciado como estas variables pueden llegar ha ocasionado afectación en el bienestar de los estudiantes que se encuentran en el entorno de la educación superior, un tema de vital importancia a nivel de la psicología. Por lo cual, se emplea como objetivo general, determinar la relación entre la procrastinación y el estrés académico en estudiantes de educación superior. De la misma forma, se emplean como objetivos específicos, identificar el nivel de procrastinación presente en los estudiantes, establecer el nivel de estrés académico que experimentan y analizar la relación existente entre ambas variables a partir del tratamiento estadístico de los datos obtenidos.

METODOLOGÍA

La investigación se desarrollará con un enfoque cuantitativo con la finalidad de que contribuya al análisis de la relación que existe entre la procrastinación y el estrés académico por medio de datos numéricos. Para tal efecto, se emplea un alcance de enfoque correlacional, el mismo que es esencial para medir ambas variables, donde por medio de un diseño no experimental y de corte transversal se destaca que la información se obtuvo en un único momento, y no se llevó a cabo ningún tipo de manipulación del contexto del objeto analizado.

Por lo mencionado, se considerará a los estudiantes matriculados en entidades de educación superior durante el año 2023, la misma que de acuerdo con la Secretaria de Educación Superior, Ciencia,

Tecnología e Innovación (SENECYT, 2023), es de 841.403 alumnos de instituciones educativas privadas, así como también públicas. Por lo cual, por medio de una fórmula para una población previamente identificada, y con un nivel de confianza del 95% y un margen de error constituido por el 5%, y la probabilidad de 0.50 para casos ocurrencia y no ocurrencia se obtuvo una muestra total de 384 alumnos, donde por medio de la aplicación de un muestreo de carácter no probabilístico por conveniencia se evaluó la capacidad voluntaria y participación para que los estudiantes formen parte de este proceso investigativo.

Asimismo, es importante señalar que como técnica se aplicó la encuesta, la cual estuvo compuesta por un total de 10 preguntas, considerando 2 dimensiones esenciales que surgen desde la procrastinación y estrés académicos. Por tal motivo, se llevó a cabo la aplicación de un instrumento de escala Likert que contuvo 5 opciones establecidas como, nunca, casi nunca, algunas veces, casi siempre y siempre. De igual forma, es necesario mencionar que la aplicación se ejecutó por medio de Google Forms, con la finalidad de que las respuestas sean e integrales y automatizadas.

De tal forma, que una vez que se obtuvo la información se organizó por medio de una base de datos con la finalidad de que sea procesada mediante el software estadístico IBM SPSS Statistics, Donde se llevaron a cabo análisis de carácter restrictivos para caracterizar el desarrollo de las variables que se analizaron. Al mismo tiempo, se evaluó la confiabilidad del instrumento por medio de la aplicación del Alfa de Cronbach, y se implementó el coeficiente de Spearman para medir la relación entre ambas variables.

Con base a lo mencionado, es importante destacar que la investigación surge desde el aspecto ético y de la confidencialidad de sus participantes que fueron seleccionados por su voluntariedad. Por lo mencionado, cada estudiante se le otorgó la socialización del formulario, así como también un consentimiento informado con la finalidad de que conozcan que toda la información que se obtenga es netamente para un uso exclusivo de carácter académico.

RESULTADO Y DISCUSIÓN

Con la finalidad de validar la eficiencia del instrumento se llevó a cabo una prueba piloto a 30 estudiantes con dimensiones y características idénticas a la población de estudio, donde por medio de la aplicación



del coeficiente del Alfa de Cronbach se obtuvo un valor de 0,821, determinando que existe una confiabilidad del cuestionario relacionado con la procrastinación y el estrés académico.

Tabla 1

Estadísticos de Fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
.821	10

Por lo evidenciado, es importante señalar que este Indicador permite establecer una consistencia interna positiva asociada a los 10 ítems que se han establecido. De tal forma, que la confiabilidad para determinar la relación de la procrastinación y el estrés académico en alumnos universitarios puede ser ejecutada de forma definitiva para la muestra compuesta por 384 participantes.

Tabla 2

Nivel de Procrastinación Académica

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Bajo	80	20.8	20.8	20.8
Válidos	Medio	238	62.0	62.0	82.8
	Alto	66	17.2	17.2	100.0
	Total	384	100.0	100.0	

Nota. Nivel de procrastinación académica. Elaborado por autores (2026), a partir de las encuestas

La tabla 2 evidencia que existe un predominio sustancial de aquellos alumnos que presentan un nivel moderado de procrastinación académica, lo cual puede llegar a sugerir que la postergación de las tareas académicas, así como también las responsabilidades que surge desde la academia establecen como un factor sustancial dentro de la población estudiada. Al mismo tiempo, también es oportuno destacar que la mayoría no presenta niveles elevados, por lo cual es necesario mencionar que lo dije de un grupo de alta procrastinación refleja la necesidad de llevar a cabo estrategias que fortalezcan la planificación del tiempo, y el control del aprendizaje.

Tabla 3*Nivel de Estrés Académico*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Bajo	79	20.6	20.6	20.6
	Medio	225	58.6	58.6	79.2
Válidos	Alto	80	20.8	20.8	100.0
	Total	384	100.0	100.0	

Nota. Nivel de estrés académico. Elaborado por autores (2026), a partir de las encuestas

La tabla 3 relacionada con el nivel de estrés académico evidencia un predominio sustancial de alumnos con un nivel medio, indicando que en su gran mayoría está expuesto a diversas manifestaciones de estrés de forma ocasional en el desarrollo de todas sus actividades universitarias. No obstante, los niveles bajos y altos también se caracterizan por presentar una distribución similar, dónde el origen de estudiantes con un nivel determina la necesidad de llevar a cabo estrategias que permitan manejar el estrés de forma eficiente con la finalidad de mejorar el bienestar desde el enfoque emocional, así como también el desempeño de los a estudiantes desde la perspectiva académica.

Prueba de Normalidad

La aplicación de esta prueba es esencial debido a que aporta al análisis del comportamiento de los datos con la finalidad de emplear la prueba estadística más eficiente que contribuya a los objetivos propuestos en el desarrollo de esta investigación. Por tal motivo se empleó una prueba de normalidad para las variables relacionadas con la procrastinación académica, así como también con el expreso académico. De esa forma, y en función de que la muestra estuvo compuesta por 384 alumnos, se consideró como estadístico más sustancial a Kolmogorov-Smirnov, el cual se establece con el criterio principal para desarrollar el supuesto de normalidad antes de establecer el análisis de correlación.

Tabla 4*Representación de la Prueba de Normalidad*

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Total Procrastinación	.065	384	.001	.989	384	.005
Total Estrés	.069	384	.000	.989	384	.006

a. Corrección de la significación de Lilliefors

En este contexto, la tabla 4 determina que los resultados que se obtuvieron relacionados con la prueba de Kolmogorov-Smirnov evidenciaron que los valores de significancia son inferiores a lo establecido (0.05), tanto para las variable de procrastinación académica que representa el ($p = 0,001$), así como para también para el empresa académicos con ($p = 0,000$). De esta forma, es evidente que los datos no se caracterizan por tener una distribución normal, lo cual exhorta a ejecutar el coeficiente de correlación de Sperman para establecer la relación en ambas variables.

Tabla 5*Correlación de Spearman entre la procrastinación y el estrés académico*

		Total_Procrastinacion	Total_Estres
Rho de Spearman	Total_Procrastinacion	Coeficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.897
		N	384
Rho de Spearman	Total_Estres	Coeficiente de correlación	-.007
		Sig. (bilateral)	.897
		N	384

Nota. Correlación de Spearman entre la procrastinación y estrés académico

Por su parte, la tabla 5, y con la finalidad de determinar la relación asociada a la procrastinación académica y al estrés se llevó a cabo el coeficiente de correlación denominado como Spearman, el mismo que permitió establecer que ambas variables no poseen una distribución normal. Por lo cual, los resultados determinaron que el coeficiente de relación ($p = -0.007$) y con un nivel de significancia bilateral es de ($p = 0.897$), evidenció que existe una falta de relación significativa en ambas variables.

En ese sentido, aquello contribuye a determinar que el origen de conductas asociadas a la procrastinación no se caracteriza por sí sola, un aspecto sustancial adherente a la manifestación del estrés académico en los participantes. En ese sentido, se puede establecer que el test que experimentan los estudiantes se encuentre justificado en otros aspectos asociados al entorno personal, social o en su defecto familiar. Por tal motivo, es fundamental continuar con futuras investigaciones que integren nuevas variables que coadyuven a explicar con un mayor alcance los factores asociados al estrés académico en alumnos de educación superior.

Con base a lo mencionado, se destaca una significancia de un nivel medio asociado a la procrastinación académica, la misma que destaca que la postergación de las actividades se establece como una conducta recurrente entre los alumnos universitarios, aunque no ocurren los niveles críticos en los otros participantes. Aquellos se relaciona con lo que mencionan Franco et al. (2025), los mismos que evidenciaron que la procrastinación se puede reducir cuando los estudiantes mejoran sus procesos de auto regulación por medio de intervenciones precisas. Por lo cual, se destaca que la procrastinación no es una condición constante, sino un comportamiento que se va transformando cuándo se llevan a cabo estrategias para el manejo del tiempo y cumplimiento de las obligaciones académicas.

Desde el enfoque del estrés académico, predomina con mayor eficacia el nivel medio, determinando una mayor exigencia asociada a la educación superior, la misma que sigue generando una alta exigencia a los estudiantes; sin embargo, aún no cubre altos niveles en la mayoría de los alumnos. Lo evidenciado se relaciona con Ramos et al. (2020), Los cuales señalan que las exigencias académicas se constituyen como un factor permanente de estrés en el aprendizaje universitario. No obstante, la investigación determinó que los estudiantes desarrollan la capacidad de sostener un equilibrio parcial con relación a estas exigencias, reduciendo la posibilidad de que el estrés se rige con altos niveles dentro de la población universitaria.



Asimismo, otro hallazgo sustancial fue la ausencia de la conexión que existe entre la procrastinación y el estrés académicos, lo cual quedó demostrado desde el enfoque estadístico y correlacional. Rosales y Vargas Espín (2023), también coinciden con este resultado, los cuales se establecieron que ambas variables no tienen una incidencia directa, considerando que el estrés académico no solo depende con comportamiento de procrastinación, sino también con cuestiones personales. Por ello, el estrés también se originan por cualquier tipo de problema en que el estudiante experimente altos niveles de preocupación de forma permanente, afectando su rendimiento.

Por otra parte, los resultados de esta investigación también difieren de lo que establece en su estudio Sotelo y Salvatierra Melgar (2025), los mismos que establecen que la procrastinación tiene una incidencia sustancial relacionada con altos niveles de estrés desde la perspectiva académica. Aquello permite evidenciar que la relación en estas variables no debe porque tener un comportamiento homogéneo en todas las unidades académicas, donde el entorno educativo, diversificación cultural y forma de evaluar las variables pueden generar conclusiones diferentes de un solo objeto de estudio.

Pues lo he mencionado, es importante destacar que la procrastinación académica, así como también el estrés académico siguen siendo fenómenos sustanciales relacionados con la educación superior, sin embargo, a lo largo de este estudio se identificó que no tienen ningún tipo de relación desde el aspecto estadístico. Lo cual determina la complejidad de este tema, impulsando la necesidad de seguir llevando a cabo diversos estudios desde diversos aspectos, los cuales no solamente deben centrarse en lo académico, sino también en lo social y personal, siendo determinante para explicar de manera explícita los factores que terminan incidiendo en el bienestar académico de los alumnos.

CONCLUSIONES

Determinó que el nivel de protección académica que predomina con mayor frecuencia en los alumnos de educación superior se catalogó como medio, estableciendo que cuando los estudiantes postergan sus actividades académicas no produce de forma significativa que los estudiantes lleguen a alcanzar niveles muy elevados. Por tal motivo, es evidente que la procrastinación se integra a la dinámica académica de educación superior, y que su origen surge de los niveles de exigencia e intensidad existentes entre los alumnos evaluados.



Se evidenció que el estrés académico también se asoció de forma con mayor significancia con un nivel medio, determinando que los alumnos experimentan respuestas diversas ante las exigencias que exige el entorno universitario, destacando que tampoco hay un mayor impacto en todos los participantes relacionados con altos niveles de estrés. De esa forma, es determinante entender que las demandas académicas implican un compromiso permanente de los estudiantes, aunque su impacto se sostiene en un nivel intermedio en los participantes.

El análisis realizado por medio del coeficiente de correlación de Spearman contribuyó a establecer que no existe ninguna relación estadística entre la variable de procrastinación y estrés académico. Por tal motivo, el comportamiento de las variables determinaron que no existe una explicación que influya entre ambas, destacando que funcionan de forma independiente dentro del entorno analizado, así como también de las condiciones implementadas para el objeto de este estudio.

Los resultados que se obtuvieron son esenciales debido a que permiten contribuir a que el comportamiento de la procrastinación y el estrés académico en alumnos de educación superior no se encuentran relacionados de forma precisa con un aspecto académico, sino que también destacan otros posibles factores relacionados con el aspecto personal, económico social. De esa forma, la investigación es fundamental debido a que amplía las pautas necesarias para futuras investigaciones que presenten contextos similares, otorgando herramientas sustanciales para un resultado integral.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acosta, C., Núñez Lira, L. A., & Liñán Acosta, B. C. (2025). Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de una Universidad Pública del Perú. *Revista Simbiosis*, 5(12), 142-155. <https://doi.org/10.59993/simbiosis.V.5i12.116>
- Brignardello, M. P., Elvira Paniagua, Á. S., & López, M. (2023). La procrastinación académica en niños y adolescentes: una revisión exploratoria. *Revista Mdpi*, 5(10), 174-185. <https://doi.org/10.3390/children10061016>
- Cadena, K. A., & Campaña Caicedo, F. (2022). El Estrés Académico y su relación con la Procrastinación Académica de los Estudiantes de Escolaridad Inconclusa Estudio Acelerado. *Maestría en Psicología. Mención Neuropsicología del Aprendizaje*. Universidad Estatal de Milagro, Milagros. Retrieved from <http://repositorio.unemi.edu.ec/handle/123456789/6302>



- Carpio, C. R. (2021). Procrastinación e incremento del estrés en docentes y estudiantes universitarios frente a la educación online. *Revista Scientific*, 6(20), 62-78. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2021.6.20.3.62-78>
- Depraect, N. E., Zurita Camacho, D. D., & Flores Flores, P. (2024). Estrés académico y procrastinación: Revisión documental. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos Y Grupos De Investigación*, 11(21), 1-14. <https://doi.org/10.23913/cagi.v11i21.308>
- Franco, A., Aguilar, J., & Trigueros, R. (2025). Reducción de la procrastinación académica en estudiantes universitarios españoles mediante una intervención basada en Mindfulness. *Espiral Cuadernos del Profesorado*, 18(38), 115-128. <https://doi.org/10.25115/ecp.v18i38.10569>
- Frias, J. G., & González Jaimes, E. I. (2022). El estrés académico causante de la procrastinación en la educación virtual. Una revisión sistemática. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 5(1), 17-28. <https://doi.org/10.23913/ride.v13i25.1238>
- Gonzales, A. J., Valeriano Canahuri, C. I., & Arias Gallegos, W. L. (2026). Estrés académico y procrastinación académica en estudiantes de Psicología de una universidad privada de Arequipa. *Revista Ulima*, 1(1), 145-159. <https://doi.org/10.26439/persona2025.n2.8632>
- Guambo, M. A. (2025). *Procrastinación y estrés académico en estudiantes de distintas universidades públicas y privadas de la ciudad de Quito durante el periodo 2024- 2025*. Universidad Politécnica Salesiana, Guayaquil. Obtenido de <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/29597>
- Medrano, A. (2024). Estrés académico, aliado de la procrastinación cibénetica. *Revista Ciencia Vital*, 2(2), 18-27. <https://doi.org/10.20983/cienciavital.2024.02.nso.03>
- Quintanilla, G. D., & León Montoya, G. B. (2024). Estrés académico y procrastinación en estudiantes universitarios de la Amazonia del Perú. *Revista Vive*, 7(21), 145-148. <https://doi.org/10.33996/revistavive.v7i21.357>
- Ramos, M. F., López Cocotle, J. J., & Meza Zamora, M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83. Retrieved from <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/html/>



- Rosales, J. T., & Vargas Espín, A. (2023). Procrastinación y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, Asunción, Paraguay*, 4(1), 48-57. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.272>
- SENECYT. (2023). *Sistema Integral de Información de la Educación Superior (SIIES) - Registro de matrícula*. Obtenido de <https://siau.senescyt.gob.ec/universidades-y-escuelas-politecnicas-matriculas/>
- Sotelo, M. A., & Salvatierra Melgar, A. (2025). La procrastinación académica en el estrés académico en el estudiante universitario. *Revista Tribunal*, 5(12), 607-617. <https://doi.org/10.59659/revistatribunal.v5i12.226>
- Zhang, J., Meng, J., & Wen, X. (2025). La relación entre el estrés y el agotamiento académico en estudiantes universitarios: evidencia a partir de datos longitudinales sobre efectos indirectos. *Psicología Frontal*, 16(1), 25-49. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1517920>