

ESCTS-Vol.4. N1. 054

Uso de herramientas digitales y procrastinación académica en estudiantes universitarios

Use of Digital Tools and Academic Procrastination among University Students

Autores:

Elvis Alberto Cansino Flores

Investigador Independiente

Quito – Ecuador

elviscno@hotmail.com

<https://orcid.org/0000-0003-4685-192X>

Michael Andrés Lara Valdez

Pontificia Universidad Católica del Ecuador

Santo Domingo – Ecuador

malarav@pucesd.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0002-0665-6177>

Jossmar Jacobo Delgado Sánchez

CIDPROS – Centro de Innovación y Desarrollo Profesional

Milagro – Ecuador

jozdelsan96@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0000-2151-9010>

Jhon Alexander Ponce Alencastro

Universidad Técnica de Manabí

Manabí – Ecuador

jhon.ponce@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-3666-7865>

Anabel Stephanny Ortiz Dávila

Universidad Tecnológica Indoamérica

Quito – Ecuador

anabelortiz@uti.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0007-5425-6342>

Autor de correspondencia: *Elvis Alberto Cansino Flores*, elviscno@hotmail.com

Recepción: 28-marzo-2026

Aceptación: 03-mayo-2026

Publicación: 04-junio-2026



Cómo citar este artículo:

Cansino Flores, E. A., Lara Valdez, M. A., Delgado Sánchez, J. J., Ponce Alencastro, J. A., & Ortiz Dávila, A. S. (2026). Uso de herramientas digitales y procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Sage Sphere of Technology, Sciences, Discoveries And Society*, 4(1), 1-21. <https://doi.org/10.63688/e0ckcz96>

© 2026; Los autores. Este es un artículo en acceso abierto, distribuido bajo los términos de una licencia Creative Commons (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>) que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio, siempre que la obra original sea correctamente citada.



RESUMEN

Introducción: La incorporación de herramientas digitales y tecnologías de inteligencia artificial en la educación superior ha transformado los procesos de enseñanza y aprendizaje, facilitando el acceso a la información, la automatización de tareas académicas y la interacción en entornos virtuales. No obstante, su uso excesivo o inadecuado puede generar dependencia tecnológica, distracción y dificultades en la autorregulación académica, favoreciendo conductas de procrastinación. **Objetivo:** Determinar la relación entre el uso de herramientas digitales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios. **Método:** Se realizó una investigación con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 173 estudiantes universitarios seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicaron la Escala de Uso de Herramientas Digitales en Estudiantes Universitarios (EUHDEU) y la Escala de Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios (EPAEU), ambas con formato Likert. La validez por juicio de expertos y los análisis de confiabilidad evidenciaron niveles excelentes ($\alpha = 0.970$ y $\alpha = 0.968$, respectivamente). **Resultados:** Se encontró una relación positiva y significativa entre el uso de herramientas digitales y la procrastinación académica ($r = 0.758$; $p < 0.01$). Asimismo, se identificaron asociaciones positivas entre las dimensiones de dependencia tecnológica, distracción digital y gestión del tiempo. **Conclusión:** El uso de herramientas digitales, cuando no está acompañado de una adecuada autorregulación y gestión del tiempo, puede favorecer la procrastinación académica. Se recomienda promover estrategias de uso responsable de la tecnología y fortalecer hábitos de estudio en la educación superior.

Palabras clave: herramientas digitales, procrastinación académica, dependencia tecnológica, inteligencia artificial, autorregulación académica.

ABSTRACT

Introduction: The incorporation of digital tools and artificial intelligence technologies in higher education has transformed teaching and learning processes, facilitating access to information, automation of academic tasks, and interaction in virtual environments. However, its excessive or inappropriate use can generate technological dependence, distraction and difficulties in academic self-regulation, favoring procrastination behaviors. **Objective:** To determine the relationship between the use of digital tools and academic procrastination in university students. **Method:** A research was carried out with a quantitative approach, non-experimental, correlational and cross-sectional design. The sample consisted of 173 university students selected through non-probabilistic convenience sampling. The Scale of Use of Digital Tools in University Students (EUHDEU) and the Scale of Academic Procrastination in University Students (EPAEU) were applied, both in Likert format. Validity by expert judgment and reliability analyses showed excellent levels ($\alpha = 0.970$ and $\alpha = 0.968$, respectively). **Results:** A positive and significant relationship was found between the use of digital tools and academic procrastination ($r = 0.758$; $p < 0.01$). Likewise, positive associations were identified between the dimensions of technological dependence, digital distraction and time management. **Conclusion:** The use of digital tools, when not accompanied by adequate self-regulation and time management, can favor academic procrastination. It is recommended to promote strategies for responsible use of technology and strengthen study habits in higher education.

Palabras clave: digital tools, academic procrastination, technological dependence, artificial intelligence, academic self-regulation.



1. INTRODUCCIÓN

En la educación superior, las herramientas digitales y la inteligencia artificial han revolucionado el proceso de enseñanza-aprendizaje al proporcionar acceso instantáneo a una gran cantidad de información, automatizar numerosas tareas académicas e introducir nuevas estrategias en la producción de conocimiento. Los estudiantes universitarios suelen utilizar plataformas digitales, asistentes virtuales, aplicaciones de organización y sistemas de IA en la investigación, redacción y gestión de tareas académicas. Forero y Negre (2024) señalan que las nuevas tecnologías ya se utilizan ampliamente en las universidades para una variedad de tareas. Por todos los aspectos positivos por los cuales podemos reconocer estas tecnologías educativas, están comenzando a mostrar tendencias preocupantes en la dependencia excesiva de las tecnologías, una disminución en el esfuerzo cognitivo y hábitos perjudiciales de autorregulación académica (2024).

El aumento de la procrastinación académica es un síntoma de un problema mayor en las poblaciones universitarias. La procrastinación académica es la demora intencionada en la realización de una tarea académica a pesar de la conciencia y comprensión de los efectos perjudiciales del retraso en el rendimiento y el bienestar personal. Se ha reportado ampliamente que el uso excesivo e inapropiado de herramientas y ayudas digitales ha inducido una distracción constante y una disminución de la capacidad de atención, junto con un hábito cada vez peor de mantener y organizar la información (Rodríguez y Berra, 2026). También, la participación directa de los estudiantes con respuestas automatizadas proporcionadas por la IA está cambiando la forma en que los estudiantes abordan sus tareas académicas con una poca dependencia saludable de la tecnología (García et al., 2026).

El uso constante de las redes sociales y los sistemas de inteligencia artificial generativa también puede llevar a la evitación cognitiva ya la reducción del pensamiento crítico, socavando la autonomía de los estudiantes universitarios. Según Rojas et al. (2024), dicen que la dependencia de la tecnología muestra una disminución en la participación de los estudiantes en la reflexión activa del análisis y los académicos. En cuanto a los ensayos, Sánchez (2025), afirma que la realización automática de tareas mentales impide la autorregulación y la autonomía educativa. Por lo tanto, además de las dinámicas internas y emocionales, la procrastinación académica también depende de nuevos mecanismos



tecnológicos que impactan directamente en el estudio y la asignación de tiempo para una tarea dada.

La digitalización de la academia a través de la tecnología y la Inteligencia Artificial ha alterado el aprendizaje y el comportamiento de los estudiantes. Es necesaria esta investigación debido a los cambios rápidos que están ocurriendo. Aunque la tecnología tiene sus ventajas, existen detractores que afectan negativamente la disciplina académica, la organización personal y la capacidad de los estudiantes para cumplir con sus tareas académicas. En estudios recientes (Rivas, 2025; Tagua et al., 2026), la dependencia de la tecnología está relacionada con un bajo nivel de pensamiento crítico y dificultades relacionadas con el control de aprendizaje autónomo

El propósito de este estudio es determinar cómo el uso de herramientas digitales influye en la procrastinación entre los estudiantes universitarios. A partir de esta investigación, las universidades pueden crear nuevas formas de regular el uso de la tecnología y la autorregulación en el aprendizaje con la intención de mejorar los hábitos de estudio. Además, Sapillado et al. (2026) evalúan la dependencia de la IA, el rendimiento y la procrastinación, validando así la necesidad de abordar los problemas universitarios en curso mediante una mayor investigación.

Simultáneamente, este estudio es importante porque investiga la procrastinación académica, uno de los obstáculos más problemáticos que enfrentan casi todos los estudiantes universitarios. Afecta su productividad y su bienestar general. Su asociación con un bajo rendimiento académico, mayor estrés académico, ansiedad y otros problemas de gestión del tiempo indica claramente su impacto. Estudien esta conducta, en particular debido a la rápida creciente accesibilidad a recursos digitales en la educación superior, lo cual genera varios desafíos que requieren soluciones tanto desde enfoques educativos como psicológicos. Según Niño et al. (2025), aunque los estudiantes universitarios consideran que la inteligencia artificial es una gran herramienta para ayudar en el proceso educativo, también perciben que tiene impactos negativos, que incluyen dependencia de la IA, falta de deseo de estudiar y alejarse de los valores educativos aprendidos y la motivación.

El objetivo de esta investigación es identificar cómo interactúan las herramientas digitales y la procrastinación académica específicamente en estudiantes universitarios. Esta investigación identificará las herramientas digitales en el contexto académico de la



universidad y evaluará la procrastinación académica en los estudiantes. Esta investigación analizará la relación entre las herramientas digitales y la procrastinación de tareas académicas y las herramientas digitales y la autorregulación del aprendizaje.

Los últimos años han visto un aumento rápido en las herramientas digitales en el ámbito de la educación superior. Esto ha sido impulsado por avances en las tecnologías de la información, incluido el uso de plataformas virtuales, herramientas móviles y la inteligencia artificial en los procesos académicos. Las herramientas digitales agilizan las tareas académicas relacionadas con la búsqueda de información, la realización de tareas, la comunicación y la toma de control del propio aprendizaje. También permiten a los estudiantes interactuar con el conocimiento de nuevas formas. Según Cajamarca et al. (2024), los avances en tecnología educativa han mejorado el uso de recursos digitales en las universidades, fomentando la creación de espacios de aprendizaje más interactivos y accesibles. Además, Oyarvide et al. (2024) dicen que el acceso más fácil, la mejora en la conectividad y la creciente demanda de innovación han impulsado el aumento en el uso de herramientas digitales por parte de los estudiantes universitarios.

De manera similar, la inteligencia artificial está comenzando a ocupar un lugar importante en el contexto educativo universitario, especialmente a través de sistemas automatizados de aprendizaje, asistentes virtuales y sistemas de generación de contenido académico. El uso del aprendizaje automático y la inteligencia artificial ha abierto la posibilidad de procesos más individuales y eficientes dentro de las actividades académicas (Forero y Negre, 2024). En este sentido, Ramírez et al. (2026) argumentan que las plataformas digitales impulsadas por IA facilitan la optimización de tareas de aprendizaje y gestión académica. Sin embargo, también crean nuevos tipos de dependencias tecnológicas en los estudiantes. Estos cambios han transformado profundamente cómo los estudiantes universitarios ejecutan sus tareas académicas y cómo organizan su tiempo de estudio.

No obstante, muchos estudios advierten contra el uso excesivo y el mal uso de los recursos digitales y su impacto en los procesos cognitivos y el pensamiento crítico de los estudiantes universitarios. Aguirre (2024), explica que la dependencia cognitiva de la inteligencia artificial se desarrolla cuando las personas gradualmente trasladan su análisis y reflexión del pensamiento a la máquina. En este mismo sentido, Rojas et al. (2024), destacan que la participación continua con las herramientas digitales puede reducir tanto la



capacidad de pensamiento crítico como la participación en actividades de razonamiento avanzado. En este sentido, García et al. (2026), expresan que la dependencia de la inteligencia artificial es un tipo de disrupción cognitiva que afecta tanto la autonomía intelectual como la autorregulación de los estudiantes universitarios.

En la educación superior, la procrastinación académica es común y se caracteriza por el aplazamiento intencional de tareas y deberes, a pesar del conocimiento de los riesgos inherentes. Esto conduce inevitablemente al deterioro del estudiante involucrado. Retrasar el trabajo académico suele deberse a una mala gestión del tiempo, poca motivación, ansiedad y poca autorregulación. Córdova et al. (2022), afirman que la procrastinación académica afecta el rendimiento de los estudiantes y su capacidad para cumplir con los objetivos educativos. Causa un bajo rendimiento académico entre adolescentes y estudiantes universitarios. Además, la procrastinación está relacionada con baja autoeficiencia y dificultades para desarrollar horario de estudio consistentes, como lo evidencian Zumárraga y Cevallos (2022). Diferentes estudios han demostrado que los aspectos emocionales y conductuales juegan un papel importante en la presencia de conductas de procrastinación en un entorno universitario. Según Chávez et al. (2024), los déficits en la inteligencia emocional en los estudiantes generan desafíos para gestionar adecuadamente las tareas académicas, fomentando así comportamientos de procrastinación y evasión. En este sentido, Marín et al. (2024) argumentan que la percepción de la calidad del aprendizaje al desarrollar trabajos de investigación y tesis universitarias está afectada por la procrastinación académica, ya que restringe la planificación del proceso de aprendizaje y disminuye el proceso educativo.

Además, el uso de las redes sociales y los dispositivos móviles es un factor digital que también está asociado con la procrastinación académica. Arteaga et al. (2022), encontraron que la adicción a las redes sociales está relacionada con niveles más altos de procrastinación entre los estudiantes universitarios, principalmente debido a la cantidad de distracción y pérdida de tiempo que generan estas plataformas sociales. En línea con esto, Villagómez et al. (2023) muestran que la dependencia de dispositivos móviles tiene un impacto negativo en la organización académica y las habilidades de concentración de los estudiantes. Además, Molina (2024), afirma que la modalidad virtual de las clases y el uso continuo de medios digitales han exacerbado la procrastinación, especialmente en estudiantes que tienen habilidades débiles para planificar y gestionar el tiempo.



Cada vez más estudiantes universitarios utilizan plataformas digitales. Por lo tanto, comprender las relaciones entre las herramientas digitales y la procrastinación académica se ha vuelto crucial. Las herramientas digitales ayudan en el aprendizaje y en la gestión de tareas académicas.

Sin embargo, la dependencia excesiva de la tecnología fomenta las distracciones, promueve la dependencia de los dispositivos y provoca la procrastinación de tareas importantes. Según Tramallino y Zeni (2024), se centran en los problemas inesperados que enfrentan los estudiantes debido al avance de la tecnología y la inteligencia artificial. Los estudiantes necesitan descubrir enfoques novedosos para participar activamente en su propio aprendizaje y comprometerse con su educación, lo que requiere mucha más autodisciplina y autocontrol. Algunos autores afirman que una gran dependencia de la tecnología y las prácticas académicas automatizadas genera en los estudiantes una propensión a postergar y disminuye su esfuerzo cognitivo y su pensamiento crítico en sus actividades. Rivas (2025), observa que el uso no crítico y emergente de la inteligencia artificial en la educación puede resultar en una atrofia intelectual progresiva y una disminución en la participación activa de los aprendices en el proceso de aprendizaje. Sánchez (2025), está de acuerdo en que la dependencia de las herramientas de inteligencia artificial puede influir en la autonomía del estudiante (académica y personal). Estos factores pueden aumentar la procrastinación al percibir las tareas académicas como simplificadas por tecnologías digitales.

Por último, se ha comprobado en estudios, incluido uno de Sapillado et. (2026), según datos recientes, que los estudiantes universitarios que dependen de la tecnología, como la IA, y que tienden a procrastinar más, tienen un rendimiento menor, y que existen conexiones muy fuertes entre las tres causas. Asimismo, Pacheco et al. (2025) demostraron que una alta actividad en las redes sociales causa procrastinación y afecta negativamente la gestión del tiempo en los estudios. Además, Zapata et al. (2026) afirman que el uso excesivo de dispositivos digitales puede producir efectos negativos en las emociones y en los estudios de los estudiantes universitarios, especialmente cuando no existen procesos para controlar únicamente la tecnología y organizar los estudios.

2. METODOLOGÍA



La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, debido a que permitió recolectar, analizar e interpretar datos numéricos relacionados con el uso de herramientas digitales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Asimismo, el estudio presentó un diseño no experimental, puesto que las variables fueron analizadas sin manipulación deliberada por parte de los investigadores, observando los fenómenos en su contexto natural. De manera similar, la investigación fue correlacional ya que examina la relación entre las herramientas digitales y la procrastinación académica. El estudio también fue transversal ya que los datos se recopilaban una sola vez.

Había 173 estudiantes universitarios en la muestra. Se utilizó muestreo no probabilístico por conveniencia para reclutar a los estudiantes en función de las limitaciones de tiempo, costo y recursos de la muestra. El estudio utilizó un diseño de investigación basado en encuestas con el uso de cuestionarios estructurados. Los cuestionarios se basaron en una escala de Likert de 5 puntos. (1) y (2) correspondían a Nunca y Casi nunca, (3) era A veces, (4) Era Casi siempre y (5) era Siempre.

La Escala de Uso de Herramientas Digitales en Estudiantes Universitarios (EUHDEU) fue creada para cuantificar la dimensión “Uso de herramientas digitales”. Contiene 12 artículos y está dividido en cuatro dimensiones: frecuencia de uso, propósito académico, integración tecnológica y dependencia tecnológica. La dimensión de frecuencia de uso se refiere al tiempo que se tarda y al número de interacciones que ocurren en plataformas digitales. Esta perspectiva analiza el papel de la tecnología en la investigación, la realización de tareas y la comunicación en la escuela. La integración de tecnología considera el uso de IA, aplicaciones de aprendizaje y plataformas de e-learning. Finalmente, la dimensión de dependencia de la tecnología analiza la confianza en ella y la necesidad de tecnología en el aprendizaje.

Por otra parte, para la variable “Procrastinación académica” se diseñó la Escala de Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios (EPAEU), integrada por 12 ítems organizados en cuatro dimensiones: postergación de tareas, mala gestión del tiempo, distracción digital y desmotivación académica. La procrastinación con las tareas fue la dimensión que demostró el retraso y/o el inicio tardío de las tareas; la mala gestión del tiempo representó las dificultades en la planificación y organización; la distracción digital se relacionó con las interrupciones y el uso inapropiado de los recursos digitales durante el



estudio; y la desmotivación académica descrita la falta de interés y la evitación de las responsabilidades universitarias.

Con el propósito de garantizar la validez de contenido de los instrumentos, se realizó un juicio de expertos con la participación de tres especialistas en investigación y educación superior, quienes evaluaron la claridad, pertinencia y coherencia de cada uno de los ítems propuestos. Asimismo, se efectuó una prueba piloto correspondiente al 20% de la muestra total, equivalente a 35 estudiantes universitarios, con la finalidad de verificar la comprensión de los ítems y calcular la fiabilidad de los instrumentos mediante el coeficiente Alfa de Cronbach.

Según los resultados, ambos instrumentos mostraron una consistencia interna sustancial. Para la variable “Uso de herramientas digitales”, la escala EUHDEU obtuvo un alfa de Cronbach de $\alpha = 0,970$, considerando sus 12 ítems. En cambio, para la variable “Procrastinación académica”, con la escala EPAEU, se identificó un alfa de Cronbach de $\alpha = 0,968$ para sus 12 ítems. Esta investigación justifica la confiabilidad de las herramientas utilizadas.

3. RESULTADOS

Los resultados obtenidos permitieron analizar el comportamiento de las variables “uso de herramientas digitales” y “procrastinación académica” en estudiantes universitarios, así como la relación existente entre ambas. Para ello, se aplicaron estadísticos descriptivos y análisis correlacionales mediante el coeficiente de Pearson, permitiendo identificar tendencias, niveles de dispersión y asociaciones significativas entre las variables y sus dimensiones.

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de la variable independiente: Uso de herramientas digitales

Estadísticos	Uso de herramientas digitales
Media	36,42
Mediana	36,00
Desviación estándar	12,91
Varianza	166,76

Nota. Datos obtenidos de la aplicación de la Escala de Uso de Herramientas Digitales en Estudiantes Universitarios (EUHDEU) a 173 estudiantes universitarios.



Los resultados de la Tabla 1 evidencian que la variable uso de herramientas digitales alcanzó una media de 36,42 y una mediana de 36,00, lo que indica una tendencia homogénea en las respuestas de los estudiantes universitarios respecto al uso de plataformas y recursos tecnológicos en actividades académicas. Una desviación estándar de 12.91 indica un rango moderado de variación en los datos de la muestra y representa una distribución desigual de la muestra en el contexto del uso de herramientas digitales. Una varianza de 166.76 captura la variabilidad en las respuestas de la muestra y sugiere que el empleo de tecnologías digitales en diferentes niveles del continuo universitario indica distintos niveles de integración. En general, se observa una cantidad considerable de herramientas digitales utilizadas en las actividades académicas de los estudiantes.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la variable independiente: Uso de herramientas digitales

Dimensiones	Media	Mediana	Desviación estándar	Varianza
Frecuencia de uso	9,10	9,00	3,48	12,08
Finalidad académica	9,10	9,00	3,37	11,37
Integración tecnológica	9,10	9,00	3,38	11,45
Dependencia tecnológica	9,10	9,00	3,46	11,95

Nota. Resultados descriptivos correspondientes a las dimensiones de la variable uso de herramientas digitales en estudiantes universitarios.

En la Tabla 2 se observa que las dimensiones de la variable uso de herramientas digitales presentan medias similares de 9,10 y medianas de 9,00, lo que evidencia un comportamiento equilibrado entre las distintas áreas evaluadas. La dimensión frecuencia de uso obtuvo la desviación estándar más alta (3,48), indicando mayor variabilidad en el tiempo y frecuencia con que los estudiantes utilizan herramientas digitales. Por otro lado, la dimensión finalidad académica presentó una menor dispersión (3,37), reflejando mayor uniformidad en el uso de recursos tecnológicos para investigaciones, tareas y comunicación educativa. Asimismo, las dimensiones integración tecnológica y dependencia tecnológica mostraron valores cercanos entre sí, evidenciando que el uso de inteligencia artificial, plataformas virtuales y la necesidad constante de apoyo tecnológico forman parte importante del proceso académico



universitario. Estos resultados permiten identificar que las herramientas digitales se encuentran ampliamente integradas en las actividades educativas de los estudiantes.

Tabla 3

Estadísticos descriptivos de la variable dependiente: Procrastinación académica

Estadísticos	Procrastinación académica
Media	36,42
Mediana	36,00
Desviación estándar	12,86
Varianza	165,47

Nota. Datos obtenidos de la aplicación de la Escala de Procrastinación Académica en Estudiantes Universitarios (EPAEU) a 173 estudiantes universitarios.

Los resultados descriptivos de la Tabla 3 muestran que la variable procrastinación académica obtuvo una media de 36,42 y una mediana de 36,00, evidenciando una tendencia relativamente uniforme en las conductas de postergación académica de los estudiantes universitarios. Una reducción común de 12,86 en la procrastinación muestra que la mayoría de los encuestados exhibieron una cantidad similar de procrastinación. La varianza en la procrastinación (165,47) mostró diferencias en los comportamientos para retrasar tareas, enfoque y gestión del tiempo y la autogestión. Los resultados probablemente mostraron que la mayoría de los encuestados en la muestra estaban gestionando su procrastinación, particularmente sus comportamientos digitales y actividades relacionadas con su universidad.

Tabla 4

Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la variable dependiente: Procrastinación académica

Dimensiones	Media	Mediana	Desviación estándar	Varianza
Postergación de tareas	9,10	9,00	3,39	11,48
Mala gestión del tiempo	9,10	9,00	3,32	11,02
Distracción digital	9,10	9,00	3,37	11,34
Desmotivación académica	9,10	9,00	3,38	11,44



Nota. Resultados descriptivos correspondientes a las dimensiones de la variable procrastinación académica en estudiantes universitarios.

Como se describe en la Tabla 4, la puntuación promedio de las dimensiones de procrastinación académica fue 9.10 y la mediana fue 9.00, demostrando una consistencia general en el comportamiento en esa dimensión. La dimensión de retraso en la tarea tuvo la desviación estándar más alta (3.39), e indicó que los estudiantes demostraron un rango mayor de procrastinación subjetiva en comparación con las demás dimensiones. Por otro lado, la dimensión de mala gestión del tiempo tuvo la menor desviación estándar (3.32) e indicó que los estudiantes tenían un grado más o menos igual de mala gestión del tiempo y de mala organización académica. Las distracciones digitales y la dimensión de desmotivación académica expresan valores similares, sugiriendo que las interrupciones y la falta de interés/desmotivación para perseguir metas académicas también son relativamente comunes entre los participantes del estudio. En general, se puede concluir que, entre los estudiantes universitarios, la procrastinación académica muestra una tendencia multidimensional.

Tabla 5

Correlación entre el uso de herramientas digitales y la procrastinación académica

Herramientas digitales Procrastinación académica			
Herramientas digitales	Correlación de Pearson	1	,758**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	173	173
Procrastinación académica	Correlación de Pearson	,758**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	173	173

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Los resultados de la Tabla 5 muestran una correlación positiva alta entre el uso de herramientas digitales y la procrastinación académica ($r = ,758$; $p = ,000$), evidenciando una relación estadísticamente significativa al nivel de 0,01 bilateral. Las herramientas digitales y la procrastinación tienen una evaluación poco clara pero recientemente observable. Existe una afirmación de que hay una fuerte promoción positiva entre el uso de



herramientas digitales y la procrastinación. Algunos argumentan que "la dependencia de las herramientas" (aplicaciones, automatización, etc.) causa procrastinación, distracciones y una falta de organización y estructura. Las tecnologías digitales pueden formar parte de la educación. Sin embargo, las distracciones que conducen a la procrastinación están fácilmente asociadas con el sistema educativo universitario. Esto es evidente en los hallazgos.

Tabla 6

Correlación entre las dimensiones del uso de herramientas digitales y las dimensiones de la procrastinación académica

		Postergación de tareas	Mala gestión del tiempo	Distracción digital	Desmotivación académica
Frecuencia de uso	Correlación de Pearson	,663**	,725**	,708**	,704**
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000
	N	173	173	173	173
Finalidad académica	Correlación de Pearson	,643**	,671**	,646**	,678**
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000
	N	173	173	173	173
Integración tecnológica	Correlación de Pearson	,670**	,678**	,690**	,714**
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000
	N	173	173	173	173
Dependencia tecnológica	Correlación de Pearson	,658**	,692**	,697**	,694**
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	,000
	N	173	173	173	173

Nota. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

La Tabla 6 evidencia correlaciones positivas moderadas y altas entre las dimensiones del uso de herramientas digitales y las dimensiones de la procrastinación académica, todas estadísticamente significativas ($p = ,000$). El uso repetido de herramientas digitales y la gestión del tiempo mostraron la mayor puntuación entre las variables medidas con



una valoración de $r = 0,725$. Mayores dificultades en la organización del trabajo académico se alinearon con el uso frecuente de herramientas digitales. La integración de la tecnología en combinación con una evaluación positiva alta de la desmotivación académica se evaluó en $r = 0,714$. Esto puede indicar que las herramientas virtuales y la inteligencia artificial pueden afectar negativamente y/o reducir la motivación y la persistencia en la realización de tareas universitarias. Se midió una evaluación de $r = 0.697$ entre las dimensiones de dependencia tecnológica y distracción digital. Esto sugiere que la necesidad fuerte de tecnología y un impacto negativo en el tiempo de estudio pueden ser perjudiciales. La interacción de los participantes del estudio con la tecnología mostró múltiples formas de procrastinación académica al usar tecnología en un entorno universitario.

4. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos en la presente investigación evidenciaron una correlación positiva alta entre el uso de herramientas digitales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios ($r = ,758$; $p = ,000$), demostrando que el incremento en la utilización de plataformas digitales, aplicaciones tecnológicas e inteligencia artificial se asocia significativamente con mayores conductas procrastinadoras. Estos hallazgos coinciden con lo reportado por Sapillado et al. (2026), quienes analizaron la relación entre dependencia a la inteligencia artificial y procrastinación académica en 492 universitarios peruanos, identificando que el uso excesivo de herramientas basadas en IA puede favorecer conductas de retraso académico y pérdida de autonomía en el aprendizaje. Sin embargo, a diferencia del presente estudio, dichos autores encontraron una correlación muy baja y no significativa entre dependencia a la IA y procrastinación académica ($r = 0,022$; $p < 0,627$), mientras que en esta investigación la relación alcanzó una intensidad alta ($r = ,758$), lo cual podría indicar que las herramientas digitales utilizadas por los estudiantes de la muestra no solo cumplen funciones académicas, sino también recreativas y distractoras, incrementando la postergación de tareas y la desorganización del tiempo.

Los resultados también indicaron que el uso de herramientas digitales promedió 36.42 (DE=12.91), reflejando una alta concentración de recursos digitales dentro de las actividades académicas universitarias. Con respecto a esto, Pacheco et al. (2025), sobre el uso de redes sociales y la procrastinación académica, indicaron que la exposición al entorno digital de los



estudiantes universitarios incrementaba las interrupciones cognitivas y las dispersiones atencionales.

Los autores mencionan que tener acceso constante a las redes sociales y a varias plataformas tecnológicas tiende a crear hábitos de procrastinación académica, particularmente para los estudiantes que no poseen prácticas apropiadas de autorregulación y gestión del tiempo. Estos hallazgos se alinean con esta investigación, que mostró que la dimensión de frecuencia de uso reportó altas correlaciones con la gestión del tiempo ($r = ,725$) y la distracción digital ($r = ,708$), mostrando procrastinación. Los altos grados de uso de herramientas digitales están relacionados con la pérdida del enfoque académico y dificultades organizativas.

Además de esto, la evasión de tareas, la distracción y los problemas con la gestión de tareas universitarias resultaron en una media de 36,42 y una desviación estándar de 12,86 en cuanto a la procrastinación académica. Como Villagómez et al. (2023) publicaron en su evaluación de la dependencia del dispositivo móvil y la procrastinación académica en estudiantes, la exposición excesiva a la tecnología provoca procrastinación y patrones de comportamiento disruptivos que conducen a perder tiempo y una disminución del enfoque al realizar trabajos académicos.

Según los autores, los estudiantes que tienden a ser más dependientes de la tecnología suelen tener más dificultades para establecer sus prioridades, así como para practicar rutinas de estudio consistentes. Esto es evidente en los resultados del presente estudio, en el cual la dimensión de dependencia tecnológica mostró tener correlaciones fuertes con (a) distracción digital ($r = ,697$), (b) problemas de gestión del tiempo ($r = ,692$) y (c) desmotivación académica ($r = ,694$).

Existe una fuerte elevación ($r = .714$) entre la integración tecnológica y la desmotivación académica. Esto sugiere que el uso combinado de espacios virtuales, inteligencia artificial e integración de automatización, así como la integración de otras tecnologías, genera el desinterés de los estudiantes y la falta de persistencia hacia las actividades universitarias. Este efecto estuvo presente en el estudio de Molina (2024) sobre la procrastinación académica como resultado de las clases virtuales en estudiantes de pregrado. Se observará que el alto grado de digitalización de los procesos educativos llevó a distracciones tecnológicas, agotamiento académico y desmotivación de los estudiantes.



El estudio citado afirma que la demora en las tareas es mayor en entornos virtuales debido a la hiperflexibilidad, la sobrecarga digital y las interrupciones frecuentes de la tecnología. En este sentido, los hallazgos de ambos estudios coinciden en que la integración de la tecnología en la educación superior logra beneficios académicos, pero también permite la incorporación de comportamientos de procrastinación en ausencia de una gestión adecuada del tiempo y la tecnología.

En resumen, los hallazgos sugieren que las herramientas digitales funcionan de manera binaria. Primero, en el contexto universitario, las herramientas digitales ayudan en el acceso a la información, la colaboración y el aprendizaje, y en el avance académico. En segundo lugar, las herramientas digitales pueden causar procrastinación académica, distracción y desorganización si se usan de manera inapropiada y/o excesiva. La fuerte evaluación entre las dos variables ($r = ,758$) indica que las tecnologías digitales afectan en gran medida el comportamiento académico de los estudiantes. Refleja el requisito de una respuesta institucional para cultivar habilidades digitales y autorregulación relacionadas con la gestión del tiempo y las tareas académicas.

Estos hallazgos se suman a estudios existentes sobre estudiantes universitarios, tecnología y procrastinación, presentado datos estadísticos que indican una relación mayor que estudios anteriores, por ejemplo, Sapillado et al. (2026), quienes reportaron una relación débil ($r = 0.022$) entre dependencia de la tecnología y procrastinación académica.

5. CONCLUSIÓN

Los resultados de la investigación permitieron determinar que existe una relación positiva alta y estadísticamente significativa entre el uso de herramientas digitales y la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Esto evidencia que el incremento en la utilización de plataformas digitales, inteligencia artificial y recursos tecnológicos se encuentra asociado con mayores niveles de postergación de tareas, distracción y dificultades en la organización académica. Asimismo, se identificó que las tecnologías digitales forman parte constante de las dinámicas educativas actuales, influyendo directamente en los hábitos de estudio y en la gestión del tiempo de los estudiantes.

Además, los factores relacionados con la frecuencia de uso y el grado de dependencia e integración de la tecnología encontraron conexiones significativas con una mala gestión del



tiempo, distracciones por contenido digital y desmotivación hacia el trabajo académico. Estos hallazgos indican que el uso intensivo de la tecnología no garantiza que el usuario logre un nivel más alto de rendimiento académico. Sin una supervisión adecuada y autorregulación, la tecnología puede causar procrastinación en un entorno universitario.

Por otro lado, el estudio mostró que la procrastinación académica es un fenómeno multifacético que tiene un gran impacto en el cumplimiento de las obligaciones universitarias. Las interrupciones repetidas, la pérdida de interés y las tareas pospuestas indican que las habilidades de planificación, organización y autocontrol de los estudiantes necesitan mejorar. La era digital contemporánea puede ser tanto ventajosa como desventajosa al considerar la disciplina académica y el desarrollo de habilidades de estudio relevantes.

Las instituciones de educación superior deben promover el uso adecuado de la herramienta digital junto con la autorregulación, el pensamiento crítico y la gestión del tiempo. Se deben crear programas de asistencia tecnológica y apoyo educativo para proteger el rendimiento y el compromiso académico de los estudiantes de los impactos adversos de la digitalización educativa. De esta manera, será posible fomentar un equilibrio entre innovación tecnológica y bienestar educativo dentro del ámbito universitario.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, M. (2024). De la inteligencia artificial como instrumento: La tesis de la dependencia cognitiva. *Análisis. Revista de Investigación Filosófica*, 11(1), 63–79. https://doi.org/10.26754/ojs_arif/arif.202419489
- Arteaga, H., Quispe, N., Sánchez, K., Andrade, J., Coronado, J., & Cjuno, J. (2022). Adicción a redes sociales y procrastinación académica en universitarios de la selva. *Revista Eugenio Espejo*, 16(3), 4–14. <https://doi.org/10.37135/ee.04.15.02>
- Cajamarca, M., Cangas, A., Sánchez, S., & Pérez, A. (2024). Nuevas tendencias en el uso de recursos y herramientas de la tecnología educativa para la educación universitaria. *Journal of Economic and Social Science Research*, 4(3), 127–150. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v4/n3/124>
- Chavez, S., Haro, Y., Machaca, L., & Adriano, C. (2024). Inteligencia emocional y procrastinación académica en estudiantes universitarios en Perú. *Ciencias Psicológicas*, 18(1), 1–12. <https://doi.org/10.22235/cp.v18i>



- Córdova, J., Hidrobo, J., Hidrobo, J., Estrella, M., Rueda, G., Rosero, X., Díaz, E., et al. (2022). Procrastinación académica de adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 3658–3677. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2490
- Forero, W., & Negre, F. (2024). Técnicas y aplicaciones del machine learning e inteligencia artificial en educación: Una revisión sistemática. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 27(1), 1–35. <https://doi.org/10.5944/ried.27.1.37491>
- García, R., Apaza, M., Mariñas, R., & Zapana, N. (2026). Dependencia funcional a la inteligencia artificial en la universidad: Una lectura desde la disrupción cognitiva. *RIED-Revista Iberoamericana de Educación a Distancia*, 29(2), 1–19. <https://doi.org/10.5944/ried.47025>
- Marín, A., Rojas, J., & Sánchez, A. (2024). Procrastinación académica y calidad del aprendizaje percibido durante el desarrollo de tesis de pregrado. *Educación y Educadores*, 27(3), 1–18. <https://doi.org/10.5294/edu.2024.27.3.5>
- Molina, E. (2024). La procrastinación académica por las clases virtuales en los estudiantes universitarios. *D'Epica*, 2(2), 1–12. <https://revista.als.ie/depica/article/view/62>
- Niño, S., Castellanos, J. C., Perezchica, J., & Sepúlveda, J. (2025). Percepciones de estudiantes universitarios sobre los usos de inteligencia artificial en educación. *Revista Fuentes*, 27(1), 94–106. <https://doi.org/10.12795/revistafuentes.2025.26356>
- Oyarvide, N., Tenorio, E., Oyarvide, R., Oyarvide, H., & Racines, T. (2024). Factores influyentes para el uso de herramientas digitales en estudiantes. *Revista Científica de Salud y Desarrollo Humano*, 5(2), 346–366. <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v5i2.141>
- Pacheco, M., Armenta, L., Pacheco, D., Laurian, C., & Lee, G. (2025). Uso de redes sociales y procrastinación académica: Evidencia conductual y académica. *GECONTEC: Revista Internacional de Gestión del Conocimiento y la Tecnología*, 13(2), 207–222. https://www.researchgate.net/profile/David-Laurian-Pacheco/publication/399059240_vol13_n2_pg207_222Sp/links/694ca02606a9ab54f84a6651/vol13-n2-pg207-222Sp.pdf
- Ramírez, R., Zapata, J., Aguilar, D., & Bastidas, E. (2026). Plataformas digitales de aprendizaje impulsadas por inteligencia artificial y su desempeño en la educación superior. *International Journal of Computational Innovations, Intelligent Systems and AI*, 2(1), 48–69. <https://doi.org/10.64439/cisai.v2i1.32>



- Rivas, J. (2025). Inteligencia artificial en la educación: Revolución cognitiva o erosión del pensamiento crítico. En *Actas del Congreso de Investigación, Desarrollo e Innovación* (pp. 433–438). <https://doi.org/10.47300/actasidi-unicyt-2024-58>
- Rodríguez, Y., & Berra, C. (2026). Impacto del uso de la inteligencia artificial en las habilidades cognitivas en la formación universitaria de estudiantes de negocios. *Formación Universitaria*, 19(2), 161–170. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062026000200161>
- Rojas, F., Espinoza, J., & Mendoza, M. (2024). Inteligencia artificial: Dependencia y la afección del pensamiento crítico. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 12590–12608. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.13462
- Sánchez, M. (2025). ¿Autonomía en riesgo? Ética y la dependencia de la inteligencia artificial generativa en la formación médica. *Investigación en Educación Médica*, 14(53), 5–7. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2025.53.24670>
- Sapillado, H., Vilca, G., & Quispe, A. (2026). Relación entre dependencia a la inteligencia artificial, rendimiento académico y procrastinación académica en universitarios. *Revista Eugenio Espejo*, 20(1), 130–145. <https://doi.org/10.37135/ee.04.25.08>
- Tagua, J., Bolaños, A., Vinuesa, M., & Márquez, L. (2026). Inteligencia artificial en educación superior: ¿Sustituto o complemento del pensamiento crítico? Revisión sistemática. *Revista Simón Rodríguez*, 6(11), 636–652. <https://doi.org/10.62319/simonrodriguez.v.6i11.157>
- Tramallino, C., & Zeni, A. (2024). Avances y discusiones sobre el uso de inteligencia artificial (IA) en educación. *Educación*, 33(64), 29–54. <https://doi.org/10.18800/educacion.202401.M002>
- Villagómez, D., Moreano, L., & Chavez, D. (2023). Procrastinación académica y dependencia al dispositivo móvil en estudiantes. *Revista Eugenio Espejo*, 17(3), 42–51. <https://doi.org/10.37135/ee.04.18.05>
- Zapata, D., Coronel, J., Gómez, R., Pariona, M., Cerna, M., & González, Z. (2026). Impacto del uso de inteligencia artificial en el rendimiento académico y el bienestar emocional de estudiantes universitarios en Lima Metropolitana. *Prohominum. Revista de Ciencias Sociales y Humanas*, 8(1), 579–594. <https://doi.org/10.47606/acven/ph0461>



Zumárraga, M., & Cevallos, G. (2022). Autoeficacia, procrastinación y rendimiento académico en estudiantes universitarios de Ecuador. *Alteridad. Revista de Educación*, 17(2), 277–290. <https://doi.org/10.17163/alt.v17n2.2022.08>

Conflicto de Intereses: Los autores afirman que no existen conflictos de intereses en este estudio y que se han seguido éticamente los procesos establecidos por esta revista. Además, aseguran que este trabajo no ha sido publicado parcial ni totalmente en ninguna otra revista.

FINANCIAMIENTO

Los autores no recibieron financiamiento para el desarrollo de esta investigación.

CONTRIBUCIÓN DE AUTORÍA:

Nombres de autores e iniciales: Elvis Alberto Cansino Flores (EACF), Michael Andrés Lara Valdez (MALV), Jossmar Jacobo Delgado Sánchez (JJDS), Jhon Alexander Ponce Alencastro (JAPA), Anabel Stephanny Ortiz Dávila (ASOD).

1. Conceptualización: (EACF)
2. Curación de datos: (MALV)
3. Análisis formal: (JAPA)
4. Adquisición de fondos: (JJDS)
5. Investigación: (ASOD)
6. Metodología: (EACF)
7. Administración del proyecto: (JJDS)
8. Recursos: (MALV)
9. Software: (JAPA)
10. Supervisión: (ASOD)
11. Validación: (EACF)
12. Visualización: (MALV)
13. Redacción – Borrador original: (JJDS)
14. Redacción – Revisión y edición: (ASOD)

