

Instrumentos para evaluar la procrastinación académica en estudiantes universitarios: una revisión sistemática de literatura

Instruments to assess academic procrastination in university students: a systematic literature review

Recibido: 26/05/2025 - Aceptado: 24/08/2025

Ana María Silva Castillo

<https://orcid.org/0000-0002-3770-1906>

anamariasc@ucvvirtual.edu.pe

Universidad César Vallejo. Piura, Perú

Resumen

El presente estudio aborda los avances en la investigación sobre la procrastinación académica (PA) y su impacto en el ámbito universitario. La PA se define como la tendencia a postergar tareas, lo que repercute de manera negativa en la salud y el rendimiento académico de los estudiantes. El objetivo fue examinar los principales instrumentos utilizados para medir la PA en universitarios, valorando su validez y confiabilidad. Para ello, se revisaron diversas escalas y cuestionarios, como la SPS, EPA y otros, con especial énfasis en investigaciones desarrolladas en América Latina y en su relación con variables sociodemográficas. La metodología consistió en una revisión sistemática de literatura, siguiendo el procedimiento PRISMA para la selección de estudios publicados entre 2020 y 2025. Los resultados evidencian que la PA afecta significativamente a los estudiantes, con variaciones en su prevalencia y en los factores que inciden en su manifestación. Se concluye destacando la necesidad de contar con instrumentos de medición válidos y confiables, así como de promover investigaciones futuras que consideren las adaptaciones culturales y el contexto universitario.

Palabras clave: procrastinación académica, estudiantes universitarios, rendimiento académico.

Abstract

This study addresses advances in research on academic procrastination (AP) and its impact in the university setting. AP is defined as the tendency to postpone tasks, which has a negative impact on students' health and academic performance. The objective was to examine the main instruments used to measure AP in university students, assessing their validity and reliability. To this end, various scales and questionnaires were reviewed, such as the SPS, EPA, and others, with special emphasis on research conducted in Latin America and its relationship with sociodemographic variables. The methodology consisted of a systematic review of the literature, following the PRISMA procedure for the selection of studies published between 2020 and 2025. The results show that PA significantly affects students, with variations in its prevalence and in the factors that influence its manifestation. The conclusion highlights the need for valid and reliable measurement instruments, as well as the promotion of future research that considers cultural adaptations and the university context.

Keywords: academic procrastination, university students, academic performance.

Introducción

Los avances tecnológicos han transformado diversas áreas de la vida de los individuos. En el ámbito educativo, su incorporación ha modificado la interacción y los métodos de trabajo desde la pandemia del 2020 hasta la actualidad. Sin embargo, cuando la tecnología se utiliza de forma inadecuada, puede generar dificultades en distintos procesos académicos. En este contexto de incidencias y adaptaciones se sitúa la base central de la presente pesquisa (Otero et al., 2023).

Desde hace más de tres décadas, múltiples investigaciones han señalado que la procrastinación constituye una problemática social significativa, ya que afecta diferentes esferas de la vida de las personas. Es importante distinguir que posponer una tarea no necesariamente implica ser procrastinador; la procrastinación implica intencionalidad, malestar subjetivo y un patrón repetitivo de comportamiento inadaptado (Díaz, 2019).

La procrastinación se define como la conducta que consiste en aplazar deliberadamente diversas actividades que deben ejecutarse en un plazo determinado, como resultado de una desregulación o alteración

conductual. Por ello, se trata de un fenómeno de gran relevancia que continúa siendo objeto de estudio en el ámbito psicológico y educativo (Gómez et al., 2023).

Las investigaciones sobre el tema deben mantenerse vigentes, ya que conocer únicamente la definición del fenómeno no basta para abordar sus implicaciones. Este comportamiento incide directamente en la salud mental de quienes lo padecen, por lo que resulta esencial actualizar los hallazgos y aplicar estrategias efectivas para reducirlo (Casasola, 2022).

La literatura reciente se ha enfocado en las consecuencias de la procrastinación, especialmente en el perfil del estudiante que presenta estrategias de estudio deficientes, dificultades para organizarse y priorizar objetivos, desinterés por las tareas, emociones negativas y una gestión ineficiente del tiempo. Estos rasgos coinciden con el perfil característico del procrastinador (Alegre et al., 2022).

Una investigación reciente identificó diversos motivos por los que los universitarios procrastinan, entre ellos el estrés, el uso excesivo de internet, la falta de motivación y la percepción negativa sobre el desarrollo de determinadas actividades. Además, se halló que el 97 % de los estudiantes se veían afectados por el hábito de postergar sus tareas (He, 2017).

En el ámbito académico, la procrastinación se manifiesta en el aplazamiento constante de actividades escolares, lo que repercute negativamente en el rendimiento y la disposición del estudiante para iniciar tareas. Este comportamiento se considera una dificultad significativa que impacta distintos factores de la vida estudiantil (Silva et al., 2025).

Diversas bases de datos evidencian que la procrastinación académica (PA) ha sido ampliamente investigada en contextos anglosajones, latinoamericanos y europeos, lo que ha permitido desarrollar un cuerpo teórico robusto, instrumentos de medición válidos, correlaciones consistentes y métodos de intervención desde la psicología basada en evidencia (Duda & Gallardo, 2022).

Según Parada y Schulmeyer (2021), la PA ha sido explorada en múltiples grupos poblacionales; no obstante, su estudio en universitarios reviste especial interés debido a la complejidad de esta etapa vital. En ella, adolescentes y jóvenes enfrentan decisiones trascendentales sobre su futuro laboral, por lo que resulta indispensable contar con medidas psicométricas consolidadas.

Para He (2017), citado por Chirio y Basauri (2023), las causas de la PA incluyen la flojera, la distracción generada por aplicaciones digitales, el estrés y la percepción de limitaciones personales frente a determinadas tareas. En su estudio con universitarios, el autor encontró que el 97 % presentaba alguna de estas causas.

Con el propósito de aportar a esta línea de investigación, la presente pesquisa analiza los instrumentos utilizados para evaluar la PA en población universitaria, valorando su validez y confiabilidad. Entre los principales instrumentos identificados se encuentran:

- **SPS**, adaptada por Álvarez (2010), compuesta originalmente por 28 ítems y reducida a 16 reactivos distribuidos en dos dimensiones: procrastinación general y académica. Emplea una escala tipo Likert de cinco opciones (de “nunca” a “siempre”) y presenta un alfa de Cronbach de .80. Su aplicación puede ser colectiva o individual, con una duración aproximada de 8 a 12 minutos (Trías & Carbajal, 2020).
- **Escala de Procrastinación Académica (EPA)**, estructurada en dos dimensiones: autorregulación y postergación. En su versión actual, con ocho reactivos, ha mostrado evidencia psicométrica sólida en cuanto a fiabilidad y validez (Domínguez et al., 2023).
- **Escala de Procrastinación de Tuckman**, de carácter unidimensional, basada en una escala Likert. Su versión original comprendía 35 ítems, mientras que la adaptación peruana consta de 15, con codificación directa e inversa. Utiliza una escala de respuesta que va desde “nunca me ocurre” hasta “siempre me ocurre”, con una confiabilidad de .70 (Alegre & Benavente, 2020).
- **Escala de Evaluación de Procrastinación para Estudiantes (PASS)**, desarrollada por Solomon y Rothblum, compuesta por 44 ítems que evalúan dos áreas: el desempeño académico y las razones de procrastinar. Presenta una consistencia interna de .89 (Estremadoiro & Schulmeyer, 2021).
- **Escala de Procrastinación Académica (APS-S)**, aplicable de manera individual o colectiva, con una duración aproximada de 2 minutos. Consta de 25 ítems distribuidos en seis factores y utiliza una escala Likert de cinco puntos (de “muy de acuerdo” a “muy en desacuerdo”). Una versión peruana reducida, de cinco reactivos, mostró confiabilidad con alfa = .867 y omega = .849 (Yockey, 2016; Alegre et al., 2022).

En este sentido, el presente artículo se justifica teóricamente por su revisión de los instrumentos empleados en los últimos años en distintos contextos culturales —latinoamericanos, europeos y anglosajones— para la evaluación de la PA y su abordaje desde la psicología. Estas herramientas permiten comprender el fenómeno de manera integral, considerando sus dimensiones, causas y niveles de manifestación.

Asimismo, la investigación busca verificar la adecuación de los instrumentos a las realidades culturales y educativas de la población universitaria, asegurando que cumplan con los criterios estructurales y estadísticos requeridos para generar resultados precisos que orienten futuras intervenciones.

En conclusión, este estudio se plantea como una contribución significativa al campo de la evaluación psicológica aplicada a la procrastinación académica, aportando evidencia útil para el desarrollo de estrategias basadas en la ciencia y sustentadas en la validez empírica de los instrumentos revisados.

Metodología

En este estudio, se evaluaron los instrumentos empleados para la medición de la variable procrastinación académica (PA) en universitarios. Para ello, se aplicó el procedimiento PRISMA (Page et al., 2021).

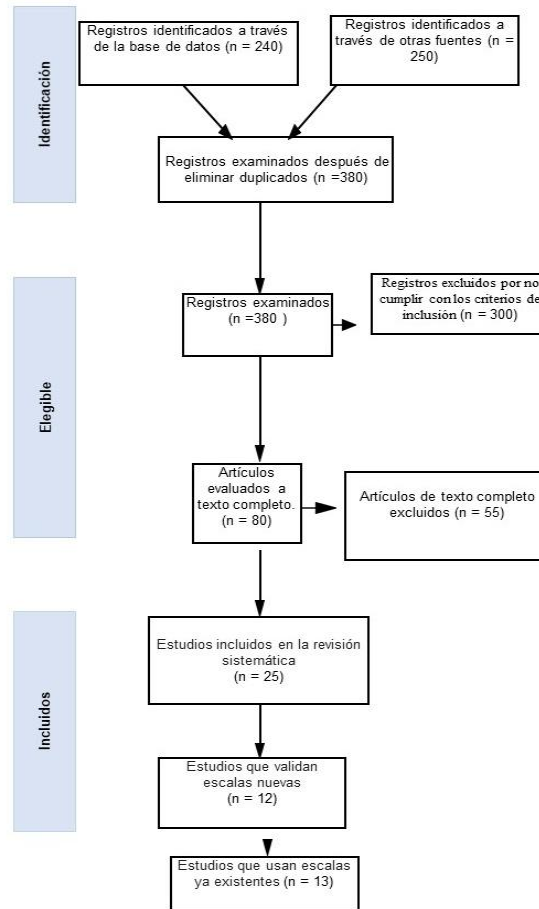
Los criterios de selección contemplados fueron de tipo cuantitativo y de exploración de literatura que abordara los instrumentos de medición de la PA en población de nivel educativo superior. Asimismo, se consideraron publicaciones realizadas entre los años 2020 y 2025, en idioma castellano e inglés (Codina, 2020).

Se realizaron búsquedas en las bases de datos Web of Science, SciELO y Scopus. Además, se revisaron las listas de referencias de los artículos seleccionados con el fin de identificar aquellos que no cumplieran con los criterios de inclusión. Se examinaron los resúmenes de los trabajos y se seleccionaron 25 artículos para su análisis completo.

La exploración implicó la evaluación de la calidad metodológica y la pertinencia de los estudios en relación con el tema de investigación, considerando los siguientes criterios:

- **Validez:** se consideraron investigaciones que emplearan instrumentos adecuados para medir lo que se pretende evaluar. Además, se valoró que contaran con validez de contenido, criterio y constructo.
- **Confiabilidad:** se incluyeron estudios que presentaran resultados consistentes, con adecuada solidez interna (coeficiente omega y alfa de Cronbach) y estabilidad temporal.
- **Adaptación cultural:** se evaluaron los procesos de adaptación de los instrumentos aplicados en diversos contextos culturales, con el fin de garantizar su validez y fiabilidad.
- **Diseño del estudio:** se seleccionaron investigaciones que ofrecieran datos detallados acerca de la evolución y uso de los instrumentos de medición de la procrastinación a lo largo de los años.

Figura 1
Diagrama de PRISMA



Resultados

Este estudio se realizó considerando periodos específicos, agrupados en intervalos de tiempo semejantes. Este indicador, de carácter aleatorio, tiene como finalidad solicitar y organizar la información, además de promover la publicación de los resultados de acuerdo con el año en que fueron reportados. Los estudios incluidos en esta revisión sistemática se distinguen por presentar bibliografía relacionada con la dilación académica en estudiantes de nivel superior.

En ese sentido, este artículo tuvo como objetivo proporcionar evidencias de validez y confiabilidad de instrumentos de medición de la procrastinación académica (PA) aplicados en estudiantes universitarios (adolescentes, jóvenes y adultos), con el propósito de disponer de herramientas útiles para el diagnóstico, orientadas a generar datos precisos en esta población.

Casasola (2022), en un estudio sobre la PA en el contexto latinoamericano, evidenció que la tendencia a posponer tareas es compartida por ambos sexos. Asimismo, destacó la influencia de variables sociodemográficas y tradiciones culturales en la conducta de aplazamiento en universitarios.

Por otra parte, los estudios revisados muestran que la PA suele analizarse desde un enfoque cognitivo-conductual, el cual señala que los estudiantes que la presentan desarrollan procesos disfuncionales de regulación, lo que conlleva a una tendencia persistente a posponer sus actividades (Silva et al., 2025).

En esta misma línea, se identificaron artículos que emplearon teorías de la terapia cognitivo-conductual (TCC) y herramientas que cumplen con estándares de calidad, tales como:

- SPS
- IMDPA
- Escala de PA (EPA)

- Escala de procrastinación de Tuckman
- Escala de PA (APS-S)

En México, una investigación buscó validar el uso de la EPA en estudiantes universitarios, reduciendo la escala a 12 ítems, con una confiabilidad de .78 (Barraza & Barraza, 2018; Silva et al., 2025). Resultados semejantes fueron reportados por Corrales et al. (2022), quienes aplicaron la EPA con formato de opción múltiple de cinco respuestas (de “nunca” a “siempre”), obteniendo un α de Cronbach de 0.786. Este estudio reveló que las mujeres mostraron una conducta más autorregulada que los varones frente a las exigencias académicas.

En Paraguay, García y Silva (2019) aplicaron un instrumento para determinar los niveles de PA en universitarios, encontrando que el 38.8% procrastinaba, un porcentaje bajo en comparación con otros estudios que reportaron cifras superiores al 70% (Real et al., 2023).

Por su parte, Alegre y Benavente (2020) utilizaron el ATPS, compuesto por 15 ítems organizados en una estructura unidimensional. La escala mostró una confiabilidad superior a 0.70 y una validez respaldada por la correlación entre el puntaje obtenido en la ATPS y el rendimiento académico, evidenciando una relación negativa y significativa. Posteriormente, Alegre et al. (2022) adaptaron la versión corta del APS-S, logrando altos niveles de consistencia interna (α ord = .867; α word = .849).

Chirio y Basauri (2023) aplicaron la EBPA, evaluada por 10 expertos, obteniendo un coeficiente de validez de .80 y una confiabilidad de .70, con dos dimensiones para su aplicación.

De manera similar, Estremadoiro y Schulmeyer (2021) emplearon el PASS, un instrumento que mide la recurrencia de referentes cognitivos y conductuales de la procrastinación, alcanzando una consistencia interna de 0.89. Finalmente, en Perú, Herrera et al. (2021) evaluaron la procrastinación académica con el IMDPA, compuesto por cuatro dimensiones. El instrumento presentó una validez del 58.59% y una confiabilidad de 0.93, evidenciando puntajes elevados en ambos indicadores.

Conclusiones

La procrastinación académica constituye un fenómeno complejo que afecta a los estudiantes universitarios, en algunos casos de forma crónica, y suele asociarse con variables relacionadas con la salud y el bienestar psicológico. Sus consecuencias resultan perjudiciales, pues generan malestar y dificultan el desarrollo de la formación profesional; por ello, se requieren instrumentos de medición adecuados que permitan su identificación y posterior intervención (Saavedra, 2022).

La investigación sobre la dilación académica en el ámbito universitario ha empleado diversas herramientas de evaluación. Entre ellas, la PASS y la EPA destacan como las más utilizadas, aunque su aplicación exige un análisis riguroso en cuanto a validez, fiabilidad y adaptación cultural (Domínguez et al., 2020). Asimismo, la EPA y la APS-S han mostrado ser instrumentos útiles en contextos clínicos, educativos y de investigación, gracias a la solidez de sus estimaciones y a su estructura interna adecuada.

Por otro lado, los estudios que han empleado la ATPS evidencian resultados favorables, pues este instrumento presenta propiedades psicométricas consolidadas, aportando consistencia y relevancia al constructo.

Finalmente, se considera fundamental que las futuras investigaciones se orienten hacia la creación y validación de herramientas más específicas y adaptadas al contexto universitario. Dichas investigaciones deben contemplar factores emergentes como el uso de la tecnología y las particularidades de los currículos académicos, con el fin de ofrecer evaluaciones más precisas y culturalmente pertinentes.

Referencias

- Alegre, A., & Benavente, D. (2020). Análisis psicométrico de la Escala adaptada de Procrastinación de Tuckman (APTS). *Propósitos y Representaciones*, 8(2), e562. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n2.562>
- Alegre, A., Benavente, D., & Guevara, D. (2022). Adaptación lingüística y validación de la Escala de Procrastinación Académica – versión reducida (APSS). *Propósitos y Representaciones*, 10(3), e1708. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n3.1708>
- Álvarez, Ó. (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, 13, 159–177.
- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7.^a ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>
- Barraza, A., & Barraza, S. (2018). Evidencias de validez y confiabilidad de la escala de procrastinación académica en una población estudiantil mexicana. *Revista de Psicología y Ciencias del Comportamiento de la Unidad Académica de Ciencias Jurídicas y Sociales*, 9(1), 34–47.
- Casasola, W. (2022). Revisión sistemática sobre procrastinación en estudiantes universitarios en el contexto

- latinoamericano. *Psicología UNEMI*, 6(11), 227–244. <https://doi.org/10.29076/issn.26028379vol6iss11.2022pp227-244p>
- Chirio, D., & Basauri, M. (2023). Medición de la procrastinación académica: análisis psicométrico de una versión breve como una ECAD. *Avances en Psicología*, 31(1), e2878. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2023.v31n1.2878>
- Codina, L. (2020). Cómo hacer revisiones bibliográficas tradicionales o sistemáticas utilizando bases de datos académicas de conducto auditivo externo: Estudio de una serie de casos. *Revista ORL*, 11(2), 139–153. <https://doi.org/10.14201/orl.22977>
- Corrales, I., Villegas, J., Vitón, A., Tusell, D., Mamani, O., & Carranza, R. (2022). Validez y confiabilidad de una escala de procrastinación académica en estudiantes cubanos de estomatología. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 51(3).
- Domínguez, S., Sánchez, A., Aranda, M., Fuentes, V., & García-Domingo, M. (2023). Influencia de la dependencia al smartphone sobre la procrastinación académica en estudiantes universitarios: Diferencias según sexo. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 23(2), 117–135. <https://doi.org/10.21134/haaj.v23i2.769>
- Domínguez, S., Sánchez, A., & Fernández, M. (2020). Psychometric properties of the UWES-9S in Peruvian college students. *Acta Colombiana de Psicología*, 23(2), 7–23. <https://doi.org/10.14718/ACP.2020.23.2.2>
- Duda, B., & Gallardo, E. (2022). Caracterización de la procrastinación académica en estudiantado universitario peruano. *Revista Electrónica Educare*, 26(2), 369–385. <https://doi.org/10.15359/ree.26-2.20>
- Estremadoiro, B., & Schulmeyer, K. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, (30), 51–66.
- García, V., & Silva, M. (2019). Procrastinación académica entre estudiantes de cursos en línea: Validación de un cuestionario. *Apertura*, 11(2), 122–137. <https://doi.org/10.32870/ap.v11n2.1673>
- Gómez, C., Sánchez, V., & Santana, Y. (2023). Factores que inciden en la procrastinación académica de los estudiantes de educación superior en Colombia. *Universidad y Sociedad*, 15(4), 421–431.
- Herrera, M., Alva, J., Yarleque, L., & Humpiri, J. (2022). Construcción del instrumento de medición y diagnóstico de procrastinación académica (IMDPA) en estudiantes universitarios 2021. *593 Digital Publisher CEIT*, 7(6-2), 415–422. <https://doi.org/10.33386/593dp.2022.6-2.1596>
- Otero, S., Fuertes, M. E., Casanova, L., Arichábal, D., & Freire, K. (2023). La procrastinación: Una exploración teórica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(3), 76–93. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i3.6065
- Page, M., McKenzie, J., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., ... Alonso, S. (2021). Declaración PRISMA 2020: Una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790–799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Parada, B. E., & Schulmeyer, M. K. (2021). Procrastinación académica en estudiantes universitarios. *Revista Aportes de la Comunicación y la Cultura*, 30, 51–65.
- Real, R., Acosta, R., Arrua, C., Cabrera, L., Cáceres, M., Correa, L., Duarte, M., Gómez, O., Ortiz, D., Ramírez, J., Ruiz, J., Segovia, D., Trinidad, O., & Monges, V. (2023). Procrastinación académica en estudiantado de medicina del Paraguay en 2022. *Revista Educación*, 47(2). <https://doi.org/10.15517/revedu.v47i2.53617>
- Saavedra, X. (2022). *Programa preventivo cognitivo conductual para tratar la procrastinación de estudiantes del 4.º de secundaria de una institución educativa de Bambamarca, 2022* [Tesis de maestría, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/105051>
- Silva, A. M., Cortez, A. L., & Guachamboza, A. M. (2025). La procrastinación académica: Bases epistemológicas. *Revista InveCom*, 5(4), e504046. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14790643>
- Trías, D., & Carbajal, M. (2020). Adaptación de una escala de procrastinación académica para adolescentes de educación secundaria. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 38(3), 1–16. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.7906>