

Relación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica.

Noelia Avila, María José Espinal y Astrid Peralta

Universidad Iberoamericana

Nota de autor

Este trabajo fue asesorado por la Dra. Iris Bello Castillo y la Dra. Laura V. Sánchez-Vincitore.

### Resumen

En la actualidad, no existe mucha evidencia científica sobre como la pandemia del COVID-19 afecta la salud mental y sus impactos psicológicos en la población universitaria de la República Dominicana. El propósito de este estudio fue analizar la correlación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica. Para esto se utilizó una muestra de 121 estudiantes universitarios dominicanos en edades comprendidas entre los 18 y 25 años. Obtuvimos información sobre la ansiedad por COVID-19, a través de la escala de Impacto de Evento conformada por dos subescalas, intrusión de pensamiento y evitación. Asimismo, utilizamos un segundo instrumento, la Escala de Evaluación de la Procrastinación para Estudiantes compuesta por dos subescalas, frecuencia de la procrastinación y razones conductuales para procrastinar. Los resultados del análisis de correlación indicaron que existe una correlación significativa entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica en estudiantes universitarios dominicanos.

*Palabras claves:* Ansiedad por COVID-19, procrastinación académica, estudiantes universitarios

### Relación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica

El COVID-19 empezó en diciembre de 2019 como brote viral en Wuhan, China (Elhai, Yang, McKay, & Asmundson, 2020). La Organización Mundial de la Salud (WHO, 2020) declaró como pandemia el brote de COVID-19 el 11 de marzo de 2020. Debido a la evolución del virus en marzo de 2020, la República Dominicana tuvo que tomar medidas de prevención y declararse en estado de emergencia nacional (Pantaleón, 2020).

La República Dominicana se encuentra entre los países latinoamericanos con mayores casos de contagios por COVID-19, el 13 de agosto del 2020 el Ministerio de Salud Pública (MSP, 2020) indicó 84,488 casos confirmados.

El COVID-19 tiende a generar sentimientos de miedo, ansiedad y confusión en la población (Roy et al., 2020). Las personas que se mantienen en aislamiento suelen experimentar una angustia significativa expresada en forma de ansiedad, ira, confusión y síntomas de estrés postraumático (Brooks et al., 2020). La tasa de prevalencia de la ansiedad fue de 44,7 % según la encuesta realizada a profesionales chinos de la salud (Liu et al., 2020).

Elhai et al. (2020) indicaron que existe relación entre el aislamiento domiciliario por COVID-19 y el aumento de los niveles de ansiedad y las emociones negativas en la sociedad. Además, Wang et al.(2020) encontraron que existe relación entre el confinamiento producto de la pandemia y el impacto que ha tenido en la salud mental de los estudiantes universitarios chinos.

Cao (2020) encontró que existe relación entre los estresores producto del COVID-19, los retrasos académicos y los niveles de ansiedad de los estudiantes universitarios chinos. Por otro lado, se ha encontrado evidencias de que la procrastinación afecta la salud mental (Eisenbeck, Carreno, & Uclés-Juárez, 2019).

La procrastinación académica es el retraso voluntario de las tareas y actividades diarias que se deben culminar en una fecha determinada (Tuckman, 1991). Los estudiantes universitarios tienden a procrastinar con mayor frecuencia cuando los niveles de ansiedad se encuentran elevados (Furlan, Ferrero, & Gallart, 2014). Estos autores encontraron relación entre la procrastinación académica y la ansiedad, donde el 40% al 60% de los estudiantes reportaron procrastinar por la sobrecarga académica percibida en específico al escribir trabajos finales, estudiar para exámenes y mantenerse al día con lecturas semanales.

Garzón-Umerenkova & Gil-Flores (2017) encontraron que la procrastinación aumenta al no definir objetivos y prioridades claros, y existe una menor percepción sobre el control del tiempo. Además, para Senécal, Koestner, & Vallerand (1995) a mayor motivación intrínseca, menor será la procrastinación académica. Estos autores indican que estudiantes desmotivados en la regulación de su comportamiento académico tienen mayor tendencia a procrastinar.

La procrastinación guarda relación con diversos factores cognitivos, afectivos, conductuales y ambientales como el esfuerzo, la persistencia y el manejo de emociones (Howell & Buro, 2009). En este estudio se descubrió que existe una relación positiva entre las creencias negativas y las estrategias utilizadas para evitar la procrastinación académica.

En China, Irán y Estados Unidos se ha estado investigando la ansiedad por COVID-19 (Elhai et al., 2020). Estos autores encontraron asociaciones moderadas de este virus con la ansiedad. Sin embargo, en un estudio realizado por Wang et al.(2020) encontraron que los niveles de ansiedad y depresión se mantuvieron estables a pesar del aumento significativo en los casos confirmados por COVID-19.

Johnson, Saletti-Cuesta, & Tumas (2020) encontraron una alta inquietud y miedo producto a la incertidumbre que la pandemia del COVID-19 ha generado en la población. Roy et

al, (2020) encontraron asociaciones a comportamientos de preocupación y otros sentimientos negativos.

Otras pandemias y epidemias como el H1N1 y el Ebola han influido en el bienestar mental y han aumentado el nivel de ansiedad de una manera significativa (Roy et al., 2020). No obstante, actualmente no se conoce información sobre el estado de salud mental que trae consigo a largo plazo la pandemia del COVID-19 (Eisenbeck et al., 2019).

Según evoluciona la pandemia de COVID-19 en el mundo se van obteniendo algunas evidencias sobre el estado de salud mental en grupos particulares específicamente la población con mayor vulnerabilidad (Cao et al., 2020) . Por lo que, se necesitan estudios que puedan aportar al conocimiento de la ansiedad relacionada al COVID-19 y las conductas procrastinadoras en la población no vulnerable, es decir los universitarios dominicanos (Aquino-Canchari, Quispe-Arrieta, & Huaman Castillon, 2020).

El propósito del estudio es establecer la correlación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la República Dominicana. Nosotras hipotetizamos que, a mayores niveles de ansiedad por COVID-19, mayor manifestación de conductas procrastinadoras.

### **Método**

El presente estudio tiene un diseño no experimental correlacional porque busca establecer la relación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de República Dominicana.

### **Participantes**

Los participantes en el estudio fueron estudiantes universitarios de República Dominicana con edades comprendidas entre los 18 y 25 años. Se extrajo la muestra de

universidades ubicadas en nueve provincias de la República Dominicana. Los estudiantes que formaron parte de este estudio pertenecían a universidades tanto del sector público como privado, siendo un 81.8% mujeres y un 18.2% hombres. Para este estudio se realizó un análisis de potencia para establecer el tamaño de la muestra con una potencia de .9 y un alfa de .05 que pudiera predecir el tamaño de efecto mediano ( $r=.3$ ). El análisis arrojó un total de 121 participantes. Nuestro estudio consta de una muestra no probabilística de tipo bola de nieve.

### **Instrumentos**

Para este estudio utilizamos la Escala de Impacto de Evento y la Escala de Evaluación de la Procrastinación para Estudiantes.

La Escala del Impacto de Evento (Horowitz, Wilner, & Alvarez, 1979; Sánchez-Vincitore, 2020), es un instrumento que evalúa el impacto de un evento inesperado. Esta está conformada por 22 ítems y dos subescalas divididas en 11 ítems cada una. La primera subescala, intrusión de pensamientos evalúa los pensamientos repetitivos del evento y la segunda subescala, evitación se enfoca en evaluar las tendencias a evitar situaciones asociadas al evento traumático. Es una escala de tipo Likert de cinco puntos donde (1) significa para nada, (2) un poco, (3) moderadamente, (4) bastante y (5) demasiado. Para este levantamiento de datos, la Escala del Impacto del Evento obtuvo un alfa de Cronbach de  $\alpha = .93$  y las subescalas, intrusión de pensamiento  $\alpha = .89$  y evitación  $\alpha = .84$ .

La Escala de Evaluación de la Procrastinación para Estudiantes (Solomon & Rothblum, 1984; Garzón & Flores, 2017), es una herramienta que busca evaluar los motivos y frecuencia asociados a la causa de por qué los estudiantes tienden a procrastinar. Está compuesta por 44 ítems que se dividen en dos subescalas: prevalencia que tiene 18 ítems y motivos para procrastinar que tiene 26 ítems. En cuanto a la prevalencia esta busca determinar la frecuencia en

que los participantes procrastinan y los niveles de ansiedad asociados a este y los motivos se enfocan en investigar las razones por la que procrastinan. Este instrumento es una escala de tipo Likert de cinco puntos donde (1) significa nunca, (2) significa casi nunca, (3) significa a veces, (4) significa casi siempre y (5) significa siempre. Para este levantamiento de datos, la Escala de Evaluación de la Procrastinación para Estudiantes obtuvo un alfa de Cronbach de  $\alpha = .92$  y las subescalas, frecuencia de procrastinación  $\alpha = .87$  y razones cognitivo-conductuales para procrastinar  $\alpha = .92$ .

Se creó un cuestionario sociodemográfico donde se midieron las variables: sexo, edad, posición económica, nivel académico y la probabilidad de ser parte de la población de riesgo ante el COVID-19.

### **Procedimiento**

El presente estudio contó con la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Iberoamericana, garantizando la protección de sus participantes.

Los participantes se contactaron vía redes sociales el 23 de septiembre del 2020. Nuestro levantamiento de datos se llevó a cabo a través de una encuesta online donde encontró un acápite de consentimiento informado en el que los participantes conocieron los riesgos y beneficios de participar en esta investigación y pudieron firmar con sus iniciales. Primero administramos una encuesta sociodemográfica. Luego pasamos a aplicar las dos escalas iniciando con la Escala de Impacto de Evento y finalizando con la Escala de Evaluación de la Procrastinación para Estudiantes.

### **Resultados**

El objetivo de este estudio fue comprobar si existe una correlación entre la ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la República

Dominicana. Como se puede observar en la Tabla 1, se encontró una correlación positiva débil ( $r=.24$ ;  $p = .009$ ) entre las variables de ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica en estudiantes universitarios. Es decir, a mayor nivel de ansiedad por COVID-19, mayor procrastinación académica.

Tabla 1

*Correlaciones entre las subescalas de Impacto de Evento y Escala de Evaluación de la Procrastinación para Estudiantes.*

	Ansiedad por COVID-19	Intrusión de pensamiento	Evitación	Procrastinación Académica	Frecuencia de la procrastinación
Ansiedad por COVID-19	—				
Intrusión de pensamiento	1.0***	—			
Evitación	.96***	.96***	—		
Procrastinación Académica	.24**	.24**	.25**	—	
Frecuencia de la procrastinación	.22*	.22*	.22*	.71***	—
Razones cognitivo-conductuales para procrastinar.	.18*	.18*	.19*	.89***	.32***

En cuanto a los resultados obtenidos se encontró una correlación positiva débil entre la ansiedad por COVID-19, la frecuencia de la procrastinación ( $r=.22$ ;  $p = .016$ ) y las razones conductuales para procrastinar ( $r=.18$ ;  $p = .046$ ). De igual forma, se encontró una correlación significativa entre la Procrastinación Académica y la intrusión de pensamiento ( $r=.24$ ;  $p = .009$ ).



## Discusión

Los hallazgos obtenidos en el presente estudio indican que existe una correlación significativa entre los niveles de ansiedad por COVID-19 y la procrastinación académica en estudiantes universitarios de la República Dominicana. Estos resultados son congruentes con los hallazgos obtenidos por Cao (2020) donde se encontró que existe relación entre los estresores producto del COVID-19, los retrasos académicos y los niveles de ansiedad de los estudiantes universitarios chinos.

En este sentido podemos considerar tanto la intrusión del pensamiento como la evitación indicadores significativos ante la ansiedad por COVID-19. Asimismo, las razones cognitivo-conductuales de procrastinar y su frecuencia son indicadores fundamentales ante la procrastinación académica.

Por otro lado, se encontró una correlación significativa entre las subescalas de los instrumentos. Es decir, entre la intrusión de pensamiento, la evitación, la frecuencia de la procrastinación y las razones conductuales para procrastinar. El estudio realizado por Furlan, Ferrero y Gallart (2014) confirma que los estudiantes universitarios tienden a procrastinar con mayor frecuencia cuando los niveles de ansiedad se encuentran elevados. De acuerdo a los resultados de nuestro estudio, los participantes indicaron que, a mayor intrusión de pensamiento, mayor frecuencia y motivos para procrastinar en sus responsabilidades académicas.

Entre las limitaciones podemos señalar que la muestra para este estudio estuvo conformada por un 81.8% de mujeres y un 18.2% de hombres, por lo tanto, no fue heterogénea. De igual forma, no podemos descartar la posibilidad de que estos niveles de ansiedad estén asociados a otros factores producto de las circunstancias presente en la vida del estudiante universitario al momento de administrarle la encuesta. Asimismo, nuestro instrumento al ser

extenso pudo ser tedioso para los participantes. Igualmente, no tomamos en cuenta en que año de su carrera universitaria se encontraba el estudiante.

En la actualidad aún existe poca información sobre este virus. Por lo que, el presente estudio aporta nuevos conocimientos acerca de la ansiedad relacionada al COVID-19 y las conductas procrastinadoras en los universitarios dominicanos. En esta misma línea pudieran plantearse estudios futuros donde se aborde a profundidad las diferentes poblaciones que han dado positivos al COVID-19, se consideran de riesgo ante este virus y aquellos que convivieron con familiares infectados por el virus.

## Referencias

- Aquino-Canchari, C. R., Quispe-Arrieta, R. del C., & Huaman Castillon, K. M. (2020). COVID-19 y su relación con poblaciones vulnerables. *Revista Habanera Ciencias Médicas*, 19(0), 33–34.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J., & Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287(March), 1–5. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Eisenbeck, N., Carreno, D. F., & Uclés-Juárez, R. (2019). From psychological distress to academic procrastination: Exploring the role of psychological inflexibility. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 13(July), 103–108. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2019.07.007>
- Elhai, J. D., Yang, H., McKay, D., & Asmundson, G. J. G. (2020). COVID-19 anxiety symptoms associated with problematic smartphone use severity in Chinese adults. *Journal of Affective Disorders*, 274(April), 576–582. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.05.080>
- Furlan, L. A., Ferrero, M. J., & Gallart, G. (2014). Ansiedad ante los exámenes, procrastinación y síntomas mentales en estudiantes de la Universidad Nacional de Córdoba. *Revista Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 6(Diciembre), 31–39.
- Garzón-Umerenkova, A., & Gil-Flores, J. (2017). Gestión del tiempo y procrastinación en la educación superior. *Universitas Psychologica*, 16(3), 1–13.

<https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy16-3.gtpe>

Garzón, A., & Flores, J. G. (2017). Propiedades psicométricas de la versión en español de la prueba Procrastination Assessment Scale-Students (PASS). *Revista Iberoamericana de Diagnostico y Evaluacion Psicologica*, *1*(43), 149–163.

[https://doi.org/10.21865/RIDEP43\\_149](https://doi.org/10.21865/RIDEP43_149)

Horowitz, M. J., Wilner, N., & Alvarez, W. (1979). Impact of Event Scale (IES): A Measure of Subjective Distress. *Psychosomatic Medicine*, *41*(3), 209–218.

Howell, A. J., & Buro, K. (2009). Implicit beliefs, achievement goals, and procrastination: A mediational analysis. *Learning and Individual Differences*, *19*(1), 151–154.

<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2008.08.006>

Johnson, M. C., Saletti-Cuesta, L., & Tumas, N. (2020). Emotions, concerns and reflections regarding the COVID-19 pandemic in Argentina. *Ciencia e Saude Coletiva*, *25*, 2447–2456.

<https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.10472020>

Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y. T., Liu, Z., Hu, S., & Zhang, B. (2020). Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, *7*(4), e17–e18. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30077-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30077-8)

MSP. (2020). *Boletín especial 148 COVID-19*.

Pantaleón, D. (2020). La crisis del coronavirus desde el día uno en República Dominicana. *Listin Diario*. Retrieved from <https://listindiario.com/la-republica/2020/03/22/609712/la-crisis-del-coronavirus-desde-el-dia-uno-en-republica-dominicana>

Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., & Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, *51*(April), 102083.

<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102083>

Sánchez-Vincitore, L. V. (2020). Comportamiento de salud y respuestas traumáticas durante el brote de COVID-19 en RD. Retrieved from

[https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=n\\_Gg2S8xMkmavq8kIG6xhqG7oCN2V5FEpK-HCT1BJK1UQVVHMDRFNTdLSVc0MDMwU0k3RUNOTVFCTS4u](https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=n_Gg2S8xMkmavq8kIG6xhqG7oCN2V5FEpK-HCT1BJK1UQVVHMDRFNTdLSVc0MDMwU0k3RUNOTVFCTS4u)

Senécal, C., Koestner, R., & Vallerand, R. J. (1995). Self-regulation and academic procrastination. *The Journal of Social Psychology, 135*(5), 607–619.

<https://doi.org/10.1080/00224545.1995.9712234>

Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology, 31*(4), 503–509.

<https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>

Tuckman, B. W. (1991). The development and concurrent validity of the procrastination scale. *Educational and Psychological Measurement, 51*(2), 473–480.

<https://doi.org/10.1177/0013164491512022>

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., McIntyre, R. S., ... Ho, C. (2020). A longitudinal study on the mental health of general population during the COVID-19 epidemic in China.

*Brain, Behavior, and Immunity, 87*, 40–48. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.028>

WHO. (2020). WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19.

Retrieved from <https://www.who.int/dg/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020%0A>