



Procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM.

M. en C. Adela Alba-Leonel¹, M en C. Julio Hernández Falcón²

M. en C. Adela Alba-Leonel
Antiguo camino a Xochimilco y Viaducto Tlalpan,
Col. San Lorenzo Huipulco C. P. 14370
Tlalpan, México, D. F.
Tel. 55 56 23 32 Ext. 269

adelaalbaleonel@yahoo.com.mx

Resumen

Introducción: La procrastinación es la tendencia a posponer la finalización de una labor evitando la responsabilidad y la decisión que se requiere de ser ejercida. La procrastinación va en contra del buen aprendizaje y desempeño académico de los estudiantes.

¹ Mtra. en Ciencias Sociomédicas con énfasis en Epidemiología. Profesor de Carrera Asociado "C", Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM

² Mtro. en Investigación de Servicios de Salud Profesor de Carrera Asociado "C", Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM.



Objetivos: Conocer las prevalencia de procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM

Metodología: Se realizó un estudio de tipo descriptivo, la unidad de observación. fueron alumnos de las carreras de Lic. en Enfermería y Lic. En Enfermería y Obstetricia; el muestreo fue por conveniencia. En total se estudiaron a 50 alumnos y se les aplicó un cuestionario exprofeso "Escala de Procrastinación académica", de 16 reactivos con escala de Likert de cinco puntos.

Resultados: Del total de la muestra, el 74% correspondió al sexo femenino, el 58% tenían 19 y 21 años de edad. El 24% de los alumnos son de la Licenciatura en Enfermería y 76% de Enfermería y Obstetricia. El 38% son del 2º, 40% del 4º, 2% al 6º y 10% al 8º semestre. El 100% de los estudiantes mostraron procrastinación académica.

Solo el 4% afirmó nunca cuando tiene una tarea, normalmente lo deja para el último, 8% afirmó siempre se prepara por adelantado para los exámenes. El 14% siempre cuando le asignan lecturas, las lee la noche anterior. El 8% siempre revisa las lecturas el mismo día de la clase. El 30% siempre cuando tiene problema para entender algo busca ayuda. El 36% siempre trata de completar el trabajo asignado lo más pronto posible, el 6% siempre disfruta del desafío que le significa la espera del último minuto para completar una tarea.

Conclusiones: Los esfuerzos actuales para disminuir la procrastinación académica es ejercer una tutoría académica permanente de los alumnos en la UNAM y de manera especial en la ENEO, esto quizás es solo una parte de la solución del problema y amerita establecer programas que mejoren esta condición en beneficio del éxito académico y profesional.

Palabras clave: procrastinación académica, tutoría, estudiantes de enfermería

Introducción

El término procrastinación proviene de la palabra en latín *procastinare* que significa el posponer o dejar las cosas para otro día o momento.

La procrastinación es la tendencia a posponer o retrasar la finalización de una labor o tarea evitando la responsabilidad, decisiones y tarea que requieren ser desarrolladas (Haycock, Mc Carthy & Skay 1998)

Entre los egipcios el término denotaba la costumbre de evitar el trabajo y el pernicioso hábito de la pereza. Sin embargo para los Romanos se trataba de una actitud juiciosa de espera en los conflictos militares.



En el siglo XVII el reverendo Walker en un escrito encontrado en la biblioteca de la Universidad de Ontario, Canadá revela que existe: *una conexión entre la evitación de las tareas, la voluntad y el pecado, pues planteaba que las personas que postergaban las labores lo hacían por su propia voluntad y eran pecadoras por esta misma razón al no poder alcanzar sus metas de santos o doctos sino solamente la de mayores de edad.* (Sánchez HAM 2010)

Para Ferrari, Johnson y Mc Cown (1995) se trata de un constructo que tiene una connotación negativa a partir de la Revolución Industrial.

Para Freud en su texto sobre *Inhibición, síntoma y angustia* (1926) se trata de una alerta para el yo, del inconsciente reprimido. La conducta del procrastinador tendrá los mismos elementos del acto fallido que hunde sus raíces en el inconsciente del sujeto. La perspectiva psicodinámica resalta que la evitación de tareas está relacionada con la angustia, se trata de una alerta del yo de la emergencia del inconsciente reprimido. (Álvarez BR, 2010)

Sobalvarro CC (2009) refiere que los estados procrastinadores, se han relacionado con los circuitos de recompensa, sobre el paradigma del placer, donde se obtiene logros a través del ciclo del deseo-acción-satisfacción.

Pero también la conducta de procrastinación es producto del éxito obtenido en ocasiones anteriores y que han dependido por factores ambientales. Es decir el propio sujeto obtiene una especie de recompensa en términos de tensión y adrenalina asociada al retraso de la entrega de la tarea. El propio procrastinador trata de justificar diciendo que tiene un ritmo diferente de hacer las cosas. Sin embargo es de reconocer que en un estudio realizado por el Departamento de Psicología de la University of Western Ontario en el 2010, en donde se asegura que las personas que dedican parte de su tiempo a actividades placenteras son mucho más eficientes. El propio John Maeda en su libro "Necessary procrastination" que el acto de procrastinar es primordial en el proceso creativo. (Sánchez J 2012)

Para Ellis y Knaus (1977) nos dicen que se trata de un sustento irracional sobre lo que implica terminar una tarea (metas altas e irreales) por lo tanto trata de evitar las consecuencias emocionales postergando la tarea. El propio sujeto evita con esto asumir una responsabilidad percibida que implica abandonar la comodidad del estado previo a la realización de la tarea pospuesta.

Quienes tienen problemas con la procrastinación lo atribuyen a una actitud de flojera, indisciplina o problemas de la personalidad. Sin embargo solo es una situación aparente que puede incluso estar asociada con entidades



psiquiátricas definidas como las referidas a la bipolaridad y el déficit de atención.

En muchos casos se atribuye a falta de atributos apropiados para el desempeño.

La propia procrastinación tiene efectos sobre el desempeño académico iniciando o retroalimentando un círculo vicioso en el que al retraso de la tarea sigue siendo un abandono de los propósitos por cumplir la tarea.

Los estudiantes procrastinadores inician más tarde las tareas y el estudio. Se encuentran frecuentemente distraídos en otras tareas que le parecen son más importantes. La jerarquía de la tarea no es establecida de manera congruente con los tiempos establecidos.

El procrastinador académico pospone las tareas casi siempre y casi siempre experimenta ansiedad relacionada con su actitud. Se puede aseverar que busca la propia ansiedad que le produce el cumplir con la tarea en el último minuto.

Klassen y colaboradores (2007) señalan que las teorías de la motivación interna y la autorregulación no serían directamente comparables ya que la primera se sustenta en motivos que desencadenan la motivación, mientras que la segunda se basa en el proceso que lleva a cabo el sujeto por el impacto generado por las metas sobre su conducta. De manera que la procrastinación académica no puede ser una falla en el aprendizaje de la autorregulación en la ejecución.

Las investigaciones realizadas con relación a la postergación académica -procrastinación- han mostrado que se trata más de un problema de administración del tiempo que incluye de manera compleja componentes afectivos, cognoscitivos y conductuales (Parisi A, Paredes M. 2007)

Se ha encontrado que aproximadamente el 20% de la población universitaria norteamericana presenta procrastinación académica crónica; más aún el 50% así lo percibe. Mientras que el 70% revela conductas asociadas con la procrastinación (Sánchez HAM 2010).

De manera que el presente estudio pretendió conocer la prevalencia de procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). Así como conocer las causas de procrastinación académica en estudiantes de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia, UNAM.

Metodología:



Se realizó un estudio de tipo descriptivo transversal, la unidad de observación, fueron alumnos de las carreras de Lic. en Enfermería y Lic. en Enfermería y Obstetricia de la Escuela Nacional de Enfermería y Obstetricia (ENEO) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM); el muestreo se realizó por conveniencia y se recolectaron los datos durante el mes de abril de 2013, para conocer la prevalencia de procrastinación académica.

Los criterios de inclusión fueron alumnos de los diferentes semestres de la Lic. en Enfermería y de la Lic. en Enfermería y Obstetricia ENEO – UNAM, los criterios de exclusión alumnos que no quisieron participar y los criterios de eliminación que no hayan respondido el cuestionario correctamente.

Se les aplicó un cuestionario exprofeso “Escala de Procrastinación académica”, Ver anexo 1 el cual contenía datos generales como sexo, edad, grado escolar y tipo de licenciatura y 16 reactivos específicos de procrastinación con escala de Liker de cinco puntos ver cuestionario, con alfa de Cronbach de 0.80 validado por la Universidad de Lima. Los reactivos permiten evaluar confiabilidad y la tendencia a la procrastinación académica. El instrumento puede ser aplicado de forma individual o colectiva, sin embargo este se aplicó de forma individual. El tiempo de respuesta es de entre 8 a 12 minutos.

La información se capturó y se analizó con Excel, se realizó un análisis descriptivo y relativo para cada variable de la investigación.}

En lo que se refiere a los aspectos éticos, se les explicó a los alumnos mediante conocimiento informado que su participación era voluntaria, anónima y que la información se manejaría únicamente de forma general y con fines estadísticos.

Resultados:

Se estudiaron 50 alumnos de la Lic. en Enfermería y de la Lic. en Enfermería y Obstetricia ENEO – UNAM; el 74% son del sexo femenino y 26% masculino. El 58% de los alumnos tenían entre 19 a 21 años y el 42% más de 21 años de edad. El 24% de los alumnos pertenecen a la Licenciatura en Enfermería y un 76% al programa de la Licenciatura en Enfermería y Obstetricia.

Respecto al semestre que cursaban el 38% correspondió al 2º; 40% al 4º, un 2% al 6º semestre y 10% al 8º. semestre.



En lo que respecta a la escala de procrastinación, se observó que el 100% de la muestra mostró datos de procrastinación.

Solo un 4% afirmo que nunca cuando tiene una tarea, normalmente la deje para el último.

Solo el 8% afirmo que siempre se prepara por adelantado para los exámenes.

Solo un 14% siempre cuando le asignan lecturas, las lee la noche anterior. El 8% siempre revisa las lecturas el mismo día de la clase y el 4% siempre posterga las lecturas de los cursos que no le gustan.

El 30% siempre cuando tiene problema para entender algo busca ayuda. Solo 81% siempre afirma asistir regularmente a clase.

El 36% siempre trata de completar el trabajo asignado lo más pronto posible, el 8% siempre posterga los trabajos de los cursos que no le gustan y el 22% trata siempre de terminar los trabajos importantes con el tiempo que le sobra. Con el mismo porcentaje se toma el tiempo necesario para revisar sus tareas antes de entregarlas.

El 18% afirma que siempre intenta mejorar sus hábitos de estudio. Con este mismo porcentaje se afirma que invierten el tiempo necesario en estudiar aún cuando el tema sea aburrido.

El 28% afirma que siempre trata de motivarse para mantener el ritmo de estudio.

Solo un 4% Siempre raramente deja para mañana lo que puede hacer hoy; sin embargo el 6% siempre disfruta del desafío que le significa la espera del último minuto para completar una tarea.

Conclusiones:

La procrastinación en la ENEO-UNAM es un fenómeno común que afecta la totalidad de los alumnos estudiados en mayor o menor proporción. Las causas asociadas a la procrastinación pueden ser diversas pero es de resaltar las relacionadas con los hábitos de estudio y establecimiento de medidas de autocontrol de la tarea. Los esfuerzos actuales para disminuir la procrastinación académica es ejercer una tutoría académica permanente de los alumnos en la UNAM y de manera especial en la ENEO, esto quizás es solo una parte de la solución del problema y amerita establecer programas que mejoren esta condición en beneficio del éxito académico y profesional.

Es de resaltar que el fenómeno de la procrastinación puede incluso sumarse a el bajo perfil y perspectiva profesional que cada día es más común en los



países que como México significan dejar al margen de la educación superior al menos a nueve de cada diez solicitantes.

Anexo 1

Cuestionario de “Escala de procrastinación académica”, de Deborah AnnBusko (1998) y adaptación por Oscar Álvarez.

Sexo: ____ Edad:____ Semestre que cursa :____ Licenciatura en:_____

Instrucciones. A continuación se presentan una serie de enunciados sobre su forma de estudiar, lea atentamente cada uno de ellos y responda con total sinceridad en la columna a la que corresponde su respuesta, tomando en cuenta en cuenta las siguientes categorías:

- S siempre
- CS Casi Siempre.
- A a veces.
- CN Pocas veces
- N Nunca

N	Item	S	CS	A	CN	N
1	Cuando tengo que hacer una tarea normalmente la dejo para el último minuto.					
2	Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes.					
3	Cuando me asignan lecturas, las leo la noche anterior					
4	Cuando me asignan lecturas, las reviso el mismo día de la clase					
5	Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trata de buscar ayuda.					
6	Asisto regularmente a clase					
7	Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible					
8	Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan					



IV CONGRESO NACIONAL DE TECNOLOGÍA APLICADA
A CIENCIAS DE LA SALUD
"Generación de Nuevas Técnicas de Diagnóstico y Tratamiento"
6, 7 y 8 de Junio de 2013, Tonantzintla, Cholula, Puebla



9	Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan.					
10	Constantemente trato de mejorar mis hábitos de estudio					
11	Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido.					
12	Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio					
13	Trato de terminar mis trabajos importantes con tiempo de sobra.					
14	Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas					
15	Raramente dejo para mañana lo que puedo hacer hoy					
16	Disfruto la mezcla de desafío con emoción de esperar hasta el último minuto para terminar una tarea.					



Referencias Bibliográficas:

Álvarez Blas Jorge R. (2011) Procrastinación general y académica en estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. Revista persona.

Ferrari, J. & Díaz-Morales, J. Perceptions of self concept and self presentation by procrastinators: further evidencie. The Spanish Journal of Psychology, 10(1), 91-96.

Mind Matic. Procrastinación. Disponible en: www.mindmatic.com.ar (13 de mayo 2013)

Parisi A, Paredes M (2007) Diseño, Construcción y validación de una Escala de postergación activa y pasiva en el Ámbito Laboral. Venezuela, Psicología .XXVI n.2

Sánchez HAM (2010) Procrastinación académica: un problema en la vida universitaria. México, *Studio citas v.5 n.2* 87-94.

Sánchez Jero (2012) Procrastinación 101. España, Disponible en: <http://elgachupas.com>

Steel, P (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure Phycological Bulletin, 133(1), 65-69.

Sobalvarro CC (2009) La toma de decisión y la procrastinación. Guatemala, Universidad de San Carlos de Guatemala. (XXXII Congreso Internacional de Psicología)