

VICIOS DIGITALES Y RENDIMIENTO ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

DIGITAL VICES AND ACADEMIC PERFORMANCE IN UNIVERSITY STUDENTS

 María Lisset Flores Huamán^{1a}

 Merly Mena Vallejos^{1b}

 Anghela Shirley Regalado Temoche^{1c}

Fecha de recepción : 18/10/2024
Fecha de aprobación : 04/11/2024
DOI : <https://doi.org/10.26495/mhfbjn59>



Resumen

El presente trabajo determina la influencia del rendimiento académico y vicios digitales en alumnos de la Universidad César Vallejo. Esta investigación contribuye al desarrollo sostenible, en específico con ODS 4, Educación de calidad, que busca avalar una educación equitativa, inclusiva y de calidad, generando oportunidades de enseñanza para todos. Su objetivo general es analizar que tanto el uso de dispositivos digitales, redes sociales, afecta tanto el desempeño académico como la calidad del sueño de los alumnos. Este estudio emplea un diseño cuantitativo con un enfoque no experimental, correlacional y transversal, puesto que no se realiza ninguna manipulación intencional de las variables independientes, se recopilieron datos mediante encuestas a 50 alumnos, utilizando una escala de Likert para medir las variables. El análisis estadístico integró pruebas de normalidad y correlaciones mediante el coeficiente de Spearman, logrando un alfa de Cronbach de 0,778, lo que valida la fiabilidad del instrumento. Aunque se observa un uso común de la tecnología, no se hallaron correlaciones significativas entre los vicios digitales y el rendimiento académico, resaltando la necesidad de promover un uso responsable de la tecnología.

Palabras clave: Rendimiento académico, vicios digitales

Abstract

The present work determines the influence of academic performance and digital vices in students at the César Vallejo University. This research contributes to sustainable development, specifically with SDG 4, Quality Education, which seeks to guarantee equitable, inclusive and quality education, generating teaching opportunities for all. Its general objective is to analyze how the use of digital devices, social networks, affects both academic performance and the quality of sleep of students. This study uses a quantitative design with a non-experimental, correlational and transversal approach, since no intentional manipulation of the independent variables is carried out, data were collected through surveys of 50 students, using a Likert scale to measure the variables. The statistical analysis integrated tests of normality and correlations using Spearman's coefficient, achieving a Cronbach's alpha of 0.778, which validates the reliability of the instrument. Although a common use of technology is observed, no significant correlations were found between digital vices and academic performance, highlighting the need to promote responsible use of technology.

Keywords: Academic performance, digital vices

¹Universidad Cesar Vallejo - Chiclayo – Lambayeque - Perú

^aFacultad de Ciencias Empresariales, Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3977-8429>, Email: mfloreshu10@ucvvirtual.edu.pe

^bFacultad de Ciencias Empresariales, Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9918-9090>, E-mail: mmenava@ucvvirtual.edu.pe

^cFacultad de Ciencias Empresariales, Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3593-9926>, E-mail: anregaladot@ucvvirtual.edu.pe

1. Introducción

En la actualidad, los alumnos universitarios se enfrentan a un desafío cada vez más común: la dependencia excesiva de los dispositivos digitales. El uso desmedido de redes sociales, videojuegos y plataformas de entretenimiento no solo impacta negativamente en su capacidad de concentración y en la gestión de su tiempo de estudio, sino que también altera sus hábitos de sueño y afecta su bienestar integral. Estas conductas pueden tener repercusiones significativas en su rendimiento académico, limitando su capacidad para adquirir conocimientos de manera efectiva y prepararse adecuadamente para los desafíos del mercado laboral en constante evolución.

La importancia de tratar el tema de los vicios digitales en alumnos universitarios está respaldada por numerosos estudios y teorías que destacan el impacto negativo que tienen estos hábitos sobre el rendimiento académico y la salud mental. Según el informe de Monge Roffarello y De Russis (2023), más del 60% de los estudiantes universitarios pasan un promedio de 6 horas al día en redes sociales o videojuegos, lo que afecta sus calificaciones.

Hoy en día se ha evidenciado que el rendimiento en los alumnos universitarios se ha visto perjudicado, por el uso constante influenciado por los vicios digitales, afectando no solo el ámbito educativo, sino también su desarrollo personal, esta adicción puede traer consecuencias negativas. Esto representa un problema grave para el futuro de aquellos alumnos que se encuentran pasando el grado universitario de la carrera de administración, pues daña visiblemente su desempeño, conforme al uso y al tiempo que permanezcan en estos vicios, es por ello que se está tomando en cuenta esta situación actual y los problemas de esta índole que aumentan conforme pasa el tiempo, es de suma relevancia precisar el impacto que esta tiene en ellos.

Esta investigación contribuye directamente al Objetivo de Desarrollo Sostenible ODS, especialmente el Propósito cuatro (4) Formación de calidad, tienen como propósito asegurar una formación aplicable, justa y de alta calidad, fomentando escenarios de formación para todos. Asimismo, se tuvo en cuenta la meta 4.4, que aspira a incrementar la cantidad de jóvenes y adultos con competencias pertinentes, incluidas las competencias técnicas y digitales, para el empleo y el emprendimiento (Naciones Unidas, 2018).

Según Gordillo y Gutiérrez (2018, citado por Taipe Obregon 2024), mencionan la investigación sobre el vínculo entre las plataformas sociales y el desarrollo educativo de los egresados de enfermería de II a X en la Universidad de Cundinamarca, su principal objetivo fue definir cómo el uso de las plataformas digitales tiene un impacto en el desempeño universitario. A partir de sus hallazgos, propusieron metodologías para mejorar los procesos de formación y, por lo tanto, optimizar el desempeño universitario.

De igual manera, Miniguano (2017 citado por Taipe Obregon (2024), en su tesis sobre el

impacto de la utilización de las plataformas digitales para mejorar el rendimiento universitario de los egresados de Comunicación Social de la Universidad Técnica de Ambato, abarca como misión evaluar cómo el uso de estas tecnologías afecta el rendimiento educativo de los alumnos de esa carrera. Utilizó una estrategia que combina técnicas cualitativas y cuantitativas, con una muestra de 171 estudiantes. Como conclusión, se observó que los usuarios que empleaban menor atención en las páginas web lograban mejores resultados en las pruebas de conocimiento, mientras que aquellos que pasaban más tiempo en ellas tenían un rendimiento inferior. No obstante, es fundamental destacar que el objetivo no es que las redes sociales distraigan a los estudiantes, sino que su uso sea adecuado, responsable e independiente.

Según Reynaga (2018, citado por Taipe Obregon 2024), en su investigación de las variables que afectan en el desempeño universitario de los egresados de Trabajo Social de UNSCH, el objetivo principal fue analizar estos factores. La metodología utilizada fue mixta, combinando enfoques cualitativos y cuantitativos. Se realizaron entrevistas de tipo semi estructurado a 180 estudiantes de un total de 434. Los resultados mostraron que el 79% de los alumnos tiene un promedio aceptable, el 9% presenta un promedio bajo, mientras que el 6% tiene promedios buenos y pésimos. Desde la perspectiva de los estudiantes, el 51% considera que tiene promedios buenos, el 44% califica su rendimiento como regular, el 3% como malo y solo el 1% reporta notas altas o bien bajas.

También Vázquez et al. (2023), nos dice que la investigación se dio a cabo en la carrera de Medicina Veterinaria de la Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo (UNPRG) en Chiclayo, Perú, utilizando un desarrollo detallado, extensivo, vinculado y no experimentado. Se seleccionó una muestra no probabilística de 192 alumnos matriculados desde el primer hasta el décimo ciclo, abarcando Nueve materias de educación general, único y especializado del ciclo 2020-II se implementaron a lo largo de la pandemia por el COVID-19, se utilizó virtualmente un cuestionario de 39 preguntas a estos estudiantes a través de la plataforma Google Forms. Este cuestionario fue anónimo y voluntario, con respuestas tipo Likert que ofrecían cuatro opciones de valoración: En desacuerdo (1), medianamente en desacuerdo (2), medianamente de acuerdo (3) y de acuerdo (4). El cuestionario fue redactado por siete docentes de la carrera y un ingeniero de sistemas.

Por otro lado, Pinedo (2022), señala sobre los siguientes autores que, la enseñanza en 2020 experimentó cambios significativos debido a la pandemia de COVID-19, lo que llevó a tomar decisiones cruciales para mantener la continuidad del sistema educativo. La educación superior también tuvo que adaptarse a un modelo de trabajo remoto, alineándose con la sociedad de la información. Tanto estudiantes como docentes tuvieron que incorporar herramientas tecnológicas, lo que hace necesario alfabetizar a la población en competencias digitales, según Laurente Cárdenas et al. (2020), dado que las competencias digitales están estrechamente relacionadas con el uso de las

TIC, es fundamental desarrollar habilidades digitales que permitan a las personas manifestar sus opiniones de manera crítica y reflexiva sobre el uso de estas tecnologías.

Según Sosa et al. (2022), el uso excesivo de vicios digitales afecta negativamente el rendimiento académico de los alumnos universitarios, ya que generan distracciones constantes que desvían su atención de las actividades académicas. Aunque estas plataformas podrían ser útiles para el aprendizaje, muchos estudiantes no las utilizan con fines educativos, lo que resulta en una pérdida de tiempo valioso. Esta distracción impacta en su concentración y calificaciones, ya que el tiempo dedicado a actividades no académicas reduce la posibilidad de realizar tareas y estudiar adecuadamente.

Colonio (2023), identifica que los vicios digitales tienen efectos perjudiciales significativos en los adolescentes, especialmente en la dependencia psicológica y la interacción social. En cuanto a la dependencia psicológica, los adolescentes desarrollan síntomas de ansiedad e irritabilidad cuando se les restringe el acceso a las redes sociales, lo que refleja una adicción que afecta su bienestar emocional y su capacidad para controlar el uso de estas plataformas. Por otro lado, la interacción social también se ve afectada, debido a la utilización desmedida de las redes digitales reemplaza las interacciones cara a cara, lo que disminuye la calidad de las relaciones personales y fomenta comportamientos antisociales, como el ciberacoso, impactando negativamente en la capacidad de los adolescentes para mantener relaciones saludables y significativas.

Con respecto a nuestra investigación se formula la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación que hay entre vicios digitales y rendimiento académico en alumnos universitarios?

La justificación teórica de esta investigación se fundamenta en las teorías que vinculan el uso excesivo de tecnologías digitales con la distracción, disminución de la concentración y el bajo rendimiento académico. Estudios previos han demostrado que los vicios digitales afectan la productividad y el éxito en el ámbito educativo. Desde un enfoque práctico, el trabajo busca proponer estrategias para que los estudiantes universitarios gestionen de forma responsable el uso de la tecnología, equilibrando su vida digital con su desempeño académico. Metodológicamente, se recolectarán datos mediante encuestas y estudios de caso para examinar el efecto de las costumbres online en el desempeño académico.

Mediante esta investigación se plantea el siguiente propósito principal, establecer la conexión entre rendimiento académico y vicios digitales en alumnos universitarios; de igual forma, los objetivos específicos son, analizar la relación entre efectos perjudiciales y rendimiento académico en los alumnos universitarios del V ciclo de administración; establecer la relación entre rendimiento académico y dependencia psicológica en los estudiantes universitarios del V ciclo de administración; y establecer la relación entre desempeño escolar y comunicación social en los alumnos universitarios

del V ciclo de administración.

Taipe Obregon (2024), menciona la teoría de los vicios sociales; este estudio es un campo interdisciplinario que busca comprender cómo las personas y las organizaciones se conectan y conectan a través de redes virtuales, o mediante interacciones en comunidades locales. Después de explorar el impacto de un mundo globalizado y el impacto de la información en Internet en la vida de los estudiantes, avanza la investigación sobre cómo estas interacciones dan forma a la dinámica social. El progreso acelerado de las tecnologías de información ha transformado profundamente la sociedad, este fenómeno se ve reforzado por el crecimiento exponencial de las redes digitales, causando efectos perjudiciales, dependencia psicológica y falta de interacción. Los cambios de transformación tecnológica son cada vez más notorios, impulsando transformaciones significativas en la estructura de la comunicación y los negocios.

Según Corengia (citado por Hernández Cosain y Arreola Medina 2021), nos dice que la teoría del rendimiento académico, es una secuencia de elementos que influyen en y desde el individuo que adquiere. En términos educativos es un efecto de la educación provocado por la actividad del profesor durante la enseñanza y realizado por el estudiante, pero como es evidente que no todo aprendizaje es resultado del profesor. El uso de la tecnología es cada vez más notorio, esto reduce la concentración y la calidad de estudio causando una serie de efectos perjudiciales, dependencia psicológica y falta de interacción, llegando a convertirse en un círculo vicioso, dónde la tecnología infiere en las relaciones interpersonales y en el rendimiento académico llegando a perder el equilibrio entre la vida virtual y la vida real

2. Material y método

El estudio se enfocó en un grupo con una sola población solo de la Facultad de Ciencias Empresariales:

- Población Estudiantil: Compuesta por alumnos cursando el V ciclo. Abarca una escuela profesional: a) Administración de Empresas

Durante la recolección de datos, se identificó una población de 57 estudiantes universitarios, conformando así la muestra del estudio. Esta cifra representa una proporción significativa puesto que en el ciclo académico 2024 II, se registraron 57 alumnos matriculados. Este dato refuerza la representatividad de la muestra en el estudio. Igualmente, en el grupo de estudiantes, la muestra presentó características similares dentro de cada población. Y la tasa de respuesta en el grupo detalló datos significativos y pertinentes para los objetivos de la investigación.

La muestra se integró por 50 estudiantes universitarios, lo que se asemeja más a un muestreo probabilístico por lo que se utilizó una fórmula para sacar la muestra.

Mucha et al. (2021) comenta que la Muestra, se refiere a algo que abarca todo el centro de estudio, desde la población, estimación muestral, distribución de muestras, etc.

En esta investigación, su diseño se caracteriza por ser no experimental, ya que no existe manipulación intencional de las variables independientes; únicamente se examina el problema en su contexto cotidiano. Además, el diseño es correlacional, ya que busca conocer la relación entre los vicios digitales y el rendimiento académico en estudiantes universitarios. Además, fue de naturaleza transversal, debido a que se caracteriza por analizar datos recopilados en un solo momento.

Se realizó una herramienta de medición en forma de cuestionario, empleando una escala Likert. Este abarcó las variables vicios digitales y rendimiento académico a través de 3 dimensiones cada uno, compuestas por un total de 24 preguntas. Para disponer su confiabilidad, se emplean métodos estadísticos: el coeficiente alfa de Cronbach, que arrojó un valor de 0.778, para analizar las percepciones del alumnado, se empleó el método estadístico descriptivo de distribución de frecuencias.

3. Resultados

Tabla 1
Vicios Digitales

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Nunca | 1 | 2,0 | 2,0 | 2,0 |
| | A veces | 15 | 30,0 | 30,0 | 32,0 |
| | A menudo | 25 | 50,0 | 50,0 | 82,0 |
| | Siempre | 9 | 18,0 | 18,0 | 100,0 |
| | Total | 50 | 100,0 | 100,0 | |

Interpretación: Los resultados se observa que la mayoría de los encuestados 50% admite que a menudo presentan algún tipo de "vicio digital". Un 18% reporta que siempre lo experimentan, mientras que un 30% dice que lo hace a veces, y solo un 2% afirma que nunca lo tiene. Esto indica que el uso excesivo de dispositivos electrónicos o tecnología es un comportamiento común en la muestra analizada, siendo un área potencial de interés para estrategia.

Tabla 2
Rendimiento Académico (Agrupada)

| | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|---------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Nunca | 4 | 8,0 | 8,0 | 8,0 |
| | A veces | 36 | 72,0 | 72,0 | 80,0 |
| | Siempre | 10 | 20,0 | 20,0 | 100,0 |
| | Total | 50 | 100,0 | 100,0 | |

Interpretación: Los resultados indican que la mayoría de los participantes 72% tiene un rendimiento académico considerado intermedio (a veces). Un 20% de los encuestados se sitúa en el nivel de buen rendimiento (siempre), mientras que un 8% presenta un bajo rendimiento (nunca). Estos datos

sugieren que, aunque la mayoría se encuentra en un nivel aceptable, hay oportunidades para mejorar los niveles de desempeño académico.

Tabla 3

Resumen de procesamiento de casos

| | | N | % |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Casos | Válido | 50 | 100,0 |
| | Excluido ^a | 0 | ,0 |
| | Total | 50 | 100,0 |

La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Interpretación: En la encuesta realizada a 50 personas, se observa que todos los casos fueron válidos (100%). No se registraron exclusiones, lo que indica que las respuestas obtenidas fueron completas y aptas para el análisis, garantizando la calidad y confiabilidad del conjunto de datos.

Tabla 4

Pruebas de normalidad

| | Shapiro-Wilk | | |
|-----------------------|--------------|----|------|
| | Estadístico | gl | Sig. |
| Vicios Digitales | ,840 | 50 | ,000 |
| Rendimiento Académico | ,694 | 50 | ,000 |

a. Corrección de significación de Lilliefors

Interpretación: Con un nivel de significancia de 0.00 (p. valor < .05), por tanto, Vicios Digitales no se distribuye en forma normal.

Objetivo general: Determinar la relación entre vicios digitales y rendimiento académico en estudiantes universitarios

Tabla 5

| | | Rendimiento Académico |
|----------------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| Rho de Spearman Vicios Digitales | Coefficiente de correlación | -,165 |
| | Sig. (bilateral) | ,253 |
| | N | 50 |

Interpretación: Su coeficiente Rho Spearman es -0,165 de acuerdo al baremo de estimación, existe una relación negativa muy baja, asimismo el nivel de significancia es $0,253 > 0.05$, Esto indica que, no tiene relación entre las variables, podemos concluir que el Vicios digitales no tiene relación significativa con el rendimiento académico.

Objetivo específico 1: Establecer la relación entre efectos perjudiciales y rendimiento académico en los estudiantes universitarios del V ciclo de administración

Tabla 6

| | | | Rendimiento Académico |
|-----------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|
| Rho de Spearman | Efectos Perjudiciales | Coeficiente de correlación | -,143 |
| | | Sig. (bilateral) | ,322 |
| | | N | 50 |

Interpretación: El coeficiente Rho Spearman es -0,143 de acuerdo al baremo de estimación existe relación negativa muy baja, también el nivel de significancia es > 0.05 , esto indica que no existe correlación entre la dimensión efectos perjudiciales y rendimiento académico.

Objetivo específico 2: Establecer la relación entre dependencia psicológica y rendimiento académico en los estudiantes universitarios del V ciclo de administración

Tabla 7

| | | | Rendimiento Académico |
|-----------------|-------------------------|----------------------------|-----------------------|
| Rho de Spearman | Dependencia Psicológica | Coeficiente de correlación | -,107 |
| | | Sig. (bilateral) | ,460 |
| | | N | 50 |

Interpretación: Como el coeficiente Rho Spearman es -0,107 según el baremo de estimación de la evaluación de Rho de Spearman existe correlación negativa muy baja, además, su nivel de significancia es $0,460 > 0.05$, esto indica que no tiene relación entre la dimensión dependencia psicológica y rendimiento académico.

Objetivo específico 3: Establecer la relación entre interacción social y rendimiento académico en los estudiantes universitarios del V ciclo de administración

Tabla 8

| | | Rendimiento Académico |
|-----------------|-----------------------------|-----------------------|
| Rho de Spearman | Interacción Social | ,000 |
| | Coefficiente de correlación | |
| | Sig. (bilateral) | 1,000 |
| | N | 50 |

Interpretación: Como el coeficiente Rho Spearman es 0,000 de acuerdo al baremo de estimación de la evaluación de Spearman existe Correlación nula, también el nivel de significancia es 1,000 > que 0.05, esto indica que no existe relación entre la dimensión interacción social y rendimiento académico.

4. Discusión

Respecto al objetivo general, se puede corroborar que el 82% de los estudiantes consideran que utilizan herramientas digitales de manera excesiva, el 32% considera que solo a veces y el 2% nunca utilizan herramientas digitales en exceso, lo que con estudios previos (Reynaga, 2018, citado por Taype 2024) destacan Desde la perspectiva de los estudiantes, el 51% considera que tiene promedios buenos, el 44% califica su rendimiento como regular, el 3% como malo y solo el 1% reporta notas altas o muy bajas; que el abuso de dispositivos electrónicos interfieren negativamente en los hábitos de estudio y la productividad académica ya que le dan prioridad a las herramientas digitales teniendo un uso excesivo en la vida diaria, lo cual en nuestro resultado nos detalla que no existe correlación entre las variables, donde podemos deducir que el Vicios digitales no se relaciona significativamente con el rendimiento académico.

De acuerdo al objetivo específico 1, se puede corroborar que, más de la mitad de los alumnos tienen en cuenta que si tienen un uso excesivo de las herramientas digitales y apenas un diminuto porcentaje considera que no tienen un uso excesivo de las herramientas digitales, en el estudio de (Corengia, citado por Hernández y Arreola, 2021) quien destaca que el uso de la tecnología es cada vez más notorio llegando a convertirse en un círculo vicioso, dónde la tecnología infiere en el rendimiento académico y en las relaciones interpersonales llegando a perder el equilibrio entre la vida real y la virtual. Sin embargo, en nuestro resultado nos detalla que no existe correlación, donde podemos deducir que la dimensión efectos perjudiciales no tiene una relación significativa con el rendimiento académico.

En tanto al objetivo 2, se puede corroborar que más de la mitad de los estudiantes consideran que si tienen un uso excesivo de las herramientas digitales y apenas un diminuto porcentaje considera que no tienen un uso excesivo de las herramientas digitales, según el estudio de (Colonio, 2023) identifica que los vicios digitales tienen efectos perjudiciales significativos en los adolescentes desarrollan síntomas de ansiedad e irritabilidad cuando se les restringe el permiso a las redes sociales, lo que refleja una adicción que afecta su bienestar emocional y su capacidad para controlar el uso de estas plataformas. Sin embargo, en nuestro resultado nos detalla que no existe correlación, luego podemos concluir que la dimensión dependencia psicológica no tiene relación significativa con el rendimiento académico.

En cuanto al objetivo 3, se puede corroborar que más de la mitad de los estudiantes consideran que si tienen un uso excesivo de las herramientas digitales y apenas un diminuto porcentaje considera que no tienen un uso excesivo de las plataformas digitales, según el estudio de (Sosa et al., 2022), el uso excesivo de vicios digitales afecta negativamente el rendimiento académico de los estudiantes universitarios, ya que generan distracciones constantes que desvían su atención de las actividades académicas. Aunque estas plataformas podrían ser útiles para el aprendizaje, muchos estudiantes no las utilizan con fines educativos, lo que resulta en una pérdida de tiempo valioso; de acuerdo a nuestros resultados nos detalla que no existe correlación, y así concluimos que la dimensión interacción social no tiene una relación significativa con el rendimiento académico.

Metodológicamente, este estudio utiliza un cuestionario validado con un Alfa de Cronbach de 0,778, lo que garantiza la confiabilidad del instrumento para analizar la relación entre las variables. Este coeficiente refuerza la validez de los resultados obtenidos, permitiendo compararlos con investigaciones similares en distintos entornos educativos.

Finalmente, los hallazgos también ponen en evidencia la falta de estrategias institucionales que promuevan el uso consciente de la tecnología entre los alumnos. Esto se alinea con la teoría del autocontrol de Taipe Obregón (2024), relata que el progreso acelerado de las tecnologías de la información ha transformado profundamente la sociedad, este fenómeno se ve reforzado por el crecimiento exponencial de las redes digitales, causando problemas significativos en el rendimiento académico.

5. Conclusiones

La investigación demostró que los vicios digitales tienen un impacto en el rendimiento académico de los alumnos universitarios, aunque la relación entre estas variables no resultó ser significativa según el análisis estadístico realizado. A pesar de que el coeficiente de precisión entre los vicios digitales y el rendimiento académico fue bajo (-0,165), se identifican tendencias que muestran cómo el uso excesivo de dispositivos digitales puede reducir la calidad del tiempo dedicado al estudio y afectar la concentración y la productividad.

En relación con los efectos perjudiciales, se concluyó que estos interfieren en la organización del tiempo y generan procrastinación en las actividades académicas, aunque la evaluación con el rendimiento académico también fue baja (-0,143). Esto resalta el interés de fortalecer las habilidades de gestión del tiempo entre los estudiantes. Por otro lado, la dependencia psicológica al uso de dispositivos digitales, caracterizada por ansiedad y estrés al limitarse el acceso a ellos, mostró una elevación aún más baja (-0,107), lo que sugiere que este factor, si bien relevante, no es determinante por sí solo en el desempeño académico.

Con respecto a la interacción social, no tiene relación significativa con el rendimiento académico, lo que podría explicarse por la integración de las redes sociales como un instrumento de comunicación cotidiana que, en algunos casos, complementa las actividades académicas en lugar de obstaculizarlas.

Desde una perspectiva metodológica, se concluye que los cuestionarios basados en escalas de Likert son herramientas confiables para analizar estas variables, evaluados por un Alfa de Cronbach de 0,778. Esto garantiza la validez y consistencia de los datos obtenidos, aunque se recomienda considerar muestras más amplias y diversas en futuras investigaciones para mejorar la generalización de los resultados.

En síntesis, aunque no se identifican relaciones significativas fuertes entre los vicios digitales y el rendimiento académico, los descubrimientos ponen de manifiesto la exigencia de promover el uso consciente de la tecnología entre los estudiantes. Las instituciones educativas deben poner en marcha estrategias que contribuyan a los estudiantes a equilibrar su vida digital con su desarrollo académico, fomentando habilidades de autocontrol, manejo del tiempo y planificación efectiva.

6. Referencias.

- Colonio Caro, J. D. (2023). *Revisión sistemática sobre la adicción a las redes sociales en adolescentes latinoamericanos entre el 2020-2022. Propósitos y representaciones, 11(2).* <https://doi.org/10.20511/pyr2023.v11n2.1759>
- Hernández Cosain E. I. y Arreola Medina G. (2021). *El rendimiento académico y su relación con algunos factores asociados al aprendizaje en alumnos de educación superior (1era ed.). Universidad Pedagógica de Durango.* <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/RendimientoAcademico.pdf>
- Laurente Cárdenas, C. M., Rengifo Lozano R. A., Asmat Vega N. S. y Lidia Neyra Huamani L. (2020). *Desarrollo de competencias digitales en docentes universitarios a través de entornos virtuales: experiencias de docentes universitarios en Lima 22(2). 71-87* <https://www.redalyc.org/journal/5859/585968118006/html/>
- Monge Roffarello, A., & De Russis, L. (2023). *Teaching and learning “digital wellbeing”. Future Generations Computer Systems: FGCS, 149, 494–508.* <https://doi.org/10.1016/j.future.2023.08.003>
- Mucha Hospinal. L. F., Chamorro Mejia, R., Oseda Lazo, M. E., y Alania Contreras, R. D. (2021). *Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. Desafíos, 12(1), 50-57.* <http://revistas.udh.edu.pe/index.php/udh/article/view/253e/23>
- Naciones Unidas (2018). *Objetivos de Desarrollo Sostenible. Bienvenidos a las Naciones Unidas.* <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/economic-growth/>
- Pinedo Villafuerte, G. (2022). *Competencias Digitales y Rendimiento Académico en los Estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico Privado de Cusco, 2021.* https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/81555/Pinedo_VG-SD.pdf?sequence=1

Sosa Gutiérrez, F., Vilca Apaza, H. M., y Mamani Mamani, Y. M. (2022). *redes sociales y su relación con el nivel de rendimiento académico en estudiantes universitarios de educación de la Región andina de Perú.* <https://encuentros.unermb.web.ve/index.php/encuentros/article/view/266/244>

Taipe Obregon, A. E. (2024). *La red social Facebook y rendimiento académico en estudiantes de Trabajo Social, UNSCH-2021.* <https://repositorio.unsch.edu.pe/items/8ee28967-6a96-4d1f-90c1-abae8397a308>

Vásquez, G. Vásquez, E. Briceño, I. Sánchez, E. Vásquez, J. Vásquez, G. (2023). *Uso y efectividad de los entornos virtuales de aprendizaje en el rendimiento académico de los estudiantes de veterinaria.* 34(1). <http://www.scielo.org.pe/pdf/rivep/v34n1/1609-9117-rivep-34-01-e24613.pdf>