

2026, Vol. 13, No. (1)

DOI:<https://doi.org/10.17979/reipe.2026.13.1.13130>

# La procrastinación académica y su relación con el consumo de alcohol en el alumnado universitario

## Academic procrastination and its association with alcohol consumption in university students

Marina Muñoz-Arranz<sup>1</sup>  <https://orcid.org/0000-0002-6795-9406>

Luis Jorge Martín-Antón<sup>2</sup>  <https://orcid.org/0000-0003-0534-960X>

Miguel Ángel Carbonero-Martín<sup>2</sup>  <https://orcid.org/0000-0002-2057-1762>

José Luis Rodríguez-Sáez<sup>2</sup>  <https://orcid.org/0000-0002-7736-9004>

<sup>1</sup> Universidad de Burgos <https://www.ubu.es/> Burgos, Castilla y León – España

<sup>2</sup> Universidad de Valladolid <https://www.feyts.uva.es/> Valladolid, Castilla y León – España

## Resumen

El consumo de alcohol y la procrastinación académica son fenómenos relativamente frecuentes en el alumnado universitario, que se han relacionado con dificultades en los procesos de autorregulación. Este estudio analizó la relación entre los perfiles de consumo de alcohol y la procrastinación académica en una muestra transversal de 567 estudiantes universitarios/as de Castilla y León (España), con edades entre 18 y 35 años ( $M = 20.5$ ; 78.8 % mujeres). Las variables se evaluaron mediante el test AUDIT y la Escala de Procrastinación Académica (EPA). Los resultados mostraron diferencias en los perfiles de consumo según edad y género, mientras que la procrastinación académica variaba en función de la rama de conocimiento de los estudios que se cursaban. El alumnado con consumo problemático puntuó significativamente más alto en procrastinación, especialmente en las dimensiones de mala gestión del tiempo y asunción de riesgos, detectándose diferencias críticas entre los perfiles extremos de consumo. El análisis de regresión confirmó una asociación significativa entre los perfiles de consumo de alcohol y la procrastinación total, aunque con un tamaño del efecto reducido. Los resultados sugieren una relación específica entre el consumo problemático de alcohol y dimensiones de procrastinación vinculadas a la autorregulación, que debe interpretarse en términos no causales. Desde una perspectiva psicoeducativa, estos hallazgos pueden orientar acciones preventivas universitarias dirigidas a fortalecer la gestión del tiempo, el autocontrol emocional y la toma de decisiones ante conductas de riesgo.

*Palabras clave:* consumo de alcohol; procrastinación académica; autorregulación; alumnado universitario; conductas de riesgo.

## Abstract

Alcohol consumption and academic procrastination are relatively common phenomena among college students and have been linked to difficulties in self-regulation processes. This study analyzed the relationship between alcohol consumption profiles and academic procrastination in a cross-sectional sample of 567 university students from Castilla y León (Spain), aged 18 to 35 years ( $M = 20.5$ ; 78.8% women). The variables were assessed using the AUDIT test and the Academic Procrastination Scale (APS). The results showed differences in drinking profiles by age and gender, while academic procrastination varied depending on the field of study. Students with problematic drinking scored significantly higher on procrastination, particularly in the dimensions of poor time management and risk-taking, with critical differences detected between the extreme drinking profiles. Regression analysis confirmed a significant association between alcohol consumption profiles and total procrastination, although with a small effect size. The results suggest a specific relationship between problematic alcohol consumption and dimensions of procrastination linked to self-regulation, which should be interpreted in non-causal terms. From a psychoeducational perspective, these findings may guide university-based preventive interventions aimed at strengthening time management, emotional self-control, and decision-making regarding risky behaviors.

*Keywords:* alcohol consumption; academic procrastination; self-regulation; university students; risk behaviors.

## Introducción

El tránsito de la adolescencia a la adultez se enmarca en lo que la literatura ha denominado adultez emergente, una etapa del desarrollo comprendida aproximadamente entre los 18 y los 25 años, caracterizada por una elevada exploración identitaria, inestabilidad y progresiva asunción de responsabilidades adultas (Arnett, 2000). Durante este periodo, los individuos experimentan cambios significativos en los ámbitos personal, social y académico, consolidando aspectos clave de la identidad, la personalidad y los proyectos vitales (Lees et al., 2020). Esta etapa se asocia, además, con una mayor búsqueda de sensaciones y con la experimentación de conductas potencialmente de riesgo, como el consumo de sustancias psicoactivas, el uso problemático de tecnologías o la adopción de patrones de sueño inadecuados.

En este marco, el acceso a la universidad constituye un contexto particularmente relevante dentro de la adultez emergente, ya que implica el primer contacto directo con responsabilidades propias de la vida adulta (académicas, sociales y económicas) y exige el desarrollo de habilidades de planificación, toma de decisiones y resolución de problemas en un entorno de mayor autonomía personal y académica, aunque todavía con dependencia económica y apoyo familiar en muchos casos (Sirois et al., 2003; Svartdal et al., 2020). Es por ello que, dentro del colectivo de jóvenes, el alumnado universitario conforma un grupo especialmente vulnerable a la realización de conductas de riesgo (Ferreira Alves, 2024; Lees et al., 2020; Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones [OEDA], 2024; Sueiro Domínguez et al., 2017).

Desde una perspectiva epidemiológica, el consumo de alcohol continúa siendo un problema de salud pública de primer orden, donde la Organización Mundial de la Salud estima que, a escala global, alrededor del 43% de la población mayor de 15 años consumió alcohol en el último año y que, el 4,7% de todas las defunciones, fueron atribuibles al consumo de alcohol (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2024).

Según la Encuesta sobre Alcohol y Drogas en España 2024 (EDADES), el consumo de alcohol en España continúa siendo elevado: el 92,9 % de la población de 15 a 64 años lo ha consumido alguna vez en la vida, el 76,0 % en los últimos 12 meses y el 63,5 % en el último mes. Además, persisten patrones de riesgo como las intoxicaciones etílicas agudas, el binge drinking y el botellón en población joven, lo que refleja una elevada normalización del consumo (OEDA, 2025).

El alcohol etílico es una sustancia psicoactiva y principal componente de las bebidas alcohólicas (Ahumada Cortez et al., 2017), con efectos depresores sobre el sistema nervioso central. Su consumo inicial genera euforia y desinhibición, pero una ingesta prolongada

reduce la energía y puede provocar coma etílico o muerte. Estos efectos se deben a su impacto en las funciones cerebrales, alterando el autocontrol de forma progresiva (Schlesinger Piedrahita et al., 2017).

Los efectos adversos del abuso de alcohol pueden manifestarse tanto a corto como a largo plazo. Según los criterios diagnósticos del DSM-5 (American Psychiatric Association, 2013) y la CIE-11 (OMS, 2019), la dependencia alcohólica se define como un conjunto de fenómenos conductuales, cognitivos y fisiológicos que se desarrollan tras el consumo repetido de sustancias. Entre los criterios diagnósticos se incluyen el síndrome de abstinencia, la alteración del control, el deseo intenso de consumir, las dificultades para regular la ingesta, el consumo persistente a pesar de las consecuencias negativas y la priorización del consumo frente a las obligaciones familiares, sociales y económicas (Alves y Precioso, 2022; Perdiz Álvarez et al., 2017).

En población universitaria, el consumo de alcohol se asocia a factores personales, académicos y sociales, como el estrés por metas (Pascoe et al., 2020), las expectativas vitales y la percepción de libertad. A ello se suman exigencias estructurales del sistema universitario que requieren alta autonomía en la gestión del tiempo, lo que puede dificultar el ajuste en alumnado con baja autorregulación (Carbonero et al., 2013; Martín-Antón et al., 2023). Otros factores, como la búsqueda de experiencias, la baja autoestima o la facilitación social, favorecen la priorización del ocio, vinculándose con mayor procrastinación y conductas de riesgo como el consumo de alcohol (Gustavson et al., 2014; Johansson et al., 2023; Kuntsche et al., 2005; Pedditzi, 2024; Roebroek y Koning, 2016).

La procrastinación académica se define como la tendencia a posponer tareas pese a prever consecuencias negativas. En el ámbito universitario, entre el 70% y el 95% del alumnado reconoce procrastinar (Garzón Umerenkova y Gil Flores, 2022; Steel, 2007; Svartdal et al., 2020), fenómeno vinculado a déficits de autorregulación (gestión del tiempo, control emocional, motivación e impulsos), que generan estrés y conflicto entre intenciones y conducta. Estas dificultades se intensifican en la adultez emergente por mayores demandas de autonomía y responsabilidad (Arnett, 2000). Además, variables como la autoeficacia, las expectativas de rendimiento y las creencias de autorregulación influyen en la procrastinación, afectando al rendimiento y al bienestar (Grunschel et al., 2016; Martín-Antón et al., 2023; Sirois y Pychyl, 2013).

La procrastinación se ha conceptualizado desde enfoques unidimensionales, centrados en el retraso de tareas (Tuckman, 1991), y modelos bidimensionales que incorporan la autorregulación. Se distingue entre procrastinación activa, basada en retrasos intencionales bajo presión, y pasiva, asociada a dificultades emocionales y falta de planificación. Aunque ambas comparten problemas de tiempo, autoeficacia y afrontamiento, la activa puede relacionarse con mejores resultados en algunos contextos, mientras la pasiva se vincula a

mayores déficits de autorregulación (Martín-Antón et al., 2023). No obstante, ambas pueden afectar negativamente a la salud mental y al rendimiento académico.

La relación entre procrastinación académica y consumo de alcohol es compleja y no unidireccional. La evidencia muestra asociaciones consistentes con peores indicadores de salud física y psicológica, aunque la dirección causal sigue siendo debatida.

El consumo de alcohol puede favorecer condiciones cognitivas y emocionales compatibles con el aplazamiento de tareas. La intoxicación aguda deteriora la inhibición de la respuesta, un componente central del control ejecutivo (evaluado en tareas Go/No-Go y Stop-Signal), incrementando la impulsividad y dificultando el mantenimiento de conductas dirigidas a metas bajo demandas cognitivas (Fillmore, 2003; Fillmore y Weafer, 2004; Jones et al., 2018; McPhee y Hendershot, 2023; Weafer y Fillmore, 2008). Además, tras la finalización de los efectos intoxicantes, el periodo posterior al consumo puede cursar con deterioro cognitivo: la resaca alcohólica se asocia con déficits en funciones ejecutivas, memoria de trabajo y atención, incluso con niveles nulos de alcohol en sangre (Gunn et al., 2018; McKinney y Coyle, 2004). En población universitaria, el binge drinking se asocia con alteraciones en el córtex prefrontal, reflejadas en menor control ejecutivo, memoria de trabajo e inhibición (Squeglia et al., 2009). Estas disfunciones ofrecen un mecanismo por el que el consumo intensivo dificulta la planificación, la persistencia y la autorregulación académica (Campanella et al., 2013; Crego et al., 2009).

Por otro lado, la procrastinación puede aumentar la vulnerabilidad al consumo de sustancias al funcionar como estrategia de evitación y regulación del malestar inmediato. La evidencia longitudinal la asocia con mayor estrés y peor salud, señalando estas variables como vías explicativas y vinculándola con más conductas de riesgo en perfiles con menor autorregulación (Sirois et al., 2003; Sirois y Pychyl, 2013). Un estudio de cohorte en jóvenes y universitarios confirmó su relación con peores resultados de salud mental y física, más allá de asociaciones transversales (Johansson et al., 2023). De forma convergente, otros trabajos muestran que mayores niveles de procrastinación se asocian con más conductas de riesgo, apoyando un circuito entre déficits de autorregulación, malestar psicológico y conductas desadaptativas, incluido el consumo problemático (Gustavson et al., 2014).

Desde un enfoque motivacional y de afrontamiento, Westgate et al. (2017) proponen que el consumo de alcohol en alumnado universitario no debe interpretarse exclusivamente como una respuesta a factores sociales, sino también como una estrategia para afrontar las demandas académicas y emocionales propias del contexto universitario. A través de un análisis de conglomerados, estos autores identificaron distintos perfiles de procrastinación, mostrando que aquellos caracterizados por una menor autorregulación y una mayor evitación de tareas presentaban un riesgo significativamente mayor de consumo problemático de alcohol.

En este contexto, el objetivo general del presente estudio es analizar la relación entre los perfiles de consumo de alcohol y la procrastinación académica en alumnado universitario. De manera específica, se plantean los siguientes objetivos: (OE1) analizar los perfiles de consumo de alcohol y los niveles de procrastinación académica en función de distintas variables sociodemográficas y académicas; (OE2) examinar si los perfiles de consumo de alcohol se asocian con diferencias en las dimensiones específicas de la procrastinación académica, atendiendo especialmente a aquellas vinculadas con la autorregulación académica y conductual; y (OE3) analizar si los perfiles de consumo de alcohol se asocian con el nivel global de procrastinación académica.

A partir de estos objetivos, se plantean las siguientes hipótesis: (H1) el alumnado con perfiles de consumo de alcohol más problemáticos presentará puntuaciones superiores en las dimensiones de procrastinación académica relacionadas con la autorregulación, especialmente en mala gestión del tiempo, bajo autocontrol emocional y motivacional y asunción de riesgos; y (H2) los perfiles de consumo de alcohol se asociarán significativamente con la procrastinación académica total, de modo que el alumnado con consumo sin problemas y con consumo de riesgo presentará menores niveles de procrastinación académica que el alumnado con consumo problemático.

## Método

### Participantes

La muestra estuvo compuesta por 567 estudiantes procedentes de ocho campus universitarios de Castilla y León, con una mayor representación femenina (114 hombres y 447 mujeres). Esta distribución puede explicarse, al menos en parte, por la elevada proporción de participantes de Ciencias Sociales y Jurídicas (68.6%), rama en la que la presencia femenina es mayoritaria, tal como reflejan las Estadísticas de Indicadores Universitarios del [Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades \(2025\)](#), donde se informa de una presencia femenina del 61 %. Esta sobrerrepresentación también debe interpretarse en el contexto de la distribución real del alumnado universitario en Castilla y León, donde Ciencias Sociales y Jurídicas concentra el mayor volumen de estudiantes de grado (49.1%), seguida de Ciencias de la Salud (20.9%), Ingeniería y Arquitectura (15.6%), Artes y Humanidades (8.6%) y Ciencias (5.8%) ([Junta de Castilla y León, Dirección de Universidades e Investigación, 2025](#)).

Para garantizar un tamaño muestral adecuado, se estimó como referencia un mínimo de 383 participantes a partir de la población total de estudiantes de Grado y Máster matriculados en Castilla y León durante el curso 2024–2025 ( $N = 93.034$ ), aunque este cálculo debe interpretarse de forma orientativa debido al carácter no probabilístico del

muestreo. La edad osciló entre los 18 y los 35 años, con mayor concentración en los 18 y 19 años, menor representación de estudiantes mayores de 25 años y predominio femenino en todos los niveles formativos (véase [Tabla 1](#)).

**Tabla 1**

*Distribución de la muestra según edad, género y rama de conocimiento*

Variables	Varones <i>n</i> (%)	Mujeres <i>n</i> (%)	Otros <i>n</i> (%)	Total <i>n</i> (%)
<b>Edad</b>				
Menos de 25 años	81 (21.1)	301 (74.8)	2 (0.5)	384 (100)
Entre 25 y 35 años	19 (18.1)	85 (81)	1 (1)	105 (100)
Más de 35 años	16 (20.5)	61 (78.2)	1 (1.3)	78 (100)
<b>Rama de conocimiento</b>				
Ciencias	4 (36.4)	7 (63.6)	0 (0)	11 (100)
Artes y humanidades	8 (50)	8 (50)	0 (0)	16 (100)
Ingeniería y arquitectura	18 (36)	32 (64)	0 (0)	50 (100)
Ciencias de la salud	16 (15.8)	85 (84.25)	0 (0)	101 (100)
Ciencias sociales y jurídicas	70 (18)	315 (81)	4 (1)	389 (100)

*Nota:* La categoría "Otros" en la variable género se incluye únicamente con fines descriptivos y no se consideró en los análisis inferenciales debido a su reducido tamaño muestral.

## Instrumentos

### *Variables sociodemográficas*

Se recogieron variables sociodemográficas para caracterizar la muestra, incluyendo la edad (agrupada en menores de 25 años, 25–35 años y mayores de 35 años) y tratada como ordinal), el género (masculino, femenino y otra categoría) y otras variables como la rama de conocimiento, el curso académico y la universidad de procedencia, con el fin de describir el perfil formativo y la distribución del alumnado dentro del sistema universitario de Castilla y León.

### *Cuestionario para Identificación de Trastornos Debidos al Consumo de Alcohol (AUDIT)*

El consumo de alcohol de riesgo y problemático se evaluó mediante el AUDIT (OMS), validado en población española por [Contel Guillamón et al. \(1999\)](#) y adaptado al contexto universitario por [García et al. \(2016\)](#), con adecuados índices de fiabilidad ( $r_s = .87$ ;  $k = .85$ ). El AUDIT consta de 10 ítems (0 y 40 puntos), lo que permite identificar distintos niveles de riesgo, desde un consumo de bajo riesgo hasta la posible dependencia alcohólica. Los puntos de corte propuestos por [Rosón \(2008\)](#) y aplicados por [García Carretero et al. \(2016\)](#) en población universitaria identifican tres subtipos de poblaciones: consumo sin problemas

(puntos de corte de 0-7 en hombres y 0-5 en mujeres), consumo de riesgo (puntos de corte de 8–12 y 6–12) y consumo con problemas físico-psíquicos y probable dependencia alcohólica (SDA) (punto de corte de 13 puntos en ambos sexos, en consonancia con las recomendaciones vigentes para atención primaria.

### ***Escala de Procrastinación Académica***

Para la evaluación de la procrastinación académica se utilizó la Escala de Procrastinación Académica (EPA; Busko, 1998), compuesta por 16 ítems tipo Likert de cinco puntos, que evalúan conductas relacionadas con la planificación, la gestión del tiempo, la aversión a las tareas y la autorregulación académica. La versión original, mostró adecuados índices de consistencia interna, con coeficientes  $\alpha = .82$  para la procrastinación general y  $\alpha = .86$  para la procrastinación académica. La adaptación española realizada por Álvarez-Blas (2010) en población de educación secundaria confirmó una estructura unifactorial y una fiabilidad adecuada ( $\alpha = .80$ ).

La adaptación al contexto universitario fue llevada a cabo por Martín-Antón et al. (2023) en una muestra de 1.734 estudiantes universitarios, dividida en dos submuestras independientes para la realización de análisis factorial exploratorio y confirmatorio. A partir de estos análisis se eliminaron dos ítems de la versión original debido a sus bajas cargas factoriales y a valores insuficientes de adecuación muestral. El análisis factorial reveló una estructura de cuatro factores interrelacionados (aversión a la tarea, mala gestión del tiempo, bajo autocontrol emocional y motivacional, y asunción de riesgos), con fiabilidad superior a .70 y una varianza explicada del 60,8 %. Este modelo tetradimensional mostró mejor ajuste y mayor capacidad explicativa que propuestas previas, permitiendo una evaluación más precisa de la procrastinación académica en universitarios.

### **Procedimiento**

La muestra se obtuvo mediante muestreo no probabilístico por voluntariado, previa información y recogida del consentimiento informado. Inicialmente participaron 676 estudiantes universitarios, de los cuales se excluyeron 109 por no cumplir los criterios de inclusión, obteniéndose una muestra final de estudiantes de universidades de Castilla y León. La recogida de datos se realizó mediante cuestionarios online administrados a través de códigos QR y Forms de Office 365, garantizando el anonimato y la participación voluntaria. Los datos fueron depurados y analizados con SPSS 28.0. El estudio contó con la aprobación de los responsables académicos y de los correspondientes comités de ética.

### **Análisis de datos**

Se analizaron las diferencias en los perfiles de consumo de alcohol según variables sociodemográficas (género, edad) y académicas (curso, rama) mediante Ji al cuadrado. Las

diferencias en procrastinación se evaluaron con comparaciones de medias, comprobando previamente la homogeneidad de varianzas (Levene) y realizando un ANOVA cuando se cumplía ( $p > .05$ ), con la prueba *post hoc* de Bonferroni y cálculo del tamaño del efecto ( $\eta^2$ ) en casos significativos. Además, se examinó la procrastinación según perfiles de consumo (sin problemas, riesgo, problemático) mediante ANOVA. Finalmente, se realizó una regresión lineal múltiple para analizar su capacidad predictiva, utilizando variables *dummy* y tomando como referencia el consumo problemático ( $p < .05$ ).

## Resultados

A continuación, se presentan los resultados organizados en función de los objetivos del estudio.

En relación con el primer objetivo específico (analizar los perfiles de consumo de alcohol y los niveles de procrastinación académica en función de distintas variables sociodemográficas y académicas), se observaron diferencias estadísticamente significativas en función de la edad,  $\chi^2(4) = 14.79$ ,  $p = .005$ . En términos descriptivos, el alumnado menor de 25 años presentó una mayor proporción de consumo sin problemas, mientras que la muestra entre 25 y 35 años mostró una mayor proporción de consumo de riesgo. Por su parte, el grupo de mayor edad presentó los porcentajes más elevados de consumo problemático. Unido a ello, se observaron diferencias estadísticamente significativas en función del género,  $\chi^2(2) = 13.99$ ,  $p < .001$ . Los resultados permiten observar que en las categorías de consumidor sin problema y de riesgo los porcentajes son similares, sin embargo, en la categoría de consumidor con problemas, los hombres reportaron porcentajes superiores. Por el contrario, no se observaron diferencias significativas en los perfiles de consumo de alcohol en función de la rama de conocimiento,  $\chi^2(8) = 9.03$ ,  $p = .340$ , ni en función de la situación laboral,  $\chi^2(4) = 4.17$ ,  $p = .383$ .

En cuanto a las diferencias en la procrastinación académica en función de variables sociodemográficas y académicas, no se observaron diferencias significativas en la puntuación total en función del género,  $F(1, 471) = 3.57$ ,  $p = .060$ ,  $\eta^2 = .008$ , ni en función de la edad,  $F(2, 470) = 0.70$ ,  $p = .498$ ,  $\eta^2 = .003$ , lo que sugiere que estas variables no se asocian significativamente en los niveles de procrastinación. Por el contrario, se observaron diferencias en función de la rama de conocimiento,  $F(4, 468) = 3.44$ ,  $p = .009$ ,  $\eta^2 = .029$ . El alumnado de Ciencias de la Salud presentó los niveles más bajos de procrastinación, mientras que las puntuaciones más elevadas se observaron en Ingeniería y Arquitectura y en Ciencias Sociales y Jurídicas.

Con el objetivo de profundizar en estas diferencias, se analizaron las distintas dimensiones de la procrastinación académica. No se observaron diferencias significativas

según la rama de conocimiento en la aversión a la tarea,  $F(4, 548) = 1.94, p = .103, \eta^2 = .014$ , ni en la mala gestión del tiempo,  $F(4, 513) = 1.03, p = .392, \eta^2 = .008$ . Sin embargo, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la dimensión de bajo autocontrol emocional y motivacional,  $F(4, 507) = 2.85, p = .024, \eta^2 = .022$ , así como en la dimensión de asunción de riesgos,  $F(4, 532) = 4.01, p = .003, \eta^2 = .029$ . El alumnado de Ciencias de la Salud presentó puntuaciones más bajas en estas dimensiones, mientras que los valores más elevados se observaron en Ciencias Sociales y Jurídicas, Ingeniería y Arquitectura y, en el caso de la asunción de riesgos, también en Artes y Humanidades.

En relación con el segundo objetivo específico (examinar si los perfiles de consumo de alcohol se asocian con diferencias en las dimensiones específicas de la procrastinación académica, atendiendo especialmente a aquellas vinculadas con la autorregulación académica y conductual), el ANOVA permitió examinar las diferencias en la procrastinación académica total y en sus dimensiones en función de los perfiles de consumo de alcohol. En la [Tabla 2](#) se presentan las medias y desviaciones estándar correspondientes a cada grupo, así como los resultados de los análisis inferenciales.

**Tabla 2**

*Diferencias en la procrastinación académica según perfiles de consumo de alcohol*

Variable	Consumo sin problema ( $M \pm DE$ )	Consumo de riesgo ( $M \pm DE$ )	Consumo con problemas ( $M \pm DE$ )	$F(g)$	$\eta^2$
Aversión a la tarea	3.90 $\pm$ 2.21	3.85 $\pm$ 2.31	4.51 $\pm$ 2.26	2.16 (2, 554)	.008
Mala gestión del tiempo	13.73 $\pm$ 3.30	14.47 $\pm$ 3.29	15.69 $\pm$ 3.14	8.55 (2, 518)***	.032
Bajo autocontrol emocional y motivacional	13.24 $\pm$ 2.68	13.41 $\pm$ 2.56	14.25 $\pm$ 2.65	3.19 (2, 512)*	.012
Asunción de riesgo	6.08 $\pm$ 2.47	6.57 $\pm$ 2.35	7.79 $\pm$ 2.29	12.15 (2, 538)***	.043
Procrastinación total	36.42 $\pm$ 8.03	37.83 $\pm$ 7.81	41.89 $\pm$ 6.90	9.47 (2, 472)***	.039

\*  $p < .05$ ; \*\*\* $p < .001$ .

En primer lugar, se identificaron diferencias significativas en la procrastinación académica total entre los distintos perfiles de consumo,  $F(2, 472) = 9.47, p < .001, \eta^2 = .039$ . Las comparaciones post hoc con corrección de Bonferroni indicaron ausencia de diferencias entre jóvenes con consumo sin problemas y jóvenes con consumo de riesgo ( $p = .194$ ), mientras que el grupo con consumo problemático mostró puntuaciones significativamente

superiores tanto en comparación con el grupo sin problemas ( $p < .001$ ) como con el grupo de riesgo ( $p = .005$ ).

En relación con las dimensiones específicas de la procrastinación, se identificaron diferencias estadísticamente significativas en la mala gestión del tiempo,  $F(2, 518) = 8.55$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .032$ . El análisis de comparaciones múltiples indicó que estas diferencias se localizaban principalmente entre los niveles extremos de consumo. No se hallaron diferencias significativas entre jóvenes con consumo sin problemas y jóvenes con consumo de riesgo ( $p = .194$ ), mientras que sí se observaron diferencias significativas entre jóvenes con consumo sin problemas y con consumo problemático ( $p < .001$ ) y entre jóvenes con consumo de riesgo y con problemas ( $p = .005$ ), siendo el grupo con consumo problemático el que presentó valores medios superiores.

Asimismo, en la dimensión de bajo autocontrol emocional y motivacional se observaron diferencias estadísticamente significativas entre los perfiles de consumo,  $F(2, 512) = 3.19$ ,  $p = .042$ ,  $\eta^2 = .012$ . No obstante, las comparaciones post hoc no mostraron diferencias estadísticamente significativas entre los grupos. Por lo tanto, nos hallamos ante un caso de falso positivo.

En cuanto a la asunción de riesgos, se observaron diferencias estadísticamente significativas entre los perfiles de consumo de alcohol,  $F(2, 538) = 12.15$ ,  $p < .001$ ,  $\eta^2 = .043$ . El análisis post hoc mostró que no existían diferencias significativas entre el consumo sin problemas y de riesgo ( $p = .073$ ), mientras que sí se encontraron diferencias significativas entre jóvenes con consumo sin problemas y con consumo problemático ( $p < .001$ ), así como entre el consumo de riesgo y con problemas ( $p = .002$ ). En ambos casos, las personas con consumo problemático presentaron puntuaciones más elevadas.

Por último, no se observaron diferencias significativas en la dimensión de aversión a la tarea,  $F(2, 554) = 2.16$ ,  $p = .117$ , lo que indica que esta dimensión no varía en función de los perfiles de consumo de alcohol.

Con el objetivo de analizar la capacidad predictiva del consumo de alcohol sobre la procrastinación académica, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple. Este análisis complementa los resultados del ANOVA, ya que permite estimar la contribución específica de cada perfil de consumo sobre la procrastinación académica total, tomando como categoría de referencia el grupo con consumo problemático y aportando coeficientes de estimación, intervalos de confianza y porcentaje de varianza explicada.

El modelo resultó estadísticamente significativo,  $F(2, 470) = 9.41$ ,  $p < .001$ , explicando un 3.9% de la varianza en la procrastinación académica ( $R^2 = .039$ ;  $R^2$  ajustado = .034). En relación con los predictores incluidos, se introdujeron dos variables dummy correspondientes a los perfiles de consumo sin problemas y consumo de riesgo, tomando como categoría de referencia el perfil de consumo problemático. Los resultados mostraron

que, en comparación con el grupo de consumo problemático (categoría de referencia), alumnado sin problemas ( $\beta = -.343$ ,  $p < .001$ ) y alumnado con consumo de riesgo ( $\beta = -.251$ ,  $p = .002$ ) presentaron niveles significativamente más bajos de procrastinación académica (véase [Tabla 3](#)).

**Tabla 3**

*Modelo de regresión lineal múltiple para la procrastinación académica*

Variable	B	EE	$\beta$	t	IC 95%
Intercepto	41.89	1.17	—	35.85***	[39.59, 44.19]
Consumo sin problemas	-5.46	1.28	-.34	-4.28***	[-7.98, -2.96]
Consumo de riesgo	-4.06	1.30	-.25	-3.14**	[-6.61, -1.52]

*Nota:* Variable dependiente: procrastinación académica total. El grupo de referencia para la variable consumo es el de consumo problemático. *B* = coeficiente no estandarizado; *EE* = error estándar;  $\beta$  = coeficiente estandarizado; *IC* = intervalo de confianza

\*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

En conjunto, los resultados muestran que los perfiles de consumo de alcohol se asocian con diferencias significativas en la procrastinación académica, especialmente en las dimensiones relacionadas con la autorregulación, como la gestión del tiempo, el autocontrol emocional y motivacional y la asunción de riesgos. En particular, el alumnado con consumo problemático presenta de forma consistente mayores niveles de procrastinación y peores indicadores de autorregulación en comparación con los perfiles sin problemas y de riesgo. No obstante, no se observaron diferencias significativas en la dimensión de aversión a la tarea, lo que sugiere que esta dimensión podría estar menos vinculada al consumo de alcohol. En línea con estos resultados, los análisis de regresión indican que los perfiles de consumo de alcohol se asocian significativamente con la procrastinación académica.

## Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre los perfiles de consumo de alcohol y la procrastinación académica en alumnado universitario. Además, se comparó el perfil de consumo y los niveles de procrastinación en función de las variables sociodemográficas y académicas.

En relación con el primer objetivo específico, orientado a analizar las diferencias en los perfiles de consumo de alcohol y en la procrastinación académica en función de variables sociodemográficas y académicas, los resultados muestran patrones diferenciados entre ambas variables.

En primer lugar, en lo relativo a los perfiles de consumo de alcohol, se observaron diferencias significativas en función de la edad y el género. Concretamente, el alumnado de mayor edad presentó una mayor proporción de consumo de riesgo y problemático, mientras que los más jóvenes mostraron porcentajes superiores de consumo sin problemas. Asimismo, los hombres presentaron una mayor proporción de consumo problemático en comparación con las mujeres. Estos resultados son coherentes con la evidencia epidemiológica disponible, que ha señalado la existencia de patrones diferenciales de consumo en función de variables sociodemográficas, especialmente en relación con el género y la evolución del consumo a lo largo del ciclo vital (Kuntsche et al., 2005; Observatorio Español de las Drogas y las Adicciones, 2025). Por el contrario, no se observaron diferencias significativas en función de la rama de conocimiento, lo que sugiere que el consumo de alcohol podría estar más influido por factores sociales y contextuales.

En segundo lugar, en relación con la procrastinación académica, no se observaron diferencias significativas en función de la edad ni del género, lo que resulta coherente con investigaciones previas que indican que estas variables presentan efectos modestos o inconsistentes en la explicación de la procrastinación (Steel, 2007; Svartdal et al., 2020). No obstante, sí se identificaron diferencias en función de la rama de conocimiento, lo que podría estar relacionado con las distintas demandas académicas, estilos de enseñanza o características propias de cada área de estudio (Grunschel et al., 2016).

El análisis de las dimensiones específicas permite matizar estos resultados. Mientras que no se observaron diferencias en la aversión a la tarea ni en la gestión del tiempo, sí se identificaron diferencias en el autocontrol emocional y motivacional y en la asunción de riesgos. Este patrón sugiere que las variaciones en procrastinación entre ramas de conocimiento podrían situarse principalmente en componentes de autorregulación emocional y conductual, más que en aspectos relacionados con la percepción de la tarea. Esta interpretación resulta coherente con modelos teóricos que vinculan la procrastinación con procesos de regulación emocional y control de impulsos (Gustavson et al., 2014; Sirois y Pychyl, 2013), si bien estos mecanismos no pueden ser evaluados directamente en el presente estudio.

En relación con la primera hipótesis (el alumnado con perfiles de consumo de alcohol más problemáticos presentará puntuaciones superiores en las dimensiones de procrastinación académica relacionadas con la autorregulación, especialmente en mala gestión del tiempo, bajo autocontrol emocional y motivacional y asunción de riesgos), referida al segundo objetivo específico, los resultados indican que el alumnado con perfiles de consumo de alcohol más elevados presentan mayores niveles de procrastinación académica, especialmente en dimensiones vinculadas a la autorregulación. Estos hallazgos son coherentes con la literatura previa, que ha señalado que las dificultades en los procesos

de autorregulación constituyen un elemento común tanto en la procrastinación como en diversas conductas de riesgo para la salud (Gustavson et al., 2014; Sirois y Pychyl, 2013). En esta línea, diversos estudios han observado que el alumnado con mayores niveles de procrastinación tiende a implicarse en mayor medida en conductas de riesgo, especialmente en contextos de estrés académico (Johansson et al., 2023; Sirois et al., 2003).

Concretamente, la ausencia de diferencias en la dimensión de aversión a la tarea sugiere que no todos los componentes de la procrastinación se relacionan de la misma manera con el consumo de alcohol. Este resultado apunta a que las dimensiones más directamente vinculadas con la autorregulación conductual y emocional podrían desempeñar un papel más relevante en la asociación observada, en comparación con aquellas centradas en la percepción subjetiva de la tarea. Esta diferenciación resulta consistente con modelos teóricos que conciben la procrastinación como un constructo multidimensional, en el que no todos los factores presentan el mismo peso explicativo (Martín-Antón et al., 2023).

En cuanto a la segunda hipótesis (los perfiles de consumo de alcohol se asociarán significativamente con la procrastinación académica total, de modo que el alumnado con consumo sin problemas y con consumo de riesgo presentará menores niveles de procrastinación académica que el alumnado con consumo problemático), los análisis de regresión indican que los perfiles de consumo de alcohol se asocian significativamente con los niveles de procrastinación académica. En concreto, el alumnado con consumo sin problemas y de riesgo presentan menores niveles de procrastinación en comparación con aquellos con consumo problemático. Estos resultados sugieren que el consumo de alcohol podría estar asociado a diferencias en los procesos de autorregulación académica.

En conjunto, los resultados obtenidos son coherentes con la evidencia que sugiere que la procrastinación académica y el consumo de alcohol podrían estar relacionados a través de mecanismos comunes de autorregulación. Por un lado, el consumo de alcohol se ha asociado con alteraciones en procesos cognitivos y ejecutivos implicados en la inhibición, la toma de decisiones y la planificación, lo que podría dificultar la regulación del comportamiento académico (Fillmore, 2003; Weafer y Fillmore, 2008). Por otro lado, la procrastinación se ha vinculado con estrategias de afrontamiento evitativas orientadas a reducir el malestar emocional a corto plazo, lo que podría favorecer la adopción de conductas de riesgo para la salud, entre las que puede encontrarse el consumo de alcohol (Johansson et al., 2023; Sirois et al., 2003).

Desde una perspectiva aplicada y psicoeducativa, estos hallazgos tienen implicaciones relevantes para el ámbito universitario, ya que permiten vincular una conducta problema, como el consumo de alcohol, con dimensiones académicas y autorregulatorias susceptibles de intervención educativa. En particular, los resultados sugieren la conveniencia de

desarrollar programas orientados a mejorar la gestión del tiempo, el autocontrol emocional y motivacional, y la toma de decisiones del alumnado universitario. Este planteamiento se alinea con una concepción de la intervención universitaria no limitada a la prevención del consumo, sino también dirigida a la promoción de competencias personales y académicas que favorezcan el bienestar, la adaptación al contexto universitario y la reducción de conductas de riesgo. La integración de estos enfoques en programas de prevención del consumo de alcohol podría contribuir a abordar de manera conjunta factores de riesgo compartidos, favoreciendo un enfoque más integral en la promoción de la salud y el bienestar en el contexto universitario (Foxcroft y Tsertsvadze, 2011; Onrust et al., 2016).

El estudio presenta varias limitaciones que deben tenerse en cuenta. En primer lugar, aunque la literatura sugiere una posible relación bidireccional entre procrastinación académica y consumo de alcohol, los resultados deben interpretarse únicamente como asociaciones, debido al carácter transversal del diseño y al uso del perfil de consumo como variable de referencia. En segundo lugar, el empleo de medidas autoinformadas puede introducir sesgos de deseabilidad social y de recuerdo. Además, el muestreo no probabilístico limita la generalización de los hallazgos a la población universitaria. Por último, aunque se incluyeron variables sociodemográficas, sería conveniente incorporar otros factores psicológicos y contextuales para profundizar en los mecanismos implicados.

En futuras investigaciones, sería recomendable emplear diseños longitudinales y modelos analíticos más complejos que permitan explorar de manera más precisa la posible interacción entre la procrastinación académica y el consumo de alcohol, así como el papel de variables relacionadas con la autorregulación, el estrés académico y el bienestar psicológico.

## Referencias

- AHUMADA-CORTEZ, Jessica Guadalupe; GÁMEZ-MEDINA, Mario Enrique; & VALDEZ-MONTERO, Carolina (2017). El consumo de alcohol como problema de salud pública. *Ra Ximhai*, 13(2), 13-24. <https://doi.org/10.35197/rx.13.02.2017.01.ja>
- ÁLVAREZ-BLAS, Oscar (2010). Procrastinación general y académica en una muestra de estudiantes de secundaria de Lima metropolitana. *Persona*, (013), 159-177. <https://doi.org/10.26439/persona2010.n013.270>
- ALVES, Regina; & PRECIOSO, José (2022). A influência dos pares no consumo de Substâncias Psicoativas entre estudantes universitários/as. *Revista de Estudos e Investigação em Psicologia y Educación*, 9, 5-17. <https://doi.org/10.17979/reipe.2022.9.0.8912>
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-5*. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- ARNETT, Jeffrey Jensen (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>



- BUSKO, Deborah A. (1998). *Causes and consequences of perfectionism and procrastination: A structural equation model*. [Master's thesis, University of Guelph]. The Atrium repository. <https://hdl.handle.net/10214/20169>
- CAMPANELLA, Salvatore; PEIGNEUX, Philippe; PETIT, Géraldine; LALLEMAND, Frédéric; SAEREMANS, Mélanie; NOËL, Xavier; METENS, Thierry; NOUALI, Mustapha; DE TIÈGE, Xavier; DE WITTE, Philippe; WARD, Roberta; & VERBANCK, Paul (2013). Increased cortical activity in binge drinkers during working memory task: A preliminary assessment through a functional magnetic resonance imaging study. *PLoS ONE*, 8(4), Artículo e62260. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0062260>
- CARBONERO, Miguel Ángel; ROMÁN, José María; & FERRER, Marisela (2013). Programa para “aprender estratégicamente” con estudiantes universitarios: Diseño y validación experimental. *Anales de Psicología*, 29(3), 876-885. <https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.165671>
- CONTEL GUILLAMÓN, Montserrat; GUAL SOLÉ, Antoni; & FARRAN COLOM, Joan (1999). Test para la identificación de trastornos por uso de alcohol (AUDIT): Traducción y validación del AUDIT al catalán y castellano. *Adicciones*, 11(4), 337-347. <https://doi.org/10.20882/adicciones.613>
- CREGO, Alberto; RODRÍGUEZ-HOLGUÍN, Socorro; PARADA, María; MOTA, Nayara; CORRAL, Montserrat; & CADAVEIRA, Fernando (2009). Binge drinking affects attentional and visual working memory processing in young university students. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 33(11), 1870-1879. <https://doi.org/10.1111/j.1530-0277.2009.01025.x>
- FERREIRA ALVES, Regina (2024). A latent class analysis of multiple health-risk behaviours among Portuguese college students. *Revista de Estudos e Investigação em Psicologia y Educación*, 11(1), Artículo e10028. <https://doi.org/10.17979/reipe.2024.11.1.10028>
- FILLMORE, Mark (2003). Drug abuse as a problem of impaired control: Current approaches and findings. *Behavioral and Cognitive Neuroscience Reviews*, 2(3), 179-197. <https://doi.org/10.1177/1534582303257007>
- FILLMORE, Mark; & WEAFFER, Jessica (2004). Alcohol impairment of behavior in men and women. *Addiction*, 99(10), 1237-1246. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2004.00805.x>
- FOXCROFT, David; & TSERTSVADZE, Alexander (2011). Universal school-based prevention programs for alcohol misuse in young people. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, Artículo CD009113. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009113>
- GARCÍA CARRETERO, Miguel Ángel; NOVALBOS RUIZ, José Pedro; MARTÍNEZ DELGADO, José Manuel; & O'FERRALL GONZÁLEZ, Cristina (2016). Validation of the Alcohol Use Disorders Identification Test in university students: AUDIT and AUDIT-C. *Adicciones*, 28(4), 194-204. <https://doi.org/10.20882/adicciones.775>
- GARZÓN UMERENKOVA, Angélica; & GIL FLORES, Javier (2022). Experiencias y emociones sobre la procrastinación en alumnado universitario con diferentes niveles de riesgo académico. *Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 33(1), 7-25. <https://doi.org/10.5944/reop.vol.33.num.1.2022.33752>
- GRUNSCHHEL, Carola; SCHWINGER, Malte; STEINMAYR, Ricarda; & FRIES, Stefan (2016). Effects of using motivational regulation strategies on students' academic procrastination, academic

- performance, and well-being. *Learning and Individual Differences*, 49, 162-170. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.06.008>
- GUNN, Craig; MACKUS, Marlou; GRIFFIN, Chris; MUNAFÒ, Marcus; & ADAMS, Sally (2018). A systematic review of the next-day effects of heavy alcohol consumption on cognitive performance. *Addiction*, 113(12), 2182-2193. <https://doi.org/10.1111/add.14404>
- GUSTAVSON, Daniel; MIYAKE, Akira; HEWITT, John; & FRIEDMAN, Naomi (2014). Genetic relations among procrastination, impulsivity, and goal-management ability: Implications for the evolutionary origin of procrastination. *Psychological Science*, 25(6), 1178-1188. <https://doi.org/10.1177/0956797614526260>
- JOHANSSON, Fred; ROZENTAL, Alexander; EDLUND, Klara; CÔTÉ, Pierre; SUNDBERG, Tobias; ONELL, Clara; RUDMAN, Ann; & SKILLGATE, Eva (2023). Associations between procrastination and subsequent health outcomes among university students in Sweden. *JAMA Network Open*, 6(1), Artículo e2249346. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.49346>
- JONES, Andrew; TIPLADY, Brian; HOUBEN, Katrijn; NEDERKOORN, Chantal; & FIELD, Matt (2018). Do daily fluctuations in inhibitory control predict alcohol consumption? An ecological momentary assessment study. *Psychopharmacology*, 235(5), 1487-1496. <https://doi.org/10.1007/s00213-018-4860-5>
- JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN, DIRECCIÓN DE UNIVERSIDADES E INVESTIGACIÓN (2025). *Datos básicos del sistema universitario de Castilla y León. Curso 2024–2025*. Consejería de Educación. <https://www.educa.jcyl.es/universidad/es/servicio-ensenanza-universitaria/estadistica-universitaria-castilla-leon/datos-basicos-sistema-universitario-castilla-leon>
- KUNTSCHE, Emmanuel; KNIBBE, Ronald; GMEL, Gerhard; & ENGELS, Rutger (2005). Why do young people drink? A review of drinking motives. *Clinical Psychology Review*, 25(7), 841-861. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.06.002>
- LEES, Briana; MEREDITH, Lindsay; KIRKLAND, Anna; BRYANT, Brittany; & SQUEGLIA, Lindsay (2020). Effect of alcohol use on the adolescent brain and behavior. *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, 192, Artículo 172906. <https://doi.org/10.1016/j.pbb.2020.172906>
- MARTÍN-ANTÓN, Luis Jorge; ALMEIDA, Leandro; SÁIZ-MANZANARES, María Consuelo; ÁLVAREZ-CAÑIZO, Marta; & CARBONERO, Miguel Ángel (2023). Psychometric properties of the academic procrastination scale in Spanish university students. *Assessment y Evaluation in Higher Education*, 48(5), 642-656. <https://doi.org/10.1080/02602938.2022.2117791>
- MCKINNEY, Adele; & COYLE, Kieran (2004). Next day effects of a normal night's drinking on memory and psychomotor performance. *Alcohol and Alcoholism*, 39(6), 509-513. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agh099>
- MCPHEE, Matthew; & HENDERSHOT, Christian (2023). Meta-analysis of acute alcohol effects on response inhibition. *Neuroscience y Biobehavioral Reviews*, 152, Artículo 105274. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2023.105274>
- MINISTERIO DE CIENCIA, INNOVACIÓN Y UNIVERSIDADES (2025). *Datos y cifras del sistema universitario español. Curso 2025–2026*. Secretaria General Técnica do Ministerio de

- Ciencia, Innovación y Universidades. <https://www.ciencia.gob.es/InfoGeneralPortal/detalle-publicacion/MICIU/Datos-y-cifras-del-Sistema-Universitario-Espanol-2025-2026.html>
- OBSERVATORIO ESPAÑOL DE LAS DROGAS Y LAS ADICCIONES (2024). *Encuesta sobre alcohol y drogas en España (EDADES 2024)*. Ministerio de Sanidad. [https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/encuestas\\_EDADES.htm](https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/sistemaInformacion/encuestas_EDADES.htm)
- OBSERVATORIO ESPAÑOL DE LAS DROGAS Y LAS ADICCIONES (2025). *Informe anual OEDA 2025: Indicadores clave sobre drogas y adicciones*. Ministerio de Sanidad. [https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/informesEstadisticas/pdf/2025\\_OEDA-Informe.pdf](https://pnsd.sanidad.gob.es/profesionales/sistemasInformacion/informesEstadisticas/pdf/2025_OEDA-Informe.pdf)
- ONRUST, Simone; OTTEN, Roy; LAMMERS, Jeroen; & SMIT, Filip (2016). School-based programmes to reduce and prevent substance use in different age groups: What works for whom? Systematic review and meta-regression analysis. *Clinical Psychology Review*, 44, 45-59. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2015.11.002>
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2019). *International statistical classification of diseases and related health problems, 11th Revision (ICD-11)*. <https://icd.who.int/>
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2024, 28 de junio). *Alcohol*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol><https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/alcohol>
- PASCOE, Michaela; HETRICK, Sara; & PARKER, Alexandra (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104-112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- PEDDITZI, María Luisa (2024). School satisfaction and self-efficacy in adolescents and intention to drop out of school. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(1), Artículo 111. <https://doi.org/10.3390/ijerph21010111>
- PERDIZ ÁLVAREZ, Celsa; SUEIRO DOMÍNGUEZ, Encarnación; & LÓPEZ CASTEDO, Antonio (2017). Consumo de alcohol. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, Vol. Extr. (14), 220-224. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.14.2932>
- ROEBROEK, Lukas; & KONING, Ina (2016). The reciprocal relation between adolescents' school engagement and alcohol consumption, and the role of parental support. *Prevention Science*, 17(2), 218-226. <https://doi.org/10.1007/s11121-015-0598-z>
- ROSÓN HERNÁNDEZ, Beatriz (2008). Consumo de riesgo y perjudicial de alcohol: Prevalencia y métodos de detección en la práctica clínica. *Galicia Clínica*, 69(1), 29-44. <https://galiciaclinica.info/gc/es/article/view/69-1-27>
- SCHLESINGER PIEDRAHITA, Antonio; PESCADOR VARGAS, Beatriz; & ROA CULMA, Laura (2017). Neurotoxicidad alcohólica. *Revista Med*, 25(1), 87-101. <https://doi.org/10.18359/rmed.2924>
- SIROIS, Fuschia; MELIA-GORDON, Michelle; & PYCHYL, Timothy (2003). "I'll look after my health, later": An investigation of procrastination and health. *Personality and Individual Differences*, 35(5), 1167-1184. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00326-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00326-4)
- SIROIS, Fuschia; & PYCHYL, Timothy (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7(2), 115-127. <https://doi.org/10.1111/spc3.12011>

- SQUEGLIA, Lindsay; JACOBUS, Joanna; & TAPERT, Susan (2009). The influence of substance use on adolescent brain development. *Clinical EEG and Neuroscience*, 40(1), 31-38. <https://doi.org/10.1177/155005940904000110>
- STEEL, Piers (2007). The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of quintessential self-regulatory failure. *Psychological Bulletin*, 133(1), 65-94. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.133.1.65>
- SUEIRO DOMÍNGUEZ, Encarnación; LÓPEZ CASTEDO, Antonio; & PERDIZ ÁLVAREZ, Celsa (2017). Consumo de otras drogas (Diferentes del tabaco y del alcohol). *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, Vol. Extr.(14), 225-228. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.14.2933>
- SVARTDAL, Frode; DAHL, Frode; GAMST-KLAUSSEN, Thor; KOPPENBORG, Markus; & KLINGSIECK, Katrin (2020). How study environments foster academic procrastination: Overview and recommendations. *Frontiers in Psychology*, 11, Artículo 540910. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.540910>
- TUCKMAN, Bruce (1991). The development and concurrent validity of the Procrastination Scale. *Educational and Psychological Measurement*, 51(2), 473-480. <https://doi.org/10.1177/0013164491512022>
- WEAFER, Jessica; & FILLMORE, Mark (2008). Individual differences in acute alcohol impairment of inhibitory control predict ad libitum alcohol consumption. *Psychopharmacology*, 201(3), 315-324. <https://doi.org/10.1007/s00213-008-1284-7>
- WESTGATE, Erin; WORMINGTON, Stephanie; OLESON, Kathryn; & LINDGREN, Kristen (2017). Productive procrastination: Academic procrastination style predicts academic and alcohol outcomes. *Journal of Applied Social Psychology*, 47(3), 124-135. <https://doi.org/10.1111/jasp.12417>

Fecha de recepción: 04 de febrero de 2026

Fecha de revisión: 07 de mayo de 2026

Fecha de aceptación: 12 de mayo de 2026

Fecha de publicación: 28 de mayo de 2026

