

# La procrastinación y los factores que inciden en el desempeño de estudiantes de piano de la Facultad de Música



Martha Paola Garay Mendoza  
ORCID: 0000-0001-5237-8601  
Universidad Autónoma de Nuevo León  
Facultad de Música  
martha.garaymnd@uanl.edu.mx

18



## Resumen

La procrastinación es una práctica común que implica posponer tareas importantes mediante actividades alternativas, evitando enfrentar responsabilidades. En carreras creativas como las artes (música, danza, pintura, escultura), este hábito puede ser especialmente perjudicial, ya que afecta el progreso técnico y emocional de los estudiantes. La disciplina es esencial en estas áreas, ya que fomenta la estimulación cerebral y la motivación diaria. En profesiones más teóricas, donde las evaluaciones suelen depender de proyectos escritos o en grupo, la procrastinación puede no impactar tanto el rendimiento, pero no deja de ser problemática.

**Palabras clave:** Procrastinación, desempeño, educación, redes sociales, música, piano. En el caso de los estudiantes de piano, la procrastinación afecta gravemente habilidades fundamentales como la técnica, la coordinación, la lectura a primera vista y la memoria, dificultando el progreso académico. Abordar este hábito es crucial para garantizar un desarrollo óptimo. Por ello, se buscan estrategias para reducir la procrastinación, promoviendo un desempeño eficiente y un perfil de egreso sólido en los estudiantes.

## Abstract

Procrastination is a common practice that involves postponing important tasks through alternative activities, avoiding facing responsibilities. In creative careers such as the arts (music, dance, painting, sculpture), this habit can be especially detrimental, affecting students' technical and emotional progress. Discipline is essential in these areas, as it fosters brain stimulation and daily motivation. In more theoretical professions, where assessments often depend on written or group projects, procrastination may not impact performance as much, but it is still problematic.

In the case of piano students, procrastination seriously affects fundamental skills such as technique, coordination, sight reading, and memory, hindering academic progress. Addressing this habit is crucial to ensure optimal development. Therefore, strategies are sought to reduce procrastination, promoting efficient performance and a solid graduation profile in students.

### Keywords:

Procrastination, performance, education, social networks, music, piano.

## Introducción

El significado del arte proviene del latín; en las formas, *ars*, *artis* sobre una raíz griega en *téchne*. En el sentido etimológico es una habilidad adquirida; se opone a los dones otorgados por la naturaleza (*natura*); por otra parte, al conocimiento duro de la realidad, la ciencia o *scientia*. Una especialidad como la matemática es claramente científica, mientras que la destreza para ejecutar una obra musical es; arte; exposición de las prácticas humanas desde tiempos antiguos, mediante el cual se interpreta lo real o se plasma lo imaginado con recursos plásticos, lingüísticos o sonoros. Las primeras representaciones artísticas datan de la prehistoria. Se creía que durante el período que se desarrolló desde el inicio de la evolución humana hasta el 3000 a. C. (la edad de piedra, hasta la edad de los metales), apareció el inicio del arte. Las pinturas anteriores a la aparición del *Homo Sapiens*, sugiere que el arte rupestre fue iniciado por el Neandertal que habitó el globo terráqueo hace más de 40.000 años. La pintura rupestre, apareció cuando los seres humanos, nómadas que vivieron en la prehistoria, comenzaron a habitar las cuevas.

En el Renacimiento que surgió en Italia en el siglo XV tuvo un auge con las obras de arte sobre las pinturas y esculturas de artistas como; Leonardo da Vinci o Miguel Ángel; fueron grandes y reconocidos como los máximos exponentes de su época. Surge aquí la diferencia entre la maestría del oficio llamado Artesano, dominante de una técnica, por otro lado, el Genio Creativo desarrollando obras propias de la inspiración Divina, llamado: El artista con una mente genuina detrás de la obra, que incluye habilidades técnicas; talento natural y adquirido.

Cada semestre es común observar la lista de estudiantes y detectar que ingresa nueva matrícula, sin embargo, también se observa que a mediados del semestre alumnos comienzan a faltar a las clases, en el caso del área de música que cuenta con 15 estudiantes en la carrera de piano, solo 5 de ellos cumplen con las obras e incluso no abarcan las 4 obras para entrega, solo cumplen con 2 de las 4 que se aplican durante el semestre, la primera abarca el examen técnico o parcial, el examen final abarca las otras dos obras restantes. Es desalentador para el docente observar que incluso entregándoles las obras antes de salir (en el caso de alumnos que ya están matriculados y que tienen más tiempo de estudiar en vacaciones); comienzan el ciclo nuevo sin ninguna obra leída. Cuando se les hace la pregunta de ¿por qué no estudiaron?, comentan varias respuestas, como la falta de ganas, la distracción con el celular o simplemente el querer descansar.

## Desarrollo Metodológico

En este estudio de investigación de muestra, abordaremos el tema de la procrastinación con base en encuestas realizadas a estudiantes de nivel medio y superior.

El proyecto específicamente se aplicó a la especialidad de la música, en el área de piano. Para la escala se ha utilizado de 1 “nada” (no procrastina) a 4 “demasiado” (si procrastina). Se buscará la identificación de ciertos factores para llevar a cabo la procrastinación: problemas existenciales, no le agradan las obras, miedo al error, aburrimiento, no entiende el solfeo, leer notas de sus obras, falta de concentración, falta de memoria, distracción, falta de motivación, falta de tiempo. Así también, en otra alternativa el aceptar que procrastina de manera aislada sin ningún factor (por costumbre).

## Objetivos

- Conocer si los estudiantes están familiarizados con el concepto de la procrastinación.
- Analizar si en algún momento de su vida lo han practicado.

- Focalizar de manera aislada el nivel de desempeño.
- Contabilizar el factor más común en la práctica de la procrastinación.
- Obtener resultados para otorgar conclusiones, sobre las cuales se implementen estrategias didácticas en un futuro.
- Compartir los resultados al área de coordinación de piano, para posibles talleres de mejoramiento al desempeño.
- Tratar de reducir la procrastinación de manera pertinente.

## Contexto

La Facultad de Música cuenta aproximadamente con 120 alumnos en el área de piano de nivel medio y superior; de los cuales aproximadamente un 25.38 % egresan y son alumnos regulares. Debido a este porcentaje se procedió a encuestar solo a 50 alumnos (41.6%); que actualmente se encuentran en diferentes semestres.

## Fundamentación Teórica

Actualmente las redes sociales son una fuente masiva de distractores esenciales para ir generando niveles de procrastinación alta. La Jama Network Open (2023), revista médica internacional revisada por pares, que publica investigaciones sobre atención clínica, indica que procrastinar se asocia con una peor salud mental, con síntomas como depresión, estrés o ansiedad, incluso dolor en las extremidades superiores (Johansson, Rozen-tal, Edlund, 2023).

La procrastinación académica es explicada como la tardanza innecesaria e injustificada de las tareas relacionadas con los estudios. Según Schouwen-burg (2004) existen dos tipos de procrastinación académica: la esporádica y la crónica. La procrastinación académica esporádica, también llamada conducta dilatoria, hace relación a la conducta puntual y relacionada con actividades académicas concretas debido a la falta de gestión de tiempo. Por otra parte, la procrastinación académica crónica es la conducta estandarizada de aplazar la disciplina al estudio (Clariana, 2009).

En la Revista Mundo Psicólogos; García Suárez (2024), menciona que las causas de Procrastinar se deben a:

### Factores Psicológicos:

**Miedo al fracaso;** el temor a no cumplir con ciertos objetivos a largo o a corto tiempo.

**Perfeccionismo;** es como una paradoja ya que, al ser sumamente aprehensivo, provoca pensar excesivamente en que la tarea quede impecable y eso puede provocar evitarla.

**Baja Autoestima;** la poca o falta de confianza en sí mismo de las habilidades.

### Factores Cognitivos:

**Desorganización;** la falta de planificación y gestión del tiempo.

**Toma de decisiones;** la incapacidad de decidir; debido a tareas que impliquen diferentes alternativas.

**Desconcentración;** no tiene la capacidad de mantener la atención para mantenerse involucrado en tareas o actividades diversas.

### Factores Emocionales:

**La regulación emocional;** procrastinar es una estrategia para evitar ciertos sentimientos como lo son; aburrimiento, ansiedad, frustración o flojera, o falta de motivación.

**Impulsividad;** esto provoca desear satisfacción inmediata por lo que las tareas que requieren más tiempo y esfuerzo son aplazadas por otras de menor esfuerzo y tiempo dedicado.

### Factores Contextuales:

**Entorno laboral o académico;** el desorden y distractores son una fuente importante.

**Expectativas y demandas externas;** las expectativas familiares, maestros o jefes exigentes.

---

El bajo rendimiento y desempeño académico también son un resultado de la práctica constante de la procrastinación, llevando incluso a perder varios años de estudio, lo que fomenta a futuras pérdidas de oportunidades como el empleo, becas o proyectos.

Los distractores que están muy de moda actualmente son las redes sociales; incluso puede decirse que se han convertido en; adicciones psicológicas; se caracterizan porque son acciones repetitivas que resultan placenteras de primera instancia, una vez que se aplican como hábito, generan una necesidad que no se controla, están asociados con niveles altos de ansiedad. Por consiguiente, al querer reducir dicha ansiedad, las personas desarrollan una actitud adictiva; esta ya no se produce tanto por la búsqueda de gratificación (placer), sino para reducir el nivel de ansiedad que les produce el hecho de no ejecutarlo, (por evitación), en este círculo vicioso es que se desarrollan las adicciones (Madrid, 2000). En diferentes contextos sociales es común observar en restaurantes, incluso en reuniones familiares, que las personas en lugar de convivir o comer, están atentos a los mensajes de redes sociales tales como *Whatsapp, Tik tok, Instagram o Facebook*.

La falta de motivación pudiera ser un detonante; sin embargo, la motivación en la música es una energía casi automática; es motivo para realizar una determinada conducta académica, por lo tanto, su valor podría ser bajo para que dé lugar a la procrastinación (Steel y König, 2006; citado por Guzmán, 2013), aquí el autor hace referencia a que en ocasiones cuando hay baja motivación, aun así se puede presentar la procrastinación.

Las expectativas están relacionadas directamente con las creencias personales; sobre lo que se puede hacer, entonces; si se cree que la tarea es fácil, la harán, y si creen que es difícil no lo harán, tardarán más en hacerla o la cambiarán por otra más agradable y menos complicada, para evitar el esfuerzo que le lleva a realizar esa tarea.

En el estudio de diversos autores (Calvet, M.L.M., Acosta, A.G.D., Díaz, L.H.R., Chocano, A.S.D., Iparraguirre, C.A.A., Villalba, OR., Baca, D., Espinoza, J.U., Fernández, E., & Limache, J.Y., 2017)) de un trabajo en la Ciudad de Lima sobre el título: *Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima*; se dio un análisis descriptivo.

En cuanto a las características sobre el uso de las redes sociales según la edad, se resalta que se agrupó la edad en tres rangos: 15 a 25 años, nacidos desde 1990 en adelante; 26 a 35 años, nacidos en la década de los 80'; y, 36 años a más, nacidos antes de 1980.

Se describe que el tipo de red social más visitada en todos los rangos de edad fue *Facebook*, en especial, por estudiantes de 26 a 35 años.

El análisis descriptivo de las variables del estudio (procrastinación y adicción a redes sociales) fue realizado contrastando la muestra de pregrado y postgrado, debido a que las medias de edad entre ambas fueron 16 años ( $X$  pregrado=19.9;  $X$  postgrado=35.6).

La Tabla 1 contiene los niveles de procrastinación. En pregrado, se observa el nivel alto al 13.6%; mientras que, en postgrado, está representado por el 14.5%, para el mismo nivel. De otro lado, se aprecia un nivel bajo del 10.8% y 25.0% en estudiantes de pre y posgrado, respectivamente.

### Niveles de procrastinación según pregrado y postgrado en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana (N=402)

	Pregrado		Postgrado	
Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Alto	34	13.6%	22	14.5%
Medio	189	75.6%	92	60.5%
Bajo	27	10.8%	38	25.0%
Total	250	100%	152	100%

Tabla 1. Estudio "Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima (2017)".

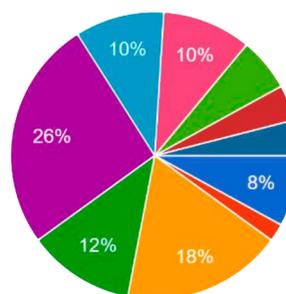
## Resultados

A continuación, analizaremos los resultados de la encuesta aplicada para este estudio:

### ● Semestre que cursas

50 respuestas

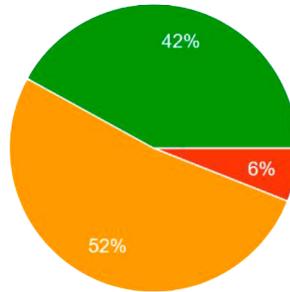
- 1° Semestre
- 2° Semestre
- 3° Semestre
- 4° Semestre
- 5° Semestre
- 6° Semestre
- 7° Semestre
- 8° Semestre
- 9° Semestre
- 10° Semestre



¿Conoces el significado de la palabra Procrastinar?

50 respuestas

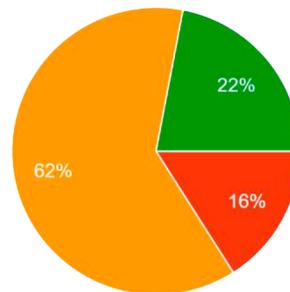
- Nada
- Poco
- Regular
- Demasiado



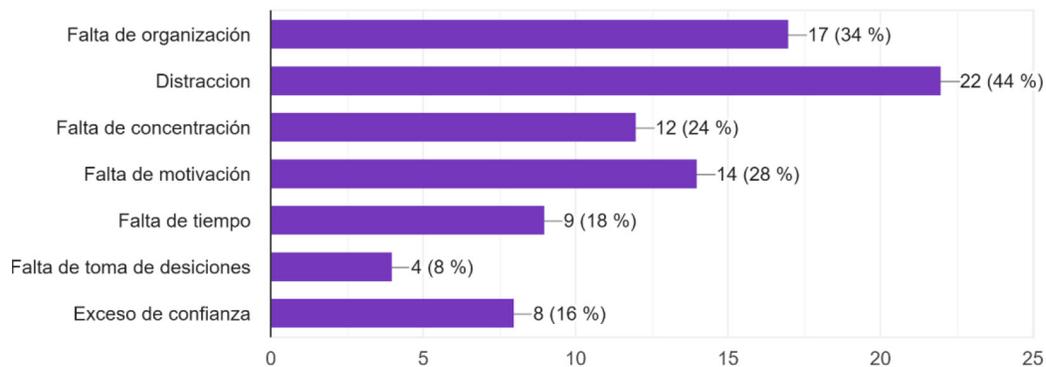
¿Haz procrastinado alguna vez, en cualquier tarea o actividad a realizar?

50 respuestas

- Nada
- Poco
- Regular
- Demasiado



Explica la razón de haber procrastinado



### ¿Explica la razón de haber procrastinado?

La respuesta más incidente fue la Distracción con un 44%, en tareas comunes y otras actividades, algunas de las respuestas fueron; distracción con el celular, horario de sueño desfasado, exceso de actividades, trabajo y estudio, flojera. El 34% la concentración; por motivos de desorganización, mala administración del tiempo, carga de diversas tareas, dejar todo a último momento. Falta de motivación 28%, exceso de tareas, menos tiempo, mayor cansancio y mayor desmotivación, malestar emocional; sin energía para realizar actividades.

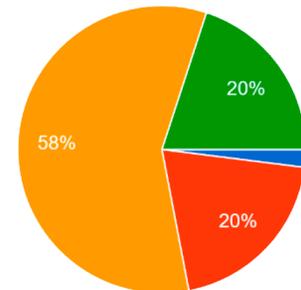
### ¿Cómo crees que puedes evitar el procrastinar?

Las respuestas fueron diversas, tales como aprender a administrar mejor los tiempos, comprar una agenda, dormir mejor, concentrarse primero en una tarea, tratar de pensar que aunque no le guste llevar a cabo la actividad es por su bien hacerla, ser más firme en las decisiones.

- ¿En tu materia de piano haz experimentado el procrastinar?

50 respuestas

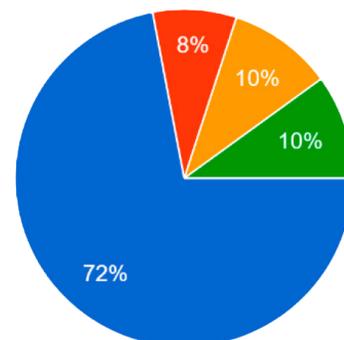
- Nada
- Poco
- Regular
- Demasiado



- En cuanto a las distracciones tecnológicas ¿Con cuál de estas te sientes más identificado?

50 respuestas

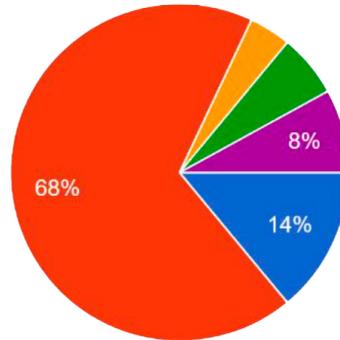
- Redes sociales
- Series de televisión
- Salidas con amigos
- Videojuegos



● En redes sociales ¿Cuál de estas utilizas más?

50 respuestas

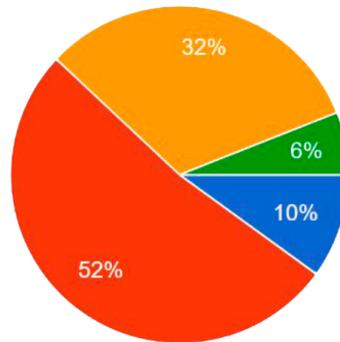
- Tiktok
- Instagram
- Facebook
- Whatsapp
- Youtube
- Telegram



● ¿Cuánto tiempo al día le dedicas a esta red social?

50 respuestas

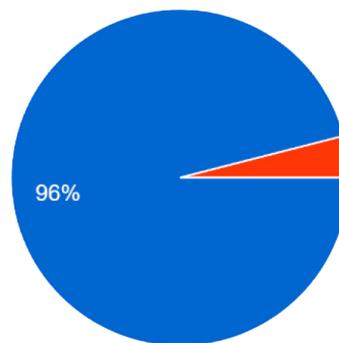
- 1 hora
- 2 horas
- 4 horas
- 6 horas



● ¿Cuentas con piano o teclado en casa?

50 respuestas

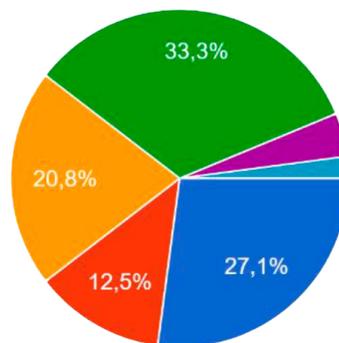
- Sí
- No



● ¿Con qué frecuencia practicas el piano?

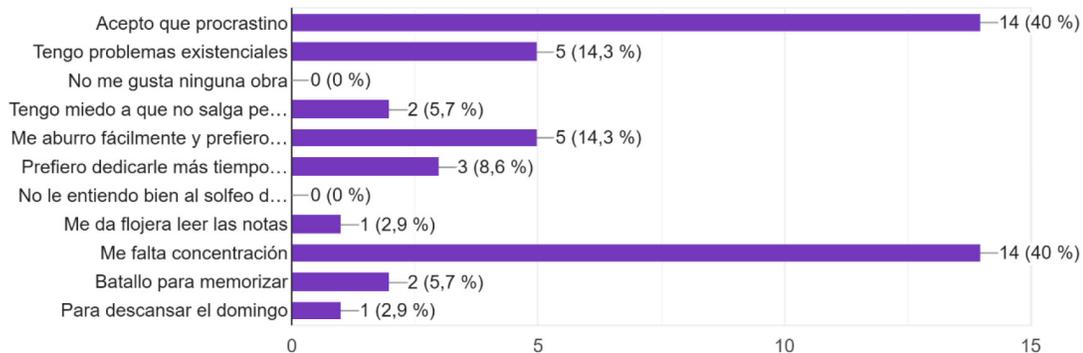
48 respuestas

- Diariamente
- 2 veces por semana
- 3 veces por semana
- 4 veces por semana
- 5 veces por semana
- 6 veces por semana



● ¿Por qué crees que no practicas diariamente?

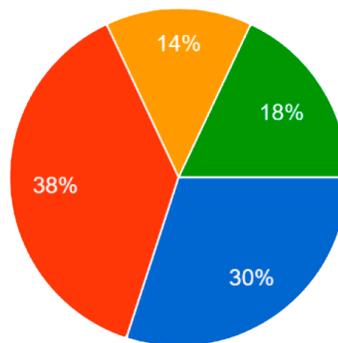
35 respuestas



● Elige el nivel de desempeño en el piano este semestre:

50 respuestas

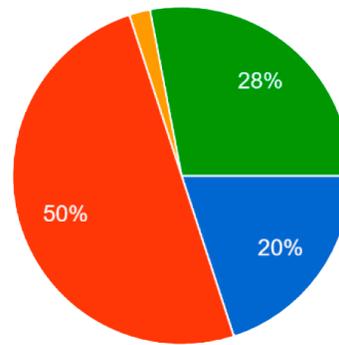
- Bajo
- Medio
- Regular
- Suficiente



● ¿Qué propondrías como una alternativa para eliminar la procrastinación?

50 respuestas

- Curso intensivo de piano
- Curso que trate de herramientas para reducir la procrastinación
- Taller de aplicación de Gráfica de Gantt
- Taller de aplicación de técnica Pomodoro



En el área artística musical, específicamente en la especialidad de piano, en ocasiones, los estudiantes indican que no practican porque sienten mucha competencia con ciertos compañeros que, según su percepción, dominan el instrumento mejor que ellos o que ejecutan obras más complicadas. Algunos alumnos no cuentan con el apoyo básico de los padres ya que comúnmente les piden que adjuntamente al terminar esta carrera, comiencen otra, porque la remuneración económica al ser músicos será muy baja. Algunos profesores les dan introducciones al comienzo del semestre, a quienes inician tardíamente en edad, comentándoles que será muy difícil terminar la carrera; promoviendo el desánimo, e incitándoles a que cambien de carrera.

Otro aspecto importante es la cuestión del transporte; debido a las largas distancias que tienen que recorrer hasta la institución educativa. En cuanto a la falta de instrumento en casa, no existe mucha incidencia en la encuesta; un 96% de los alumnos al momento de inscribirse cuenta con el instrumento. Pero también el costo de los pianos eléctricos puede ser un factor, por la dificultad para adquirirlos.

En el aspecto de gusto por ciertas obras, comentan en especial que ciertos compositores, tales como J.S. Bach no les agrada ejecutar, es en este estilo donde se aplica la polifonía comúnmente a 2 o 3 voces. Este estilo generalmente compuesto en el Barroco tardío, que corresponde al período XVII, Randel Michael (1999) combina simultáneamente varias líneas musicales de diseño individual, en donde cada una tiene su identidad e importancia.

Otra de las causas de distracción al momento de que los alumnos de piano estudian sus obras, es que regularmente consultan a YouTube para poder escuchar alguna interpretación de la pieza artística musical, que tienen a cargo en el semestre. En ese sentido es excelente utilizar esta plataforma como medio educativo, aun así, posteriormente se vuelve contraproducente la práctica; ya que de esa forma llegan a más contenidos de cualquier tipo de entretenimiento, el cual los distrae de su medio de atención; alguna película, serie, o incluso algún tema de algún medio artístico de moda.

## Conclusión

La procrastinación es una práctica muy común en la sociedad, parecería extraño conocer a alguien que sea perfecto en cuestiones de la realización de diversas tareas, no solo en lo laboral y académico. La crianza es de enorme importancia sobre la construcción de la disciplina, formar la costumbre de hacer las cosas cuando se deben de realizar podría no ser tan inalcanzable.

En el pasado, no existía la distracción con los dispositivos electrónicos como se da en la actualidad; simplemente se realizaban actividades prácticas o deportes.

Lo cierto es que cada vez se vive en un mundo más apresurado; el tráfico, la gran cantidad de tareas por hacer, diversas distracciones que afectan los sentidos, al grado de que, si se asiste a una reunión familiar, la gran mayoría de las personas se enfocan en usar su celular.

La falta del contacto humano se está perdiendo, las generaciones están cambiando. La comunicación tecnológica une, al mismo tiempo aleja si no se tiene cuidado de caer en una adicción tecnológica.

En los estudiantes de música, como ya se mencionó, es importante la práctica diaria de piano, sin embargo, las redes sociales son un distractor común que promueve la falta de concentración; el resultado obtenido marca una incidencia de 72% como distracción tecnológica y la aplicación más

usada como la de *Instagram* con un 68%, dedicándole dos horas al día con una incidencia del 52%, lo cual no es de beneficio, si esas dos horas se las dedicaran a la práctica del piano, habría más desempeño académico; en práctica diaria solo fue un 27.1% contra 4 veces por semana con un 33.3%. La realidad de los estudiantes de música en el piano es que; sí aceptan que procrastinan con un 40%, por lo que se puede llegar a concluir que se vuelve una práctica crónica.

Por otro lado, debido a la falta de concentración 40%, la falta de motivación con un 28%. Y en general, los alumnos procrastinan en la materia de piano en un 58% regular, contra 20% demasiado y, 20% poco, obteniendo de ello un desempeño medio del 38%, sobre un desempeño suficiente con el 18% y con desempeño bajo un 30%.

Algunas de las propuestas más llamativas para los alumnos de implementación como alternativa para reducir la procrastinación, fue el 50%; curso que contenga herramientas para evitar la procrastinación, a lo cual se pudiera combinar la Gráfica de Gantt y la Técnica Pomodoro, que son alternativas que ayudan a la administración del tiempo.

## Referencias

- Calvet, M. L. M., Acosta, A. G. D., Díaz, L. H. R., Chocano, A. S. D., Iparraguirre, C. A. A., Villalba, O. R., Baca, D., Espinoza, J. U., Fernández, E., & Limache, J. Y. (2017). Procrastinación y adicción a redes sociales en estudiantes universitarios de pre y post grado de Lima. *Horizonte de la Ciencia*, 7(13). <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2017.13.355>
- Clariana, M. (2009). *Procrastinació acadèmica*. Barcelona: Servei de publicacions de la Universitat Autònoma de Barcelona.
- Guzmán, D. (2013). *Procrastinación una mirada clínica*. Extraído de <https://www.isep.es/wpcontent/uploads/2014/07/procrastinacion.pdf>
- Johansson, F., Rozental, A., & Edlund, K. (2023, 4 enero). Associations between procrastination and subsequent health outcomes among university students in Sweden. *JAMA Network*. <https://jamanetwork.com/journals/jamanetworkopen/fullarticle/2800006?resultClick=3>
- Procrastinar - Concepto, causas, ejemplos y cómo evitarlo. (s. f.-b). <https://definicion.edu.lat/concepto/procrastinar.html>
- Randel, D. M. (1999). *Diccionario Harvard de música*. Alianza.
- Schouwenburg, H. C. (2004). Procrastination in academic settings: General introduction. En H. C. Schouwenburg, C. H. Lay, T. A. Pychyl, & J. R. Ferrari (Eds.), *Counseling the procrastinator in academic settings* (pp. 3-17). Washington: American Psychological Association.
- Sojo, F. P. (2024b, octubre 24). *Arte - Concepto, origen, características y disciplinas*. Concepto. <https://concepto.de/arte/>
- Suárez, F. J. G. (2024, 27 mayo). ¿Por qué procrastinamos? Las 9 principales causas. *Mundopsicologos*. <https://www.mundopsicologos.com/articulos/la-procrastinacion-causas-consecuencias-y-estrategias-para-superarla>
- Steel, P., & König, C. J. (2006). Integrating theories of motivation. *Academy of Management Review*, 31, 889-913.
- Veschi, B. (2018, noviembre). *Arte. Origen de la Palabra*. <https://etimologia.com/arte/#:~:text=Tiene%20origen%20en%20el%20lat%C3%ADn%20en%20las%20formas,como%20tal%20se%20opone%20a%20las%20facultades%20otorgadas>



**Martha Paola  
Garay Mendoza**

Pianista, concertista y profesora de tiempo en la Facultad de Música de la U.A.N.L. Con Maestría en Educación en EDEC de Monterrey, y miembro del Comité organizador del Concurso Jóvenes Virtuosos de la Facultad de Música llevado a cabo cada año; en algunas otras ocasiones en el Festival internacional y Masterclass de Piano a cargo de la directora general Antonina Dragan. Imparte las cátedras de Piano a nivel Técnico y Licenciatura: Música de Cámara, Acompañamiento Artístico y Coordinadora del Área de Pianistas Acompañantes. También pertenece al Cuerpo Académico de Educación para la Música. Acreditada del perfil deseable de PRO- DEP Programa para el Desarrollo Profesional Docente, desde 2018. El 31 de enero de 2019 publicó su primer libro "Estrategias de enseñanza pianística musical para el desarrollo de habilidades cognitivas", con la Editorial T&R. El 28 de diciembre de 2020 publicó su segundo libro "El lado oscuro de una Pianista con la Editorial T&R.