



Artículos científicos

Percepción de la adicción al celular en jóvenes de educación media superior

Perception of cell phone addiction in high school students

Leticia Sesento García

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

leticia.sesento@umich.mx

<https://orcid.org/0000-0002-6456-058X>

Resumen

En nuestros días el teléfono celular es una parte indispensable para la comunicación y recreación. En los jóvenes es más notorio su uso de manera prolongada para diversas actividades. Debido a ello, se decidió investigar a jóvenes del Colegio Primitivo y Nacional de San Nicolás de Hidalgo, para conocer su percepción sobre la adicción al celular que pudieran presentar. Los participantes fueron 91 alumnos de nivel Medio Superior, a los cuales, se les aplicó la versión abreviada del test (SAS-SV), diseñada por Kwon, Kim, Cho, y Yang, el cual consta de preguntas en formato de Likert. (2013). Al analizar los resultados se aprecia que el uso excesivo del teléfono ocasiona que los jóvenes pierdan tareas o actividades ya planificadas. Referente a si su uso afecta su concentración, se considera que sí suele ser una de las consecuencias de su uso. Los jóvenes perciben que el uso excesivo del celular no ha afectado su cuerpo (cuello, muñecas, etc.), sin embargo, pese a que no consideran tener una adicción estar con su teléfono, indican estar pendiente de él constantemente para estar al día con conversaciones en redes sociales y pasar largos periodos de tiempo en el celular es visto como algo común. Analizando estos datos se puede determinar que los jóvenes encuestados se encuentran en la fase de uso problemático o abuso propuesta por Choliz y Villanueva (2011), la cual, indica que el uso excesivo comienza a generar complicaciones en el contexto del individuo, el individuo suele ver normal ese comportamiento. Se espera seguir analizando esta temática a mayor profundidad, aumentando la muestra de estudio, analizando diferencias por género y sobre todo, enfocarse en los efectos tanto positivos o negativos que ellos perciben que tienen por el uso de los teléfonos móviles.

Palabras Clave: adicción, celular, jóvenes.

Abstract

Nowadays, cell phones are an indispensable tool for communication and recreation. Prolonged use of cell phones for various activities is especially common among young people. Therefore, a study was conducted among young people from the Colegio Primitivo y Nacional de San Nicolás de Hidalgo to understand their perceptions of cell phone addiction. The participants were 91 high school students, who were administered the abbreviated version of the test (SAS-SV) designed by Kwon, Kim, Cho, and Yang (2013), which consists of Likert-style questions. An analysis of the results shows that excessive cell phone use causes young people to miss planned assignments or activities. Regarding whether cell phone use affects their concentration, it is considered that it is often one of the consequences of cell phone use. Young people perceive that excessive cell phone use has not affected their body (neck, wrists, etc.), however, although they do not consider themselves addicted to their phones, they indicate that they are constantly checking their phones to keep up with conversations on social networks and spending long periods of time on their phones is seen as common. Analyzing these data, it can be determined that the young people surveyed are in the phase of problematic use or abuse proposed by Cholíiz and Villanueva (2011), which indicates that excessive use begins to generate complications in the context of the individual, the individual usually sees this behavior as normal. It is hoped to continue analyzing this topic in greater depth, increasing the study sample, analyzing differences by gender and, above all, focusing on the positive or negative effects that they perceive they have due to the use of mobile phones.

Keywords: addiction, cell phone, youth.

Fecha Recepción: Enero 2025
2025

Fecha Aceptación: Mayo

Introducción

Uno de los fenómenos actuales es el uso del celular; prácticamente todos poseen un equipo de este tipo, desde niños, adolescentes, jóvenes y adultos. El fenómeno es mundial ya que se ha vuelto un elemento imprescindible en la vida de cada uno. Sin embargo, lo que se inició como una gran posibilidad que tenía la humanidad de comunicarse, pronto se convirtió en un evento que ha llegado a preocupar. El uso del celular se ha convertido en una verdadera adicción difícil de erradicar. De ahí la necesidad de analizar este fenómeno, ya que ha impactado la manera en que los seres humanos nos relacionamos con los demás.

Obviamente que el impacto de este dispositivo no solo es en los jóvenes, como así ocurrió en el inicio, sino que indistintamente de la edad y de la posición económica, prácticamente todos tienen un aparato en su poder. La atención que el sujeto tiene para con este aparato es motivo de atención y de estudio. Las relaciones interpersonales, la relación directa con los demás se ha cambiado por la relación a través del celular. El sujeto quizá sienta más cómodo expresar sus emociones mediante un mensaje de texto que hacerlo de manera directa.

En nuestros días, adquirir un teléfono celular o “móvil”, es indispensable para mantener una comunicación con la sociedad en general. Sin embargo, debido a las múltiples funciones y accesos a plataformas digitales, se puede llegar a desarrollar una adicción a él. Existen diversos avances en investigaciones sobre adicción al teléfono móvil, por ejemplo, Mante y Piris (2002) exponen que el celular ha favorecido a los adolescentes en el sentido de formar parte de varios grupos sociales en los que crean un lenguaje único y especial de quien forma parte de ese círculo de personas. Es por ello que analizar estas temáticas actuales es importante, debido a las repercusiones que tiene en los jóvenes y en los ambientes que le rodean, incluyendo lo educativo. Justamente para analizar este fenómeno se realizó la presente investigación con jóvenes de Bachillerato, quienes están más involucrados con este dispositivo.

El teléfono móvil ha jugado un papel fundamental en la formación de una identidad social competente entre los adolescentes, ya que les permite integrarse en diferentes grupos sociales. Este fenómeno se ve favorecido por el desarrollo de un lenguaje único y característico entre los miembros de dichos grupos, como lo demuestran investigaciones previas (Mante & Piris, 2002; y Protégeles, 2020). La identidad del adolescente se forma buscando pares en los que se identifique o con quien va a crear nuevas identificaciones. En el Internet se puede encontrar una enorme cantidad de grupos a los cuales se puede participar y formar parte de los mismos. La búsqueda de la identidad puede encontrar bastantes respuestas en muchos de esos grupos.

Marco teórico

En la actualidad se han realizado varios estudios, desde diferentes ópticas teóricas, con la finalidad de analizar el impacto que tiene este dispositivo llamado celular en cada uno de los sujetos. Por ejemplo, Muñoz y Santiago (2005) destacaron que, desde el inicio del siglo XXI, los teléfonos móviles habían superado en adquisición a los teléfonos fijos. Además, herramientas como los correos electrónicos y los mensajes de texto se consolidaron como los medios más populares de comunicación social entre los usuarios de dispositivos móviles. La incorporación de funciones como el calendario, la radio, la cámara fotográfica y de video tuvieron un incremento bastante atractivo, consolidándolos como dispositivos multifuncionales. Por lo que existen factores interesantes que son los implicados en hacer de su uso una adicción. El análisis de cada uno de ellos permitirá conocer más de cerca, incluso desde un punto de vista fenomenológico, el uso tan apegado a este dispositivo que ha cambiado las vidas de cada uno de los sujetos. Estos autores hacen un interesante recuento de lo que implica el uso del celular y sus elementos adictivos:

1. Comunicación.

Un uso común es justamente la comunicación con algún amigo, con gente conocida, para llamar a familiares, para enviar mensajes, mediante los cuales se estrechan más lazos sociales y de intimidad con conocidos. Además, se ha acuñado el concepto de competencia subjetiva donde la comunicación que se hace a través del teléfono móvil es mejor en comparación con los contactos cara a cara además que su uso ayuda a reducir sentimientos de soledad, incomunicación y aislamiento.

2. Características físicas del celular

Las compañías de teléfonos celulares están empeñadas por producir equipos celulares cada vez más sofisticados, de tal forma que el usuario tenga más satisfacción cada vez que lo use. El aspecto físico del celular es el primer atractivo para muchos usuarios.

3. Status

El usuario de un teléfono móvil está informado acerca de su estatus social y económico dependiendo del tipo de celular que use. A mejor equipo sentirá que está en un estatus superior a otros, aunque esto no tenga una relación directa.

4. Acceso rápido a otras experiencias

El celular permite que el usuario encuentre con rapidez otro tipo de usos adictivos: apuestas en juegos, la obtención de estímulos sexuales, realizar compras con relativa facilidad, encontrar productos desde su hogar.

5. Obtención demorada de aspectos negativos del uso del celular

Las consecuencias negativas del uso del celular suelen llegar tarde o después de un tiempo más o menos prolongado. Es como las tarjetas de crédito; compra ahora y paga después. El usuario no se percata de manera inmediata de las consecuencias que tiene en su vida personal.

A nivel mundial, se estima que existen más de 6 mil millones de usuarios de teléfonos inteligentes, y se proyecta que esta cifra podría alcanzar los 7.7 mil millones en 2028. Se calcula que aproximadamente el 90% de los adultos a nivel global poseen un teléfono inteligente (Vallejos, 2023). Según un estudio de Tosell (2015), las aplicaciones más empleadas en teléfonos móviles incluyen el correo electrónico, los mensajes de texto, Facebook, internet y videojuegos. Sin embargo, se ha identificado que la adicción no radica en el dispositivo en sí, sino en el contenido al cual permite acceder, como han señalado investigaciones anteriores (Beranuy; 2009), situación que ha favorecido el uso excesivo.

Al hablar de adicción, se hace referencia a la falta de control, sentimiento de impotencia al no tener el objeto en cuestión, al usarlo se producen sentimientos como placer, euforia, y al no tenerlo, genera ansiedad, irritabilidad u hostilidad (Sánchez-Carbonell y otros, 2008). El fenómeno de la adicción es grave, ya que suele resultar casi imposible evitar el uso excesivo de este aparato.

González y otros (2023) hacen un interesante estudio donde analizaron los efectos que tiene el uso del celular en niños. Fue un estudio cuantitativo, donde se encuestaron a 241 familia con hijos entre 3 y 8 años. Lo que se destaca de este estudio es que los padres de familia, principalmente la madre, aseguran que el uso del celular en los niños tiene dos caras; la parte positiva y la parte negativa, si bien ayuda a los niños a mantenerse informados acerca de muchos temas, el problema es la adicción y el uso excesivo que se hace de ellos.

Por su parte Roberts (2014) señala que el móvil no es causa de adicción, sino que existe un problema con su uso impulsivo y abusivo de ciertas aplicaciones, se usa mayormente por

jóvenes que, por adultos, esto, debido a que, el uso del teléfono, puede ser una forma de evadir problemas como: baja autoestima, culpa, inseguridad, aburrimiento, estrés, ansiedad, problemas de pareja, entre otros. Dentro de las afecciones de la adicción al teléfono móvil se encuentran el estrés, ansiedad, trastornos del sueño, y en pocos casos depresión. Choliz y Villanueva (2011) han propuesto clasificar la dependencia en tres niveles:

1. Uso no problemático: éste no genera consecuencias adversas, ya que no hay efectos negativos por el uso de los teléfonos móviles.
2. Uso problemático o abuso: el uso excesivo comienza a generar complicaciones en el contexto del individuo, suele ver normal ese comportamiento.
3. Uso patológico o dependiente: aquí, el usuario sufre afectaciones serias en toda actividad que lleva a cabo en los diferentes contextos en los que se desarrolla.

De acuerdo con Roberts (2014), el uso del teléfono móvil puede actuar como un mecanismo de evasión frente a situaciones como dificultades de pareja, ansiedad, estrés, aburrimiento, incertidumbre, culpa o baja autoestima. Este fenómeno ha sido respaldado por estudios previos. La evasión de la realidad adquiere dimensiones especiales cuando ésta se hace mediante el uso del celular. Incluso la realidad del sujeto llega a ser aquello que puede ver en su dispositivo móvil.

En Corea del Sur, Cha y Seo (2018) identificaron que las características demográficas de la población no están directamente relacionadas con la adicción al móvil. Sin embargo, su uso frecuente para acceder a redes sociales y jugar en línea tiene como objetivo reducir el estrés y mantener la comunicación; aunque, un uso excesivo puede resultar en aislamiento social y una disminución de las interacciones cara a cara.

La salud mental es una situación de bienestar en la que el individuo se encuentra en equilibrio a nivel emocional, conductual, cognitivo y esforzándose con la finalidad de favorecer y desenvolver otras destrezas, que le permitirán conducirse de forma inmejorable frente a escenarios poco favorables que se logren mostrar en lo cotidiano y de la misma forma favorecer y colaborar con la sociedad (Organización Mundial de la Salud, 2021). Concurren distintas áreas de la salud mental que consiguen advertirse afectadas, manifestando como primordiales algunos síntomas: ansiedad, somáticos, depresión y disfunción social (Galindo, 2017), las cuales son modificaciones comprobadas (citado en Muñoz Vicuña, et al, 2025).

Rodrigo y otros (2019) dan a conocer un estudio llevado a cabo por el instituto YouGov en Inglaterra donde se buscó estimar la ansiedad que sufren los usuarios de los teléfonos móviles, llegando a la conclusión de que 53% de ellos tienden a sentir ansiedad cuando pierden su celular, cuando se les agota la batería o no tienen el crédito suficiente, o bien no tienen cobertura de la red. Respecto de las razones para que la ansiedad se manifestase afirmaron que se debía a que sin el celular se sentían prácticamente aislados, solos. De ahí surge el concepto de nomofobia, es decir, un miedo irracional a salir de la casa sin el celular. Los autores incluso llegan a explicitar que en la actualidad muchos de los

accidentes automovilísticos ya no son causados por dormir o por el consumo de alcohol, sino por el uso de los celulares mientras se conduce.

Por otra parte, El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2022) identifica que en México el 90% de adolescentes de 12 a 17 años usan internet y que su incremento en cuanto al tiempo de uso aumentó a 2 horas 40 minutos en 3 años, señalando que para el 2021 llegó a seis horas. En Brasil, Cruz y otros investigadores (2018) llegaron a identificar que efectivamente existe adicción a internet en adolescentes de establecimientos educativos privados y públicos, con una prevalencia del 24%. En esa misma realidad, Estrada et al. (2021) identificaron que adolescentes peruanos en un 58,8% presentan adicción a internet (Muñoz Vicuña et al, 2025 pág. 15). El uso del celular en tiempos prolongados, evidentemente que tiene consecuencias en cada persona, se obliga a que la atención se mantenga.

Por otra parte, se menciona que la Asociación Mexicana de Internet (AMIPCI, 2016) identificó que los adolescentes de entre 13 a 18 años en un 19% son quienes más uso de internet hacen, en cambio, se señala que los adolescentes de 17 a 19 años son quienes presentan mayor prevalencia de adicción a internet (44,9%) en comparación con los 14 a 16 años (32,1%). Se establecen que casi prácticamente el 70% de adolescentes se conectan más de seis horas por semana (García Santillán, 2020, pág. 19).

El nivel de adicción al celular está relacionado con una dependencia hacia el dispositivo, lo que conlleva pérdida de la noción del tiempo, abandono de actividades cotidianas y emociones negativas, como tristeza profunda o ira ante la falta de acceso. Por otra parte, estudios recientes (Cali; 2025) ha resaltado que las aplicaciones de los Smartphone pueden generar implicaciones de género en los patrones de uso y sus consecuencias. Entre los adolescentes, el uso del móvil se caracteriza por comportamientos distraídos y expresivos, como el acceso a redes sociales, la navegación por internet y la reproducción de música. Estos dispositivos se convierten en herramientas de evasión, entretenimiento y gestión emocional ante el enojo o la angustia. Además, esta problemática impacta en los entornos escolares al dificultar la concentración de los estudiantes, además que los adolescentes tienen un mayor riesgo de desarrollar adicción a los teléfonos inteligentes.

El uso intensivo del teléfono móvil se ha asociado con hábitos como el consumo excesivo de tabaco y alcohol, bajo rendimiento escolar y depresión. Asimismo, se ha señalado que este uso puede provocar desvelo y angustia (Jenaro et al., 2007, como se cita en Carbonell et al., 2012). Según Carbonell et al. (2012), aunque el uso de chats como Messenger puede desgastar el tiempo, también permite establecer y mantener relaciones sociales con conocidos, desarrollando redes de apoyo. Los adolescentes a menudo emplean el móvil para expresar cambios emocionales, mientras que los adultos lo usan para gestionar citas y compromisos, creando una utilidad adaptada a las etapas de desarrollo.

Según estos autores, internet presenta tres funciones principales: búsqueda de información (relacionada con el trabajo, la formación o el ocio), acceso a noticias (redes sociales, correo electrónico, etc.) y variación de identidad (mediante juegos en línea y chats). Estas actividades, si no se controlan, pueden derivar en adicción, al igual que ocurre con el uso del móvil. Durante la adolescencia, una etapa marcada por la búsqueda de identidad y

sentido de pertenencia, internet funge como mediador clave. Las redes sociales, accesibles desde el móvil o el ordenador, se han convertido en el principal medio de comunicación para citas con amigos y la expresión rápida de emociones.

Desde una perspectiva neurobiológica, la adicción puede explicarse por la segregación de dopamina (hormona de la motivación y felicidad) y endorfina (hormona del placer) durante el uso de dispositivos tecnológicos, como los Smartphone. Este proceso es similar al que ocurre con el consumo de alimentos procesados y muy condimentados, los cuales estimulan la secreción de dopamina a niveles que superan la tolerancia del cerebro. En respuesta, se reducen los receptores de dopamina, incrementando la necesidad de estímulos mayores para alcanzar la misma satisfacción. Este ciclo, de repetirse, convierte el deseo en necesidad, desplazando otros intereses y necesidades reales, lo que caracteriza el proceso adictivo (Gimeno, Martín et al., 2018, como se cita en Chang-Laura et al., 2022).

Finalmente, desde el ámbito de la salud, se resalta que el uso ineludible y frecuente de los Smartphone y TIC puede llevar a la pérdida de control sobre su consumo, resultando en graves consecuencias para la salud mental, física, las relaciones sociales, familiares y escolares. Tabares y otros investigadores (2022) resaltaron en un estudio que durante el confinamiento por el COVID-19 el comportamiento alimentario se vio alterado debido a que las personas utilizaron aplicaciones móviles para la selección y solicitud de alimentos a domicilio, sobre la búsqueda de información sobre nutrientes que aportaran a la prevención de la enfermedad, búsqueda de videos tutoriales de recetas o incluso realización de actividades como responder mensajes en el celular mientras consumían alimentos. Obviamente que estas conductas se hicieron aún más adictivas una vez que se superó el problema de salud de la pandemia. Uso del celular y conductas alimentarias están relacionados.

La gran amplitud de aplicaciones de un celular tiende a inducir un sobreuso que implica que las personas lo utilicen incluso durante la alimentación. Lo anterior es importante debido a que la evidencia experimental ha demostrado que factores ambientales no relacionados con los alimentos pueden tener inferencia en las variaciones de la ingesta; los autores señalan que cuando se está ingiriendo alimentos y al mismo tiempo se está usando el teléfono celular, el sujeto tiende a comer de más, a perder la noción de la ingesta de alimentos. Además, dependiendo del tipo de emociones que provoque el celular, así mismo dependiendo del tipo de emoción que despierte en el usuario, ya sea tristeza o alegría, así mismo el consumo de alimentos aumentará sin que el sujeto sea consciente de ello.

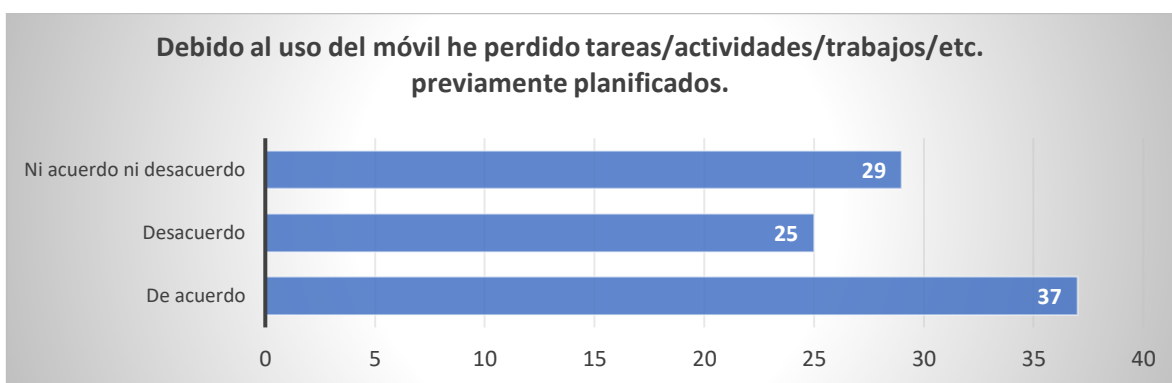
Metodología

Esta es una investigación no experimental, ya que no se manipulan variables independientes. Es de corte transversal, ya que la aplicación del instrumento se lleva a cabo en un solo momento. Los participantes fueron un total de 91 alumnos de nivel medio superior. La muestra fue no probabilística de tipo causal. El instrumento aplicado fue la versión abreviada del test (SAS-SV), diseñada por Kwon, Kim, Cho, y Yang, S. (2013). Este instrumento fue diseñado por sus autores con la finalidad de medir la adicción al celular en jóvenes de Bachillerato. Es un instrumento que mide la adicción sin droga o

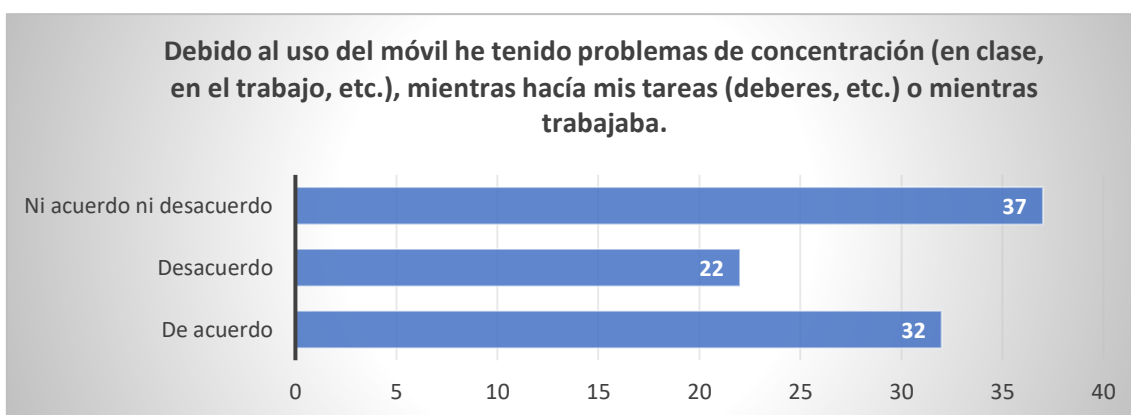
comportamentales, debido a que, por la dinámica de la sociedad actual, cada vez más existen adicciones a cierto tipo de conducta.

La adicción al celular es el grado de dependencia a este dispositivo, es la pérdida de la noción del tiempo que implica el abandono de actividades cotidianas, y que provocan la manifestación de ira, tensión y depresión ante la imposibilidad de acceder al teléfono celular. Esta adicción, como cualquier otra, es realmente complicada de erradicar, debido a que desde pequeños muchos sujetos ya están “enganchados” al celular, forma parte ya de su vida, de su quehacer cotidiano y de la búsqueda de gratificaciones que suplan el abandono del ser.

Resultados

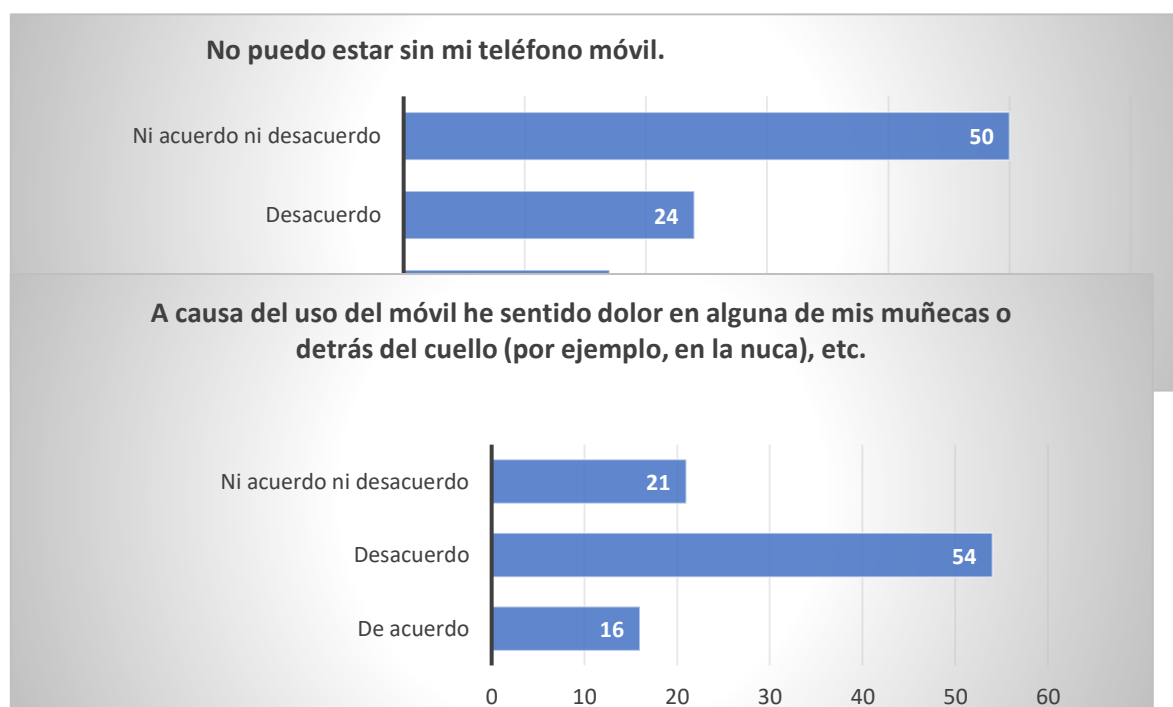


En la gráfica anterior, se permite observar que el uso excesivo del teléfono ocasiona que los jóvenes pierdan tareas o actividades ya planificadas, referente a si su uso afecta su concentración, se considera que sí suele ser una de las consecuencias de su uso. La concentración quizá no se pierda, sino que se difiere a todo lo que se puede mirar en el celular. El problema mayor es que día a día los teléfonos celulares se hacen más adictivos, efectivos y atractivos en todos los sentidos, al grado que muchas personas encuentran muchas más satisfacciones con su celular que con el contacto directo con los demás.

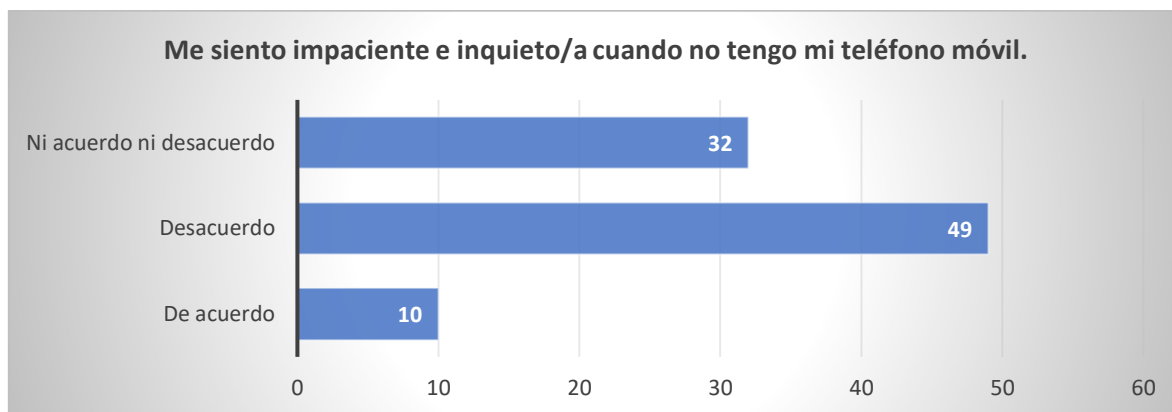


Como podemos observar en los resultados de la gráfica anterior, podemos aseverar que, si bien la mayoría suele opinar que el celular no es un factor de distracción en su trabajo o en sus estudios, el 32% más el 37% suman un total de 68% los que asumen que sí existe un descuido de las actividades normales de trabajo o de clase.

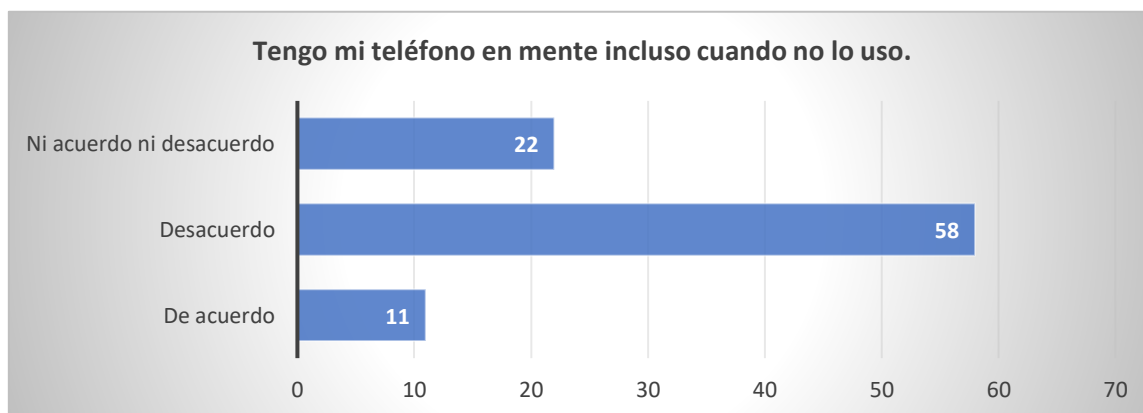
La medicina y la psicología ya ha alertado acerca de las consecuencias en términos de malestares físicos y mentales que puede adquirirse con el uso indiscriminado del celular. Malestares como: dolor de cabeza, malestar físico en el cuello, problemas en la visión, rigidez en la mano, inflamación en los dedos, sensibilidad marcada a la luz, aumento del estrés y en muchas ocasiones insomnio.



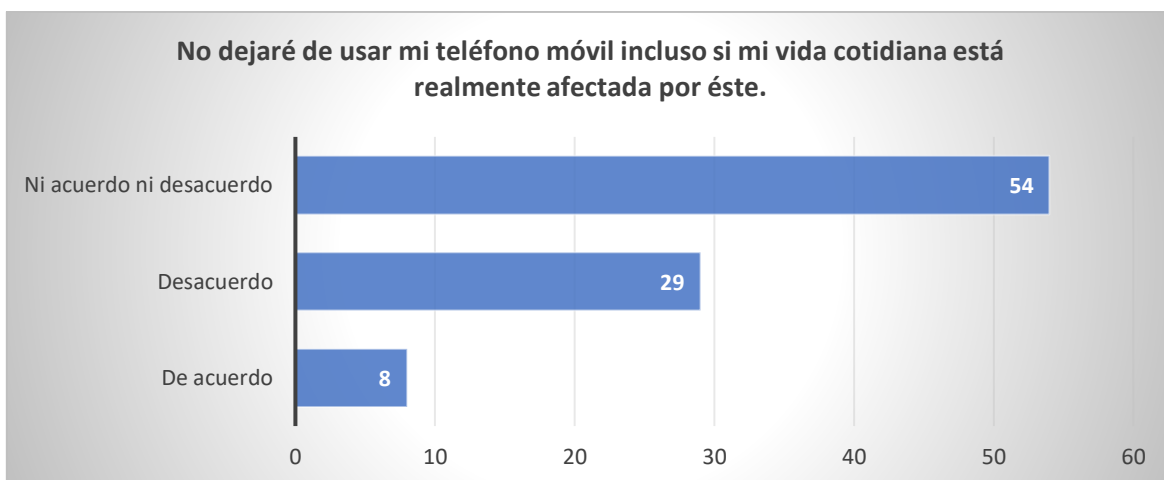
Los resultados a este cuestionamiento que se pueden observar en la gráfica anterior hacen pensar que sí existe ansiedad cuando no se tiene a la mano el celular. El celular forma parte de cada persona. En muchas fábricas e instituciones se ha tenido que prohibir no solo el uso del celular, sino su posesión. Los riesgos en las fábricas y la poca concentración en clase son algunos de los motivos para esta medida. El concepto de nomofobia se ha utilizado para designar al miedo irracional que un sujeto puede experimentar si sale de su casa sin el celular, incluso cuando esto suele ocurrir se hará lo posible por regresar a casa para recuperar el móvil. La adicción al celular no es propia de los jóvenes, sino que es un fenómeno que se ha generalizado en cualquier persona; niños, adolescentes, jóvenes y adultos.



Los datos que se muestran en la presente gráfica señalan que solo unos pocos sienten inquietud cuando no tienen el teléfono. Aun cuando las respuestas van en este sentido, habría que hacer alguna interrogante ya que en la realidad podemos observar otro tipo de comportamiento. De acuerdo a Rodríguez y otros (2019), la adicción y dependencia del celular se debe en mucho a la satisfacción que produce en el sujeto. Otorga autonomía, identidad, prestigio y fomento de todo tipo de relaciones interpersonales virtuales. La adicción a la tecnología es una adicción no química sino comportamental.

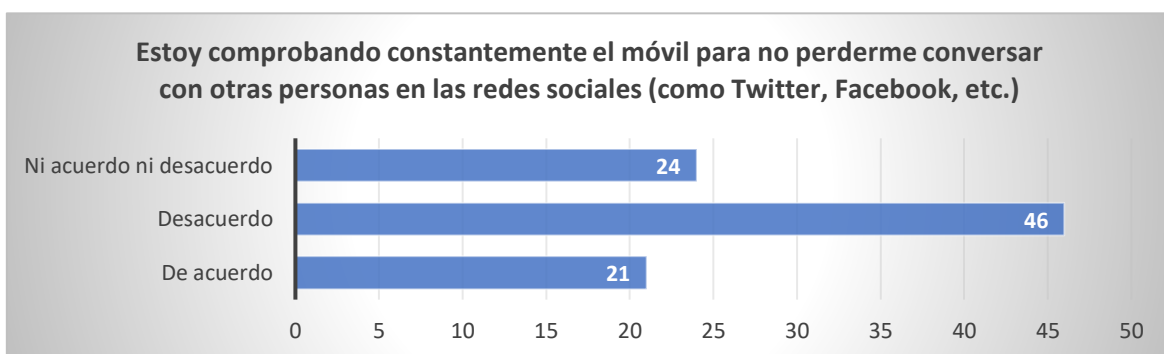


Las respuestas de esta gráfica son similares a la anterior, donde los jóvenes aseguran que cuando no tienen el celular lo olvidan prácticamente. Desde luego que habrá que tener reservas de las respuestas que se explicitan. Desde luego que habrá que hacer triangulación de respuestas con otros instrumentos más. Sin embargo, habrá que otorgar cierta credibilidad a muchas de las respuestas indicadas en el cuestionario que se les aplicó.



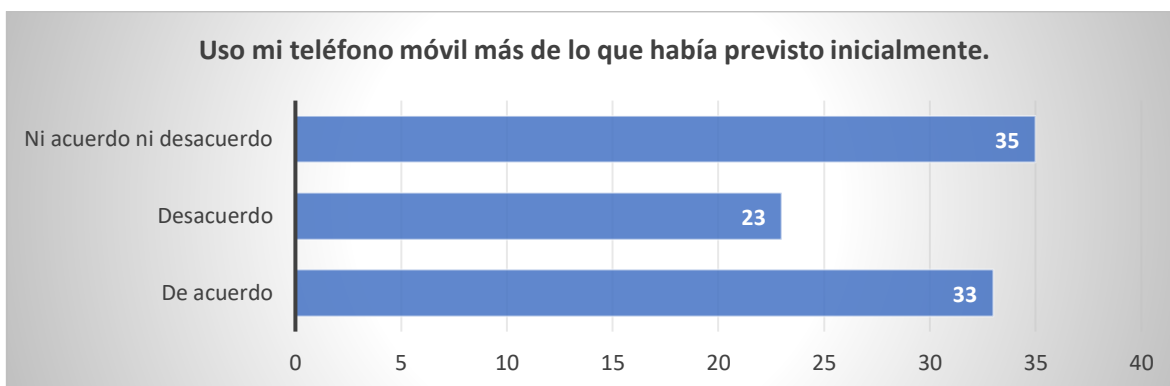
De acuerdo a los datos de la gráfica anterior, podemos constatar que únicamente el 8% está de acuerdo en que no dejarían de usar el celular a pesar de constatar que su uso afecta el devenir de su vida. Sin embargo, autores como Silva y Germán (2017) afirman que, en el campo de la educación escolarizada, existe polémica en torno al uso de este dispositivo en el aula.

Para algunos es imprescindible ya que facilita los procesos de adquisición de conocimientos, pero para otros desestiman el uso de la tecnología en el aula por considerarla contraproducente para el comportamiento de los jóvenes, pues consideran que el celular cumple funciones de escape, disminución de la angustia, compensación emocional, de compañía y de reafirmación individual, estos factores que pueden ocasionar déficit de atención. Si un estudiante está más concentrado en los mensajes de texto, será incapaz de adquirir debidamente la información que está siendo enseñada por el docente en el momento de la clase. La distracción del celular es bastante considerable. Sin embargo, las opiniones de los jóvenes de bachillerato que fueron encuestados son en el sentido de que no están seguros si dejarían el celular aun cuando son conscientes de que éste les podría afectar en su vida cotidiana. Lo que significa que hace falta más estudios específicos para determinar el real impacto que tienen estos dispositivos en la vida de los jóvenes que asisten a un bachillerato.



Una de las funciones señaladas del celular es la posibilidad de interactuar constantemente con una enorme cantidad de personas, tantas como el usuario pueda hacerlo. Las redes sociales son el escaparate sobre el cual los jóvenes interactúan en todo momento. García y Escalera (2020) sostienen que de acuerdo a estudios que se han hecho en diferentes partes del mundo, son mayormente las mujeres quienes usan más el celular para expresar sus emociones. Sin embargo, en las respuestas de la gráfica anterior se puede observar que los jóvenes no están al pendiente del celular en términos de no perderse alguna conversación con alguien. Únicamente en 21% acepta que efectivamente están verificando en su celular el seguimiento de conversaciones con otras personas. Desde luego que llama la atención el 24% quienes señalan no estar en acuerdo, pero tampoco en desacuerdo.

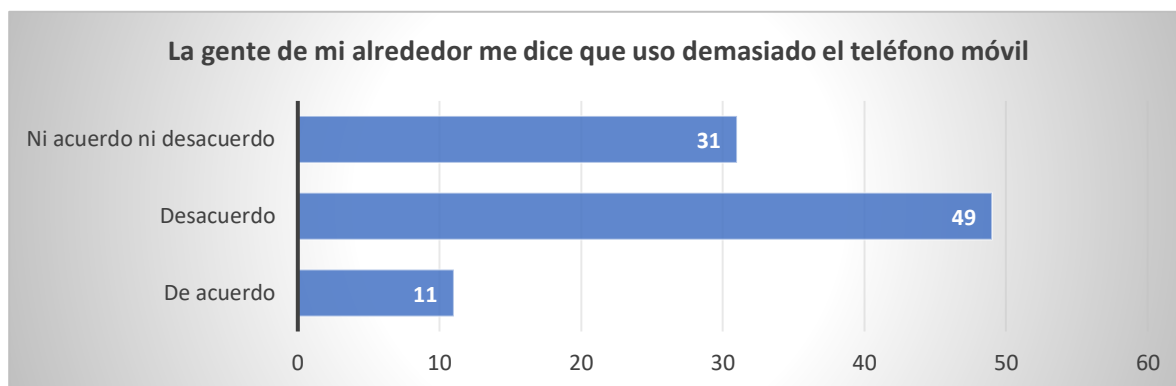
Los resultados obtenidos en el estudio que hicieron García y Escalera (2020) en la Universidad “Cristóbal Colón” de la ciudad de Veracruz, son parecidos a los que se obtuvieron en la encuesta aplicada a estudiantes de bachillerato de la Universidad Michoacana, sin embargo, llama la atención, como se puede ver en esta gráfica, el alto porcentaje en cuanto a “ni en acuerdo ni en desacuerdo”. Este dato es el que llama la atención ya que obtiene en varias gráficas altos porcentajes de respuestas. De ahí la necesidad de realizar nuevas investigaciones más cualitativas que den cuenta de lo que piensan y sienten los jóvenes con respecto al uso y abuso del celular. Los datos que se han obtenido son un nuevo comienzo de nuevas investigaciones a hipótesis que generen conocimientos novedosos.



La aseveración anterior tiene la finalidad de analizar la impulsividad en el uso del celular; por un lado, la razón señala que el uso del mismo debe ser racional, pero el impulso a verlo, a abrir algunas de las aplicaciones como Facebook o WhatsApp suele ser más fuerte. El uso racional del celular es una acción que debe realizarse para estar en mejores condiciones de percibir la realidad, de mirar a los demás, de establecer relaciones interpersonales directas y afectivas. Sin embargo, muchas veces se sale del control el tiempo y la atención dedicados a mirar información que ofrece el celular. Por eso estos datos de la lámina anterior son significativos en este estudio con estudiantes de bachillerato.

El uso excesivo de los teléfonos celulares predispone a un comportamiento no verbal, limitando la interacción directa con los demás y el contacto con el entorno que nos rodea. Por ello, las personas que utilizan demasiado el celular, presentan adicción a estos y con síntomas de algunas patologías como depresión, ansiedad, falta de atención y agresividad.

Quizá el problema es que tanto el tiempo como el uso que se hace de este dispositivo se califica como normal, donde el adolescente, en este caso del estudio, no se percató que ya está en una situación de riesgo en cuanto a su salud física y psicológica. De ahí que en la presente gráfica podamos apreciar que un 33% señala que efectivamente usan el celular más allá de lo que habían previsto. Así también se puede observar cómo el 35% de las respuestas están en un “ni acuerdo ni desacuerdo”, lo que implica poner dudas al respecto. Justamente este dato llama la atención.



De acuerdo con los datos anteriores, consideran pasar en el teléfono un tiempo considerable, sin embargo, que no han llegado a decirles que lo usan en exceso, es decir, perciben que pasar largos periodos de tiempo en el celular algo común. Solemos escuchar a padres de familia señalando que los jóvenes en su familia hacen un uso indiscriminado del celular. Incluso los problemas familiares tienen mucha relación con el uso de este dispositivo. El desarrollo de los teléfonos celulares como una posibilidad de obtener información, ha sido superado por otras aplicaciones; permiten el acceso a Internet, cada vez más jóvenes hacen uso de dichos beneficios adecuándolos a sus intereses particulares, constituyendo así una gran demanda de los mismos.

Sin embargo, existen personas que adoptan conductas negativas trastocando su visión de la realidad vinculada al empleo de los teléfonos celulares. En Australia se introdujo por primera vez el concepto de *phubbing* señalando la conducta que consiste en ignorar a la otra persona durante una conversación por utilizar el celular, dañando considerablemente la comunicación interpersonal. Este fenómeno resulta más que evidente en la cotidianidad; las reuniones de amigos, las parejas en el café o en un parque son trastocadas por el uso del celular. Se puede observar cómo cada uno de los miembros de un grupo interactúan poco y centran demasiado su atención en su móvil. Incluso el tipo de comunicación que se da entre ellos es a partir de lo que alguno comenta que vio en su equipo. De ahí el señalamiento paterno a los adolescentes para racionalizar más el uso del celular.

Conclusiones

Los resultados muestran que los jóvenes perciben que el uso del teléfono móvil es indispensable en su día a día, sin embargo, aún no observan rasgos que les lleve a considerar tener una adicción severa, analizando los diversos reactivos, se interpreta que los

jóvenes encuestados se encuentran en la fase de uso problemático o abuso propuesta por Cholíiz y Villanueva (2011), la cual indica que el uso excesivo comienza a generar complicaciones en el contexto del individuo, donde éste suele ver normal ese comportamiento. Ya que ellos perciben normal el largo periodo de tiempo que la pasan en redes sociales. Se espera seguir analizando esta temática a mayor profundidad, aumentando la muestra de estudio, analizando diferencias por género y, sobre todo, enfocarse en los efectos tanto positivos o negativos que ellos perciben que tienen por el uso de los teléfonos móviles.

El uso de estos dispositivos ha favorecido significativamente las relaciones humanas y la comunicación social, permitiendo la composición de varios grupos y el espacio de expresiones diferentes. A pesar de su uso excesivo y los mecanismos adictivos, el uso de las tecnologías actuales puede constituirse como un elemento que favorezca las relaciones humanas. Podemos establecer que el uso de este dispositivo tiene dos caras o dos perspectivas desde la que se pudiera analizar; por un lado, la idea de que este aparato es noble, necesario y positivo, ya que se accede a información de manera rápida y eficiente. Por otro lado, muchos de los autores estudiados han señalado profundas preocupaciones en torno a los riesgos de salud física y psicológica en cuanto al uso indiscriminado que se hace del mismo.

Autores como Carr (2014) señalan que la automatización informática facilita nuestras vidas, aligera nuestras faenas, somos capaces de hacer más cosas en mucho menos tiempo, o de hacer cosas que sencillamente no podíamos en épocas pasadas. Pero el uso excesivo de los celulares, computadores y en general de la automatización tiene efectos profundos y muchas veces ocultos. La automatización puede ser perjudicial para nuestro talento y para nuestra vida cotidiana. Puede estrechar nuestra perspectiva y limitar nuestras elecciones, y algo que ya se está viviendo; someternos a la vigilancia y a la manipulación. Como lo señala Juan Villoro (2024), hace algunos años los gobiernos vigilaban a las personas mediante estrategias policiales bastante sofisticadas, en cambio en la actualidad eso ya no es necesario; el sujeto proporciona su vida mediante los datos que inscribe en su aparato celular. La intimidad y la privacidad no se han invadido, es el propio sujeto el que la expone con cierta satisfacción. De ahí la importancia de seguir indagando más en torno a este tema tan actual y tan riesgoso para el futuro de la humanidad.

Referencias

- Beranuy, M., Chamorro, A., Graner, C., & Carbonell, X. (2009). Validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a Internet y el abuso de móvil. *Psicothema*, 21(3), 480–485.
- Cali, M. A. A. (2025). *Adicción a los teléfonos inteligentes entre adolescentes en el sur de Italia y correlación con el bienestar emocional y otros comportamientos de riesgo* [Proyecto de investigación].
- Carr, N. (2014). *Atrapados: Cómo las máquinas se apoderan de nuestras vidas*. Turoloero.
- Cholíiz, M., & Villanueva, V. (2011). Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 36(2), 165–184.

- García Santillán, A., & Escalera Chávez, M. E. (2020). Adicción hacia el teléfono móvil en estudiantes de nivel medio superior: ¿Cómo es el comportamiento por género? *Acta de Investigación Psicológica*, 10(3), 54–65.
- González Sanmamed, M., Losada Puente, L., Rebollo Quintela, N., & Rodríguez Machado, E. (2023). Uso de los dispositivos móviles en la infancia: Oportunidades y peligros. *Educación, Ciencia y Psicología*. Universidad de A Coruña.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Mantè, E., & Piris, J. (2002). El uso de la mensajería móvil por los jóvenes en Holanda. *Estudios de Juventud*, 57(2), 47–58.
- Muñoz Rivas, M., & Santiago, A. (2005). La adicción al teléfono móvil. *Psicología Conductual*, 13(3), 481–493.
- Muñoz Vicuña, E. J., & Cevallos Ramos, J. N. (2025). *Adicción a internet y salud mental en los adolescentes* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo]. Riobamba.
- Pastor, Y., García Jiménez, A., & López, M. C. (2022). Estrategias de regulación de uso del smartphone y uso problemático de internet en la adolescencia. *Anales de Psicología*, 38(2), 163–173. <https://doi.org/10.6018/analesps.466431>
- Roberts, J., Yaya, L., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 254–265. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.015>
- Rodrigo Ceberio, M., Días Videla, M., Agostineli, J., & Daverio, R. (2019). *Adicción y uso del teléfono celular*. Escuela Sistémica Argentina.
- Sánchez-Carbonell, X., Beranuy, M., Castellana, M., Chamarro, A., & Oberst, U. (2008). La adicción a Internet y al móvil: ¿Moda o trastorno? *Adicciones*, 20(2), 149–160. <https://doi.org/10.20882/adicciones.287>
- Silva Calpa, A. C., & Martínez Delgado, D. G. (2017). *Influencia del smartphone en los procesos de aprendizaje y enseñanza*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Pasto, Colombia.
- Tabares, M., Landa, E. L., Aguilera Cervantes, V. G., López Espinoza, A., Vélez Álvarez, C., & Granada Aguirre, E. (2022). Uso del teléfono celular y relación con conducta alimentaria durante la pandemia por COVID-19. *Universidad de Guadalajara y Universidad de Caldas*.
- Vallejos Flores, M., Talledo Sánchez, K., Carlos-Ventura, D., Sulcahuamán Amésquita, J. J., Caycho-Caja, A., & Vigo-Carbajal, A. (2023). Adicción a teléfonos inteligentes y satisfacción con la vida: Efecto mediador de las emociones negativas. *Interacciones*, 9, e357. <https://doi.org/10.24016/2023.v9.357>
- Villoro, J. (2024). *No soy un robot: La lectura y la sociedad digital* (2ª ed.). Anagrama.

