



# UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO DE PUNO

## FACULTAD DE ENFERMERÍA

### ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



**DEPENDENCIA AL CELULAR EN LOS ESTUDIANTES DE  
QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA  
SECUNDARIA CÉSAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**Bach. MARITZA LOZANO QUISPE**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**PUNO – PERÚ**

**2020**



## DEDICATORIA

*A Dios, nuestro creador todopoderoso por darme la fortaleza para superar adversidades, quien guía mis pasos e ilumina en cada momento de mi vida y convertir en realidad este maravilloso sueño, ser profesional.*

*A mi Padre Modesto, a mi Madre Sabina por su constante apoyo económico y moral, por su sacrificio, dedicación, por ser ejemplo de perseverancia y constancia y ser una inspiración constante para salir adelante.*

*A mis hermanos por sus consejos y apoyo moral, por su sacrificio y dedicación por ser parte de mi existencia y ser fuente de mi inspiración para seguir adelante.*

**Maritza**



## AGRADECIMIENTOS

- ❖ *Mi más sincero agradecimiento a la Universidad Nacional del Altiplano-Puno por ser nuestro segundo hogar, por brindarme todas las herramientas para culminar esta etapa de nuestras vidas.*
- ❖ *A la facultad de enfermería, por haberme brindado los conocimientos teórico y práctico para desempeñarme como futura profesional de enfermería.*
- ❖ *A mi directora y asesora M.Sc. Julia Belizario Gutierrez, por su buena disposición y constante orientación en la realización del presente trabajo de investigación.*
- ❖ *A los miembros del jurado: Mg. Luz Marina Caballero Apaza, Mg Huguette Fortunata Dueñas Zuñiga, Mg. Julio Cesar Ramos Vilca, por el tiempo y orientaciones que permitieron la culminación del trabajo de investigación.*
- ❖ *Al personal director, docente y administrativo de la Institución Educativa Secundaria “Cesar vallejo Huancané. Por haberme brindado la confianza y facilidades durante la ejecución de la presente investigación.*
- ❖ *Y a todas aquellas personas que, de una u otra forma, colaboraron o participaron en la realización de esta investigación, hago extensivo mi más sincero agradecimiento.*

**Maritza**



## ÍNDICE GENERAL

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

ÍNDICE DE TABLAS

ÍNDICE DE FIGURAS

ACRÓNIMOS

RESUMEN .....	9
ABSTRACT.....	10
CAPITULO I .....	11
INTRODUCCIÓN.....	11
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	11
1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA.....	14
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	14
CAPITULO II.....	15
2.1 MARCO TEÓRICO.....	15
2.2 MARCO CONCEPTUAL.....	31
2.3 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN.....	32
CAPITULO III.....	35
3.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.....	35
3.2 UBICACIÓN DE LA INVESTIGACION.....	35
3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA.....	36
3.4 VARIABLE Y SU OPERALIZACION .....	38
3.5 TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	39
3.6 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	41
3.7 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS .....	42
CAPITULO IV .....	43



4.1	RESULTADOS.....	43
4.2	DISCUSIÓN .....	47
	CONCLUSIONES .....	53
	RECOMENDACIONES.....	54
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	55
	ANEXOS .....	62

**Área:** Salud del escolar y adolescente.

**Tema:** dependencia al celular

**FECHA DE SUSTENTACIÓN:** 10 de septiembre del 2020



## ÍNDICE DE TABLAS

<b>TABLA 01.</b>	Nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019 .....	43
<b>TABLA 02.</b>	Dependencia al celular según sexo en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019.....	44
<b>TABLA 03.</b>	Dependencia al celular por sección en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019.....	45
<b>TABLA 04.</b>	Dependencia según dimensiones en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019.....	46



## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>FIGURA 01.</b> Nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019 .....	73
<b>FIGURA 02.</b> Dependencia al celular según sexo en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019.....	73
<b>FIGURA 03.</b> Dependencia al celular por sección en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019.....	74
<b>FIGURA 04.</b> Dependencia según dimensiones en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019.....	74



## ACRÓNIMOS

OMS: Organización Mundial de Salud

MINSA: Ministerio de Salud

INEI: Instituto Nacional de Estadística e Informática

RSNA: Sociedad Radiológica de Norteamérica

(CIE): Clasificación Internacional de Enfermedades

(DSM- IIR): Manual de la American Psychiatric Association

TIC: Tecnologías de la información y la comunicación

I.E.S: Institución Educativa Secundaria

TDM: Test de Dependencia al Móvil



## RESUMEN

La presente investigación, se realizó con el objetivo determinar el nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019. El estudio fue de tipo descriptivo, con diseño no experimental de corte transversal. La población estuvo conformada por 82 estudiantes que participan en el estudio; la técnica fue la encuesta, y como instrumento el test de dependencia al móvil (TDM), tomado de Flores C. y Gamero K; debidamente validado y confiabilidad. Los datos obtenidos fueron sometidos a un análisis porcentual haciendo uso de la estadística descriptiva, para ello se elaboró una base de datos y procedimientos estadístico en el programa Excel. Los resultados muestran que el 43.9 % de los estudiantes presentan un nivel de dependencia media, seguido del 32.9% tienen un nivel de dependencia alta y el 23.2% presentan un nivel de dependencia baja; respecto a las dimensiones el 40.2% de los estudiantes presentan abstinencia de nivel media; de igual manera 57.3% en abuso y dificultad en controlar el impulso, 35.4% en los problemas ocasionados por el uso excesivo y 48.8% en el manejo de la tolerancia. En conclusión, los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané, tienen un nivel de dependencia al celular media, seguido del nivel alto.

**Palabras claves:** Dependencia, celular, estudiantes.



## ABSTRACT

This research was carried out with the objective of determining the level of cell phone dependence in fifth grade students of the Cesar Vallejo Secondary Educational Institution, Huancané-2019. The study was descriptive, with a non-experimental cross-sectional design. The population consisted of 82 students participating in the study; The technique was the survey, and as an instrument the mobile dependency test (TDM), taken from Flores C. and Gamero K; duly validated and reliable. The data obtained were subjected to a percentage analysis using descriptive statistics, for which a database and statistical procedures were developed in the Excel program. The results show that 43.9% of the students have a medium level of dependency, followed by 32.9% have a high level of dependency and 23.2% have a low level of dependency; Regarding the dimensions, 40.2% of the students present medium level abstinence; similarly 57.3% in abuse and difficulty in controlling impulse, 35.4% in problems caused by excessive use and 48.8% in tolerance management. In conclusion, fifth grade students from the Cesar Vallejo Huancané Secondary Educational Institution have a medium level of dependence on cell phones, followed by a high level.

Key words: Dependency, cell phone, students.



# CAPITULO I

## INTRODUCCIÓN

### 1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Los adolescentes se han convertido en los principales usuarios de los diferentes servicios que ofrece la telefonía móvil a los que dedican cada vez más tiempo y recursos económicos. Para esta generación, los teléfonos móviles son objetos que siempre han existido, hecho que les convierte en expertos para poder elegir el medio, lugar y el momento en que hace falta utilizar el móvil. (1) En la actualidad, el 84% de los adolescentes duerme con su teléfono celular en la cama. Los adolescentes crecen y cambian de intereses en un abrir y cerrar de ojos. Para muchos jóvenes el uso del teléfono celular se ha convertido en una adicción más, la falta de este puede desencadenar reacciones similares a las producidas por la falta de drogas o alcohol. (2)

En Perú cerca de 29 millones de adolescentes lo que representa cerca de 80% de la población peruana poseen un celular usado principalmente para comunicarse entre ellos seguido del uso de redes sociales. Esta penetración de la telefonía está muy extendida en la capital, además de que cada año va incrementando su expansión de uso en las provincias. En cuanto a la multifuncionalidad del celular, Perú se sitúa por encima de la media, siendo uno de los países con mayor perfil lúdico en el uso del celular entre los adolescentes y se destaca claramente el envío de mensajes a celulares desde la Red móvil, servicio con gran atractivo para casi la mitad de los menores peruanos entre los 10 y 18 años. (3)

Según los datos del Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI) 2018, el 78,3% de la población, utilizó teléfono celular para acceder al internet, lo que significó un incremento de 7,0 puntos porcentuales al compararlo con el primer trimestre del año anterior, en el Informe Técnico Estadísticas de las Tecnologías de Información y Comunicación en los Hogares, elaborado con resultados de la Encuesta Nacional de Hogares. (4)

La adolescencia ha sido definida por la Organización Mundial de la Salud como Período de la vida comprendido entre los 10 y 19 años. (5) Es una etapa del desarrollo biológico, psicológico y social en el que cobra vital importancia la construcción de la identidad, por ende, los adolescentes ven en los celulares un medio para mejorar la socialización y



afianzar su identidad tanto individual como grupal, lo que a su vez demanda el desarrollo de nuevas habilidades. (6)

El MINSA informó que en el 2012 se atendió a 190 adolescentes de 12 a 17 años con problemas de adicción a internet móvil, generando como consecuencia la muerte de 80 jóvenes por agotamiento, después de pasar varias horas jugando en línea sin parar y en el 2013 este número se elevó a 201 casos. (7)

La Sociedad Radiológica de Norteamérica informó que los adolescentes adictos a estas nuevas tecnologías presentan índices significativamente superiores en depresión, ansiedad, insomnio severo e impulsividad que aquellos que realizaban un uso sano y controlado. (8) El uso del celular de manera abusiva o dependiente en los estudiantes escolares es un problema actual y urgente porque cada día aumenta, a pesar que en las instituciones educativas se ha reglado que en horas de clase no debe hacer uso de los celulares. Se aprecia que muchos jóvenes a partir de los 14 años que se ha reportado mayor susceptibilidad para volverse dependiente al uso del celular. (9)

En muchos casos esta adicción o uso compulsivo ha provocado en adolescentes sufrir problemas físicos; alteraciones visuales, dolor espalda, infertilidad y psicológicos como depresión, palpitaciones y sudores cuando olvidan el móvil en casa, su tarjeta de prepago se queda a cero, se quedan sin cobertura o sin batería. (10)

Esta problemática no deja de ser ajena en la población estudiantil de la ciudad de Huancané, también porque existen pocas investigaciones que se han realizado sobre este tema en especial en el área de Enfermería, lo que hace la carencia de este conocimiento. Asimismo, durante las prácticas pre-profesionales al asistir a las Instituciones Educativas a brindar charlas preventivo promocionales, se observa que la mayoría de los estudiantes la gran parte del tiempo mantienen la cabeza inclinada hacia las pantallas del celular, no observan a su alrededor, no escuchan cuando se les habla, ignoran a quienes están en su entorno. Los jóvenes de hoy en día, centran su atención en su celular durante y después de las horas de clases, enviando mensajes de texto a cada instante, o están distraídos con los videojuegos, chats, películas, música que se encuentran en el dispositivo, e incluso sufren caídas y tropiezos. Situación observada específicamente en la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo de Huancané en los alumnos del último año de estudios; lo que hace suponer el acarreo de otros problemas académicos y conductuales por ser una etapa crucial en la etapa escolar de estos, y que además existen indicios del



uso exagerado del celular, tal es así el reporte de los docentes quienes manifiestan que “a pesar de existir prohibiciones al respecto, se hace caso omiso” o “es un tema con el que se lidia diariamente” así como “por estar en el quinto año, los padres los premian con un celular”. Esta observación y las manifestaciones motivó a la realización del presente investigación en los estudiantes de quinto grado, donde la gran mayoría de los adolescentes empiezan a adquirir los celulares de última generación, el cual les da la oportunidad de comunicarse, a través de Facebook, WhatsApp, Twitter, también se suma el uso intensivo del ordenador, aplicaciones y los videojuegos, el uso excesivo de estos celulares origina la dependencia, ya que la mayoría de los jóvenes no están acompañados de sus padres, quienes generalmente están en su trabajo, pasan pocas horas en casa con sus hijos, es por eso que los adolescentes no tienen control necesario y se rigen por ellos mismos.

Finalmente, este estudio será de gran utilidad para la Enfermera responsable del programa salud del escolar y adolescente y su principal función que es proporcionar atención integral a los adolescentes, también a la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané, porque con estos resultados se podrá tomar decisiones y optar planes de intervención con el propósito de sensibilizar el uso adecuado de los celulares, pactar normas de conducta y un horario razonable para su empleo, fomentar el trabajo en grupos y las actividades deportivas, culturales, familiares y sociales, estimular los hábitos de lectura. Asimismo, al concluir esta investigación, esta podrá ser utilizada como fuente de consulta para futuras investigaciones sobre el tema.



## 1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

### 1.2.1 Problema General

¿Cuál es el nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané-2019?

### 1.2.2 problemas específicos

- ¿Cuál es la dependencia al celular según sexo en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané?
- ¿Cuál es la dependencia al celular por sección en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané?
- ¿Cuál es la dependencia al celular según las dimensiones abstinencia, abuso y dificultad para controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané?

## 1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

### 1.3.1 Objetivo general

Determinar el nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019.

### 1.3.2 Objetivos específicos

1. Identificar la dependencia al celular según sexo en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané.
2. Identificar la dependencia al celular por sección en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané.
3. Identificar la dependencia al celular según las dimensiones abstinencia, abuso y dificultad para controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané.



## CAPITULO II

### 2.1 MARCO TEÓRICO

#### 2.1.1 DEPENDENCIA

La Organización Mundial de la Salud define como estado de necesitar o depender de algo o de alguien, ya sea como apoyo, para funcionar o para sobrevivir. En el DSM-III-R, la dependencia se define como un grupo de síntomas cognitivos, fisiológicos y del comportamiento. En el contexto de la CIE-10 (ICD-10), el término dependencia podría referirse en general a cualquiera de los componentes del síndrome. (11)

##### 2.1.1.1 Dependencia al celular

El concepto de la dependencia al celular o también denominada como adicción al teléfono móvil es conocido ampliamente como nomofobia. La nomofobia es miedo irracional o ansiedad intensa de salir del hogar sin el celular, además que se caracteriza por la sensación irracional de quedarse incomunicado, la cual se desencadena cuando se queda sin batería, cobertura o se olvida el celular en casa. (12) La dependencia al celular es la pérdida de la noción del tiempo e implica el abandono de actividades cotidianas, además las personas pueden presentar ira, tensión y/o depresión ante la imposibilidad de acceder al teléfono móvil. (13). Por otro lado, Griffiths señala la existencia de lo que la llama "adicciones tecnológicas", que se definen como adicciones no químicas que involucran la interacción hombre-máquina. Estas pueden ser pasivas como la televisión o activas como los juegos de ordenador o Internet. Esta sería una modalidad de las adicciones psicológicas, que a su vez incluiría a la adicción a Internet. (14) La conducta adictiva es un trastorno de dependencia dentro de una actividad cotidiana, que generalmente es agradable y aceptado en la sociedad, pero que en un definido momento se manifiesta como una obsesión. Ejemplo; son comportamientos adictivos: la necesidad permanente de usar internet, videojuegos, u otros que se encuentra en el celular. El mismo autor menciona que la conducta dependiente se convierte en conducta patológica cuando un individuo pierde el autocontrol, es decir interfiere en todas sus relaciones interpersonales en los ámbitos laborales, académicos entorno que lo rodea. Sin embargo, estas personas suelen mostrar algunos signos que ponen en evidencia una conducta dependiente". (15)



### **2.1.1.2 Clasificación de nivel de dependencia.**

Choliz y Villanueva clasifica el uso del celular orientado a la dependencia en tres categorías en base al grado de cantidad, frecuencia e intensidad, en que la misma interfiere en las relaciones con su entorno familiar, social, laboral de las personas implicadas, esta clasificación lo adapta a partir de Matair y Alda 2008.

- **Dependencia alta o uso patológico**

El uso del celular pasa a ser el eje principal en la vida del sujeto, trayendo consigo consecuencias graves tanto físicos y psicológicos para la persona como para su entorno por el uso excesivo. El celular se convierte en una herramienta imprescindible en su día a día, hasta tal punto de ser incapaz de controlar, interrumpir o detener su uso, muestran un patrón de pérdida de la noción del tiempo, las actividades diarias se van deteriorando, además que puede llegar a experimentar sentimientos de ira, tensión y/o depresión cuando no accede a su celular, todo esto repercute negativamente a nivel social.

- **Dependencia media o uso problemático**

El uso del celular empieza a ser perjudicial para la persona y/o para su entorno. Aparecen las primeras consecuencias negativas relacionadas con el uso inadecuado o excesivo del celular. A pesar de ello, el individuo mantiene una cierta “normalidad” en su día a día.

- **Dependencia baja o uso no problemático**

El uso del celular no produce consecuencias negativas en el individuo ni sobre su entorno. El uso es normal al igual que la dedicación, la cantidad, frecuencia, usos, funciones, etc. son “normales” no presenta problemas familiares, sociales, académicos, laborales, de salud, económicos, ni problemas que atenten contra su integridad personal. (16) (17)

### **2.1.1.3 Dependencia al celular en los adolescentes**

La realidad es que la dependencia a los celulares en los adolescentes existe mucho debido a la gran presión social de la situación que lo rodea, a pesar de la certeza es algo paradójico; el celular aísla al individuo de la gente que lo rodea con el pretexto de acercar a los que tiene lejos o ni conoce en persona. Es por ello que el uso de estos



dispositivos debe cernirse a unas reglas claras, consensuadas y asumidas que se marcarán según la edad del menor y sencillamente siempre que el celular no les separe de la gente que los rodea, porque si no desarrollan las habilidades sociales necesarias para relacionarse entre iguales y de ahí se derivan más problemas. Es importante que los padres sepan efectuar un uso seguro de estos dispositivos, estar al pendiente de las últimas actualizaciones, opciones de seguridad y control que puedan aplicar, herramientas de control parental, bloqueo y ante todo monitorización del uso de los celulares. Cuanto menor es el usuario, mayor supervisión, acompañamiento y concienciación necesitará del uso que hace el adolescente. Además, se recomienda el uso de aplicaciones que filtren accesos a webs y de contenido inconveniente o peligroso principalmente para los más jóvenes. (18) El celular es parte de los jóvenes de hoy en día desde el inicio de la adolescencia lo usan más que nadie y seguramente mejor que nadie. no obstante, también hay casos de mal uso y de uso exorbitante. En estudios hechos en distintos países se ha corroborado igualmente una relación con una mayor irritabilidad, también por una mayor tensión familiar por las discusiones en torno a ese uso de dispositivo, ansiedad, impulsividad y más dificultades para tolerar la frustración, así como desinterés por la interacción social. Cómo supone un sobre estímulo para el cerebro infantil (y se usa desde edades muy tempranas). Por ejemplo, se ha apuntado que un uso abusivo del celular puede ser un factor de riesgo de hiperactividad. Hay casos de adolescentes que pasan horas jugando porque hay juegos y apps más adictivos que otros. Son los que refuerzan esa conducta dependiente, como los juegos que mandan mensajes para que sigas jugando, los que están muy basados en competir online o con uno mismo y las apps basadas en el me gusta. (19)

#### **2.1.1.4 Dependencia al celular según sexo**

El sexo femenino presenta mayores niveles de nomofobia que los varones precisa en su estudio Mathey (20) se podría entender que las causales se deberían al desarrollo cerebral, ya que hay una distinción de la formación cerebral entre hombres y mujeres. Asencio (13) indica que son las mujeres más propensas a desarrollar un patrón de pérdida de la noción del tiempo y sus actividades diarias se van deteriorando, además que puede llegar a experimentar sentimientos de ira, tensión y depresión cuando no acceden a su celular. Las mujeres hacen un uso más interpersonal, como instrumento que favorece la intimidad en las comunicaciones, mostrando preferencia por los mensajes escritos. Los varones, en cambio, son más proclives al uso intensivo del



móvil, tanto para mensajes de texto como conversaciones de voz, y para el uso de aplicaciones lúdicas, si bien las mujeres con baja autoestima parecen representar el grupo más vulnerable. (21) Son muy activas y espontáneas en las redes sociales, opinan sobre productos y participan en concursos. Aunque las diferencias son sutiles, hombres y mujeres no tienen los mismos comportamientos en la red. El 75% de las mujeres encuestadas declaran ser fan o seguir a alguna marca a través de sus redes. Las páginas más seguidas por el público femenino son de entretenimiento, cultura, viajes, turismo, tecnología, deporte y alimentación. Más de la mitad de estas mujeres el 38% asegura que su decisión de compra se ha visto influida por las redes sociales. (22) Aparte del uso excesivo, un mal empleo del móvil, de las redes sociales, también puede comportar otros riesgos. Por ejemplo, Matalí señala, hay adolescentes que cuelgan en Instagram o redes sociales similares contenidos muy sexualizados, lo que puede favorecer que sean víctimas de ciberacoso. (19) Estas diferencias entre sexos se deben tanto a factores biológicos como psicosociales, ya que debemos tener en cuenta las expectativas de rol que aparecen ligadas culturalmente al género. (21)

#### **2.1.1.5 Dependencia al celular según dimensiones**

##### **Dimensión Abstinencia:**

La dimensión abstinencia hace referencia al malestar que produce la privación del celular en los adolescentes, así como la utilización del mismo para resolver problemas afectivos, que pueden tener relación con su abuso o incluso al no ser dependientes del mismo. Es decir, el reforzamiento negativo de la conducta adictiva, que siempre se produce en cualquier dependencia, ya sea ante las drogas o por cualquier otra adicción, la conducta se produce para aliviar el malestar, más que para conseguir placer. (24) Estados emocionales desagradables y/o efectos físicos que ocurren cuando una actividad particular es interrumpida o repentinamente reducida, dicho síndrome se caracteriza por síntomas concretos de desesperación, angustia, ansiedad, nerviosismo, irritabilidad, bajo nivel de atención a otros temas, palpitaciones y sudores cuando olvidan o no tienen a la mano el celular, cuando se quedan sin batería, sin cobertura o cuando se quedan sin saldo para poder efectuar llamadas o mensajes de texto; en conclusión, cuando dejan de utilizarlo, y estas manifestaciones desaparecen cuando se restablece el uso del teléfono móvil. (23)



### **Dimensión abuso y dificultad para controlar el impulso:**

Se caracteriza por la dificultad de controlar el impulso de realizar la conducta adictiva y los problemas que dicha conducta acarrea, pese a lo cual ésta continúa llevándose a cabo. (24) Se refiere a los conflictos que se desarrollan entre el adicto y aquellos que le rodean; conflicto interpersonal, conflictos con otras actividades; trabajo, vida social, intereses, aficiones, o dentro de los propios individuos que están involucrados con la actividad particular; horarios de alimentos, sueño y de necesidades fisiológicas. (23)

### **Dimensión problemas ocasionados por el uso excesivo:**

Evalúa las consecuencias negativas que tiene la utilización excesiva del móvil o su uso inapropiado en la esfera personal gasto excesivo, interferencia con otras actividades importantes, sociales problemas en sus relaciones con los demás o familiar. (24)

### **Dimensión tolerancia:**

Proceso por el cual se requiere incrementar la cantidad de una actividad particular para lograr los mismos efectos porque se necesitan repetir cada vez con más frecuencia las conductas reforzantes; mensajes, uso de redes sociales a fin de obtener la gratificación deseada, presentan un estado de alerta o vigilia permanente y constante ante cualquier señal que provenga de su aparato que provoca la necesidad casi compulsiva e incontrolada de consultar el celular constantemente. (23) Para conseguir la excitación inicial, decaída por el efecto de la tolerancia, se recurre a trucos como aumentar el número de conversaciones abiertas en un chat, el uso es cada vez más a menudo y la necesidad de dicho aumento es para obtener los resultados deseados inicialmente. (24)

#### **2.1.1.6 Señales de alarma**

Young define ocho síntomas de riesgo que muestran dependencia a las Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), que denotan una dependencia a las redes sociales y que pueden ser un reflejo de la conversión de una afición en una adicción son las siguientes.

- a. Privarse de sueño para estar conectado a la red (menos de 5 horas).
- b. Descuidar ámbitos importantes de la vida, como la familia o el estudio.
- c. Recibir quejas por parte del entorno cercano del uso excesivo de internet.
- d. Pensar en estar conectado constantemente.



- e. Intentar reducir el tiempo de conexión a la red sin conseguirlo.
- f. Mentir sobre el tiempo real que se está conectado.
- g. Aislarse socialmente, mostrarse irritado y bajar el rendimiento en sus estudios.
- h. Sentir una euforia y activación anómalas cuando se está delante del ordenador.

(25)

### **2.1.1.7 Consecuencias de la dependencia al celular**

El descubrimiento de todas estas tecnologías (Internet, celular y videojuegos) por los adolescentes y la sociedad en general, ha generado infinidad de transformaciones en los distintos aspectos de la vida de todos. Ha traído grandes beneficios, pero también perjuicios. Las distintas herramientas tecnológicas han pasado a formar parte de nuestra vida, su uso se ha generalizado y normalizado, pero lo cierto es que hay casos en los que aparecen problemas de dependencia manifestados especialmente en el uso excesivo de internet, los móviles y los videojuegos. (26)

#### **a. En la salud física**

##### **Radiación**

La radiación de la telefonía móvil es parte de la radiación de RF y, por lo tanto, puede causar el calentamiento de los tejidos, lo que lleva a un incremento de la temperatura del cuerpo. Esto es conocido como el efecto térmico, normalmente el cuerpo puede regular en forma efectiva su temperatura, pero, si las exposiciones a RF son demasiadas altas, el cuerpo podría ser incapaz de hacer frente es por ello que los límites de posición previenen el incremento de la temperatura del cuerpo por encima de 1° C. Hay discusiones sobre otros efectos diferentes a los efectos térmicos causados por la radiación no ionizante de la telefonía móvil, entre los cuales se encuentran en la pérdida de la memoria, alteración de los tiempos de reacción, cáncer, la hipersensibilidad, pero, a pesar de la gran cantidad de investigación realiza el peso de la evidencia científica no ha establecido evidencia. (27)

##### **Afectaciones crónicas en los ojos**

Los dispositivos electrónicos que se utilizan en distancias cortas emiten una gran cantidad de luz azul y una sobre exposición es nociva para nuestra salud visual: genera fatiga, estrés visual y puede causar la muerte prematura de las células de la retina, afirma Isabel Yuste. Según la especialista, el hecho de estar viendo constantemente



hacia la pantalla de los dispositivos móviles disminuye el número de parpadeos promedio que debe hacer el ojo por minuto para mantenerse humedecido, de ahí que el enrojecimiento ocular sea común entre quienes usan con exceso este tipo de aparatos. Entre las dolencias más complicadas generadas por uso excesivo de dispositivos electrónicos se cuenta el aumento de presión en el ojo debido a su exposición constante a la luz directa de los monitores de los dispositivos que puede conducir al glaucoma ocular, la segunda causa de ceguera en el mundo. Los errores refractivos, la visión borrosa, a su vez, puede ser el origen de constantes dolores de cabeza y con el tiempo pueden causar o agravar enfermedades como la miopía, la hipermetropía y el astigmatismo. (28) El síndrome de ojo seco se refiere a una enfermedad multifactorial, compleja y crónica que afecta a la superficie ocular y que produce molestias, problemas visuales y, en algunos casos, lesiones en la córnea y la conjuntiva; provocada por múltiples factores como, por ejemplo: estar pendientes del celular y no parpadear, o por el simple hecho de ver televisión. Se caracteriza por los siguientes síntomas: aparición de irritación o picazón en el ojo o también llamado prurito, quemazón, sensación de cuerpo extraño o visión borrosa intermitente. Y los signos que lo acompañan, que pueden estar o no presentes, son la disminución del tiempo de ruptura del mecanismo lagrimal. (29)

### **Síndrome de la contractura de cuello**

Se le conoce también como “text neck” es un término acuñado por el Dr. Dean Fishman para describir el dolor del cuello, cabeza y hombros causado por la posición hacia delante y hacia abajo de estas partes de nuestro cuerpo y que ejercen una fuerte presión sobre la columna vertebral, se encuentra asociado en la mayoría de los casos por pasar mucho tiempo revisando en mano el celular o cualquier otro dispositivo.

### **Efectos de la contractura del cuello**

- Fuertes dolores a causa de la tensión muscular prolongada y aparición de hernias de disco o compresión de los nervios de la columna.
- Disfunción respiratoria debido al dolor crónico que los pacientes experimentales alrededor del cuello.
- El peso de la cabeza puede aumentar casi 5 g más por cada centímetro de inclinación hacia delante respecto de la postura recta de nuestro cuerpo.



- La postura de la cabeza hacia delante puede agregar más de 13 kg de "apalancamiento" anormal sobre la línea natural de la columna vertebral, causando la desalineación de la misma.
- Deformación de la curva natural del cuello que puede provocar artritis a una edad temprana.
- Pérdida de la capacidad vital de los pulmones hasta en un 30%. La falta de respiración podría originar alguna enfermedad cardíaca o arterial.
- Todo el sistema digestivo se ve comprometido debido a esta postura incorrecta del cuerpo. El intestino grueso es uno de los principales afectados provocando problemas de evacuación. (30)

### **Insomnio**

El insomnio es el trastorno del sueño más frecuente en la población general y uno de los motivos más habituales de solicitud de atención médica en las consultas de psiquiatría. Tanto el diagnóstico como el tratamiento de las molestias del sueño son todo un reto; el insomnio suele pasar desapercibido o no tratarse, lo cual contribuye al empeoramiento de las condiciones médicas y psiquiátricas de los que lo padecen. Se estima que aproximadamente un tercio de la población sufre de insomnio cuando se consideran tan solo los síntomas nocturnos (dificultad para iniciar o mantener el sueño), pero esta cifra disminuye hasta el 10% cuando se consideran las consecuencias diurnas, de tal manera que podemos establecer que el síndrome clínico completo de insomnio crónico lo padece entre un 6% y un 10% de la población. (31) La exposición prolongada a los aparatos tecnológicos como el celular, el televisor o la tableta afecta los niveles de la hormona reguladora de los ciclos de sueño, la melatonina. Todo se debe a la luz blanca y brillante emitida por estos dispositivos. Aunque apaguemos la pantalla o el brillo esté regulado, los niveles de melatonina se reducen en un 25%; respecto a si no lo hiciéramos. El celular afecta a los sistemas encargados de regular los ritmos circadianos. Estos se refieren a los cambios físicos y mentales que se producen en relación a la luz solar y a la oscuridad. Si están bien regulados, tendremos sueños por la noche y estaremos más alerta al salir el sol. (32)



## **b. En la salud mental**

### **Nomofobia**

El término nomofobia significa “no-mobile; phone-phobia” o lo que es lo mismo, la dependencia al teléfono móvil llevada al extremo. Es el nombre con el que se ha definido al miedo de estar sin móvil. Puede parecer una simple adicción, pero también es posible que detrás de eso haya un grave problema psicológico. De acuerdo con las investigaciones las fobias son una manifestación de nuestros conflictos internos expresados a través de algún tipo de miedo o angustia. Con el desarrollo de las tecnologías, han nacido nuevas fobias que se relacionan directamente con la innovación de los dispositivos. (33)

### **Ansiedad**

La ansiedad es una anticipación involuntaria de un daño o desgracia futuros, que se acompaña de un sentimiento desagradable o de síntomas somáticos de tensión. El objetivo del daño anticipado puede ser interno o externo. Se trata de una señal de alerta que advierte sobre un peligro inminente y permite a la persona que adopte las medidas necesarias para enfrentarse a una amenaza. No existe persona que no la haya experimentado. Se presenta en diferentes circunstancias de la vida como cuando no puedes acceder al celular, en la presentación de un examen o en la toma de decisiones cotidianas. La ansiedad se vuelve un trastorno cuando va más allá de una preocupación o miedo temporales. Para una persona con un trastorno de ansiedad, el sentimiento se convierte en algo que no le permite seguir con su vida normal y que empeora a través del tiempo, puede interferir con sus actividades diarias como el desempeño laboral, el trabajo escolar y las relaciones interpersonales. (34)

### **Depresión**

La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria. En su forma más grave, puede conducir al suicidio. Si es leve, se puede tratar sin necesidad de medicamentos, pero cuando tiene carácter moderado o grave se pueden necesitar



medicamentos y psicoterapia profesional. (35) Cuando una persona tiene depresión, ésta interfiere con la vida diaria y el funcionamiento normal. Puede causar dolor, tanto para el que tiene depresión como para aquellos que se preocupan por él. Los médicos lo llaman un “trastorno depresivo” o “depresión clínica”. La depresión es una enfermedad real. No es una señal de debilidad o un defecto de carácter. No se puede simplemente “salir” de la depresión clínica. La mayoría de las personas que tienen depresión necesitan recibir tratamiento para poder mejorar. (36)

### **Estrés**

Se define como la reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. El estrés es una respuesta natural y necesaria para la supervivencia. Cuando esta respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano. La respuesta al estrés es nuestra particular forma de afrontar y adaptarnos a las diversas situaciones y demandas que nos vamos encontrando, es una respuesta que aparece cuando percibimos que nuestros recursos no son suficientes para afrontar los problemas. Además de los efectos a la salud potenciales a largo plazo, el estrés inducido por los celulares afecta en formas más inmediatas. (37) Niveles elevados de cortisol afectan a la corteza prefrontal, un área del cerebro crítica para la toma de decisiones y el pensamiento racional. La afectación de la corteza prefrontal hace decrecer el autocontrol. Cuando se une a un deseo poderoso de mitigar nuestra ansiedad, esto puede llevarnos a hacer cosas que en el momento podrían parecer que alivian el estrés pero que son potencialmente fatales, como escribir un mensaje mientras manejamos. Los efectos del estrés pueden ser amplificados aún más si constantemente nos preocupa que algo malo pueda pasarnos, ya sea un ataque físico o un comentario en las redes sociales que provoque nuestra ira. En el caso de los celulares, este estado de hipervigilancia a veces se manifiesta como “vibraciones fantasmas”, en las que las personas sienten que su celular vibra en su bolsillo cuando el móvil ni siquiera está ahí. “Todo lo que hacemos, todo lo que experimentamos, puede influir nuestra fisiología y cambiar circuitos en nuestro cerebro de maneras que nos pueden hacer más o menos reactivos al estrés. (38)



## **El Phubbing**

Phubbing es la acción de ignorar la presencia del otro para prestar atención al celular. Se trata de un término inglés formado por el acrónimo de phone (teléfono) y snubbing (menospreciar) en referencia al comportamiento social indiferente que tenemos frente a la persona que nos acompaña para dedicarnos al uso del celular, en un claro avance de la tecnología por sobre el contacto cara a cara, persona a persona. (39)

## **Sexting**

El sexting consiste en la difusión o publicación de contenidos (principalmente fotografías o vídeos) de tipo sexual, producidos por el propio remitente, utilizando para ello el teléfono móvil u otro dispositivo tecnológico. Es un fenómeno impulsado por la versatilidad de los teléfonos y la accesibilidad a ellos que tienen los jóvenes cada día a más temprana edad. El sexting se practica en todas partes del mundo, aunque lo que varía son las edades. Se espera que una práctica de tipo sexual sea realizada por adultos, sin embargo, este comportamiento ha crecido entre los menores de 18 años. Las consecuencias de enviar un contenido íntimo mediante un dispositivo tecnológico entre las causas más generales se pueden destacar las siguientes:

- La relación amorosa es la causa principal y más común de esta práctica, donde los miembros de la pareja son tanto emisor como receptor.
- El contexto cultural en el que crecen muchos adolescentes, con un marcado culto al cuerpo, a las celebridades, y en el que los medios de comunicación de masas promueven esos y otros valores como por ejemplo la competitividad en todos los órdenes de la vida.
- A causa de amenaza, chantaje, intimidación o persuasión.
- Bajo la influencia del consumo de alcohol y/o drogas tanto en mayores como menores de edad. (40)

### **c. Problemas académicos y de conducta**

#### **Bajo rendimiento académico**

El uso del celular e internet se muestra perjudicial a la hora de obtener buenos resultados académicos y puede ser un agravante para personas que abusan del uso del internet. Los estudiantes pueden utilizar los celulares no solo para comunicarse con otros en clase, sino también para hacer trampa en los exámenes. Los jóvenes



usan el celular hasta altas horas de la madrugada, eso puede repercutir negativamente en el rendimiento escolar de forma indirecta, el hecho de desvelarse conlleva a que duerman poco y estén cansados, lo cual afecta su atención y concentración. Los jóvenes pasan horas enviando mensajes de texto, o con los videojuegos en el teléfono móvil durante y después de las horas de clases les provoca problemas en su capacidad de concentración y bajo desempeño escolar y también puede provocar bajas calificaciones y un fracaso en sus estudios. (41) El excesivo empleo de los celulares, las redes sociales causan en los estudiantes la desconcentración, desinterés por los estudios e inasistencias a clases, lo que repercute negativamente en el rendimiento académico provocando un deficiente nivel académico, se ha demostrado que entre más tiempo pasan los estudiantes frente a las pantallas, es peor su desempeño escolar, ya que tendrán menos tiempo para que hagan su tarea, lean, exploren, crean cosas o incrementen su creatividad. Por otra parte, leer o estudiar en los momentos de no conexión favorece la obtención de buenos resultados académicos. (42)

### **Fallas ortográficas**

Las faltas de ortografía han aumentado considerablemente desde que los jóvenes son grandes usuarios de las nuevas tecnologías, y se comunican, sobre todo, través de los Mensajes de texto “SMS”. La reducción ortográfica, la simplificación sintáctica, la ausencia de nexos, la escritura fonética y la ausencia de las relaciones lógicas son los principales errores que se observan, según los profesores, consideran que junto a la falta de hábito lector que tienen la mayoría de los alumnos, la escritura constante de SMS y la falta de interés y de preocupación por escribir correctamente contribuye sin duda al aumento de faltas de ortografía. Los adolescentes siguen un código de comunicación propio, que han llenado de abreviaturas, emoticonos, acrónimos, etc. Hay un notorio interés por resumir y condensar ideas en la menor cantidad posible de palabras, unido a un acusado desinterés por ser correcto ortográficamente, ya que lo prioritario es ser comprendido. La principal preocupación de los padres es que la ortografía utilizada en los mensajes cortos pueda aumentar el número de faltas ortográficas si esa forma de expresión se extrapola a contextos académicos. (43)

### **Conflictos derivados de los gastos económicos**

El adicto al celular gasta en forma exagerada con el único propósito de estar comunicado y poder realizar llamadas o enviar mensajes, lo que implica gastos



excesivos, especialmente en los adolescentes que sólo disponen del dinero que obtienen de sus padres, ya que la posibilidad de generar recursos económicos a tan tempranas edades es prácticamente nula. Por ello es probable recibir denuncias como consecuencia de las deudas contraídas con las empresas operadoras, llegando incluso a robar o mentir para conseguir el dinero. Muchos estudiantes que utilizan celulares con conexión a internet se han descargado aplicaciones de mensajería gratuitas, con lo que la factura de teléfono es predecible y no se convierte en un problema. (55)

### **Comportamientos impulsivos**

La impulsividad es un estilo cognitivo, término usado en psicología. Se considera como una conducta no premeditada, explosiva y además acompañada de comportamientos inesperados sin la presencia de actos reflexivos, en este sentido el avance en las investigaciones ha permitido definir y caracterizar la impulsividad como un acto irresistible en el que se experimenta un deseo intenso repetitivo de realizar acciones, las cuales son desencadenantes de consecuencias negativas. (44) Según Gutiérrez, el uso excesivo del celular se ha logrado identificar que las personas experimentan dificultad en el control de los impulsos donde se presentan estados de tensión en la cual el objetivo final de las personas es el conseguir un refuerzo gratificante evidenciado en el consumo que en este caso sería el celular, la falta de control de impulsos hace parte de la impulsividad como la tendencia a realizar la acción sin tomar conciencia de los actos. (53)

## **2.1.2 EL CELULAR**

Es un dispositivo electrónico que permite realizar múltiples operaciones de forma inalámbrica en cualquier lugar donde tenga señal. Entre las múltiples operaciones se incluyen la realización de llamadas telefónicas, navegación por internet, envío de mensajes de texto (SMS), captura de fotos y sonidos, reloj, agenda, realización de pagos, etc. (45)

### **2.1.2.1 Ventajas y desventajas del celular**

Los teléfonos móviles son un gran invento que marco la vida de todas las personas, pero este aparato tiene ventajas y desventajas, que se pueden mencionar las siguientes:



## Ventajas

- Los usuarios de la telefonía móvil, pueden realizar llamadas a todas partes del mundo y facilitar así la comunicación con las personas que no se tiene cerca.
- Por su tamaño y peso, se puede llevar a todas partes, lo que permite que siempre se tenga a la vista.
- Poseen herramientas como calculadora, reloj, alarma, cámara entre otras que facilitan las tareas de las personas.
- Se tiene acceso a internet, permitiendo acceder a mucha información que puede asistir a las personas para resolver dudas.
- Se tiene acceso a redes sociales, lo que permite estar en contacto y compartir información con amigos y familiares.
- Se puede enviar mensajes de texto, imágenes o video.
- Se tiene mayor capacidad para almacenar información, los usuarios pueden guardar todos los archivos que deseen.
- Poseen memoria RAM, que hace más rápido el celular.

## Desventajas

- Puede ocasionar un constante uso que puede causar adicción en los usuarios, ya que se usa desmedidamente y sin ningún control.
- Desmotiva la actividad física y los juegos al aire libre pudiendo causar desinterés en otras formas de entretenimiento.
- Puede difundir material obsceno, perjudicial o comentarios agresivos para las personas.
- Puede causar ensimismamiento, desconexión con la realidad y soledad
- Costos elevados, mientras más herramientas, funciones y estilos posea el celular. (46)

### 2.1.3 ADOLESCENCIA

La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológica y sociales, muchas de ellas generadora de crisis, conflictos y contraindicaciones, pero esencialmente positivos. No solamente un periodo de



adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social. (47)

La OMS, la adolescencia es la etapa entre los 10 y los 19 años. Se trata de una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, que se caracteriza por un ritmo acelerado de crecimiento y de cambios. Esta fase de crecimiento y desarrollo viene condicionada por diversos procesos biológicos. (48)

Según el MINSA, define la adolescencia como la etapa que presenta ciertos cambios, tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas). Cambios estructurales anatómico y modificaciones el perfil psicológico y de la personalidad; Según la normativa nacional, establece a la adolescencia como la población comprendida desde los 12 años de edad hasta los 17 años 11 meses y 29 días. (49)

### **2.1.3.1 Etapas de la adolescencia**

#### **Adolescencia temprana:**

Inicia en la pubertad (entre los 10 y 12 años), se presentan los primeros cambios físicos, e inicia el proceso de maduración psicológica, pasando del pensamiento concreto al pensamiento abstracto, el adolescente trata de crear sus propios criterios, socialmente quiere dejar de relacionarse y de ser relacionado con los niños, pero aún no es aceptado por los adolescentes, desarrollando en él una desadaptación social, incluso dentro de la familia, lo cual constituye un factor importante, ya que puede causar alteraciones emocionales como depresión y ansiedad, que influyen en la conducta, contribuyendo al aislamiento. Estos cambios se denominan “crisis de entrada en la adolescencia”; agregado a lo anterior se presentan cambios en su medio: escuela, maestros, compañeros, sistema educativo, responsabilidades. La familia (la presencia del padre, madre o tutor) se convierte en un factor importante en como el adolescente vive esta etapa ya que el apoyo y la autoridad le ayudarán a estructurar su personalidad y a superar la ansiedad que le provoca enfrentarse al cambio.

#### **Adolescencia intermedia**

Inicia entre los 14 y 15 años. En este periodo se consigue un cierto grado de adaptación y aceptación de sí mismo, se tiene un parcial conocimiento y percepción en cuanto a su potencial, la integración de su grupo le da cierta seguridad y satisfacciones al



establecer amistades, empieza a adaptarse a otros adolescentes, integra grupos, lo que resuelve parcialmente el posible rechazo de los padres, por lo que deja de lado la admiración al rol paterno.

### **Adolescencia tardía**

Inicia entre los 17 y 19 años. En esta etapa se disminuye la velocidad de crecimiento y empieza a recuperar la armonía en la proporción de los diferentes segmentos corporales; estos cambios van dando seguridad y ayudan a superar su crisis de identidad, se empieza a tener más control de las emociones, tiene más independencia y autonomía. Existe también un cierto grado de ansiedad, al empezar a percibir las presiones de las responsabilidades, presentes y/o futuras, por iniciativa propia o por el sistema social familiar, para contribuir a la economía, aun cuando no alcanzan la plena madurez, ni tienen los elementos de experiencia para desempeñarlas. (50)



## 2.2 MARCO CONCEPTUAL

### **Celular**

Es un dispositivo electrónico que permite realizar múltiples operaciones de forma inalámbrica en cualquier lugar donde tenga señal.

### **Dependencia al celular**

Es el conjunto de conductas repetitivas que resultan placenteras en el individuo y que a lo largo del tiempo generan una pérdida de control, de dominio propio y consecuencias negativas en su vida personal.

### **Adolescencia tardía**

La adolescencia tardía constituye la última etapa en el desarrollo de la adolescencia, se da entre los 17 a 19 años y supone un momento de asentamiento de todos los cambios vividos a lo largo de este periodo vital.

### **Estudiante**

Es el individuo que se encuentra realizando estudios de nivel medio o superior en una institución académica, aunque claro, cabe destacarse que también la palabra la usamos con suma recurrencia como sinónimo de alumno y por caso se aplica a todos los individuos que llevan a cabo un estudio concreto, independientemente del nivel de estudios que esté cursando.



## 2.3 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

### **Internacional**

En Valencia año 2012, se realizó una investigación denominada “Programa de prevención del abuso y la dependencia del teléfono móvil en población adolescente”, con el objetivo de poder describir el patrón de uso habitual del teléfono móvil en adolescentes y desarrollar y validar un programa de prevención del abuso y la dependencia del teléfono móvil, la investigación es cuantitativa y de diseño experimental, tuvo una muestra de 2.632 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) y Bachillerato de la Comunidad de Valencia, entre las edades de 12 y 18 años (49,55% mujeres y 50,45% varones), en la primera fase del pasaron por una encuesta sobre el uso del teléfono móvil dirigido a 1.944 adolescentes. Los resultados arrojados, lograron desarrollar y validar el programa de prevención del abuso y la dependencia del teléfono móvil con los 688 adolescentes restante como parte de la muestra. Así mismo con este programa, los estudiantes mostraron un uso excesivo o inadecuado del teléfono móvil, el cual les genera problemas. Además, se pudo concluir que la edad, el sexo y los estados emocionales negativos son detonantes para el abuso y la dependencia del teléfono móvil. Finalmente, el programa de prevención tuvo un gran impacto positivo mejorando los problemas de adicción al móvil. (51)

Otro estudio realizado en Bogotá en el año 2015, bajo el objetivo de describir y analizar la relación entre impulsividad y la dependencia al internet y el teléfono móvil, en una muestra de 425 estudiantes con edades entre los 12 y 16 años, de los grados séptimos a undécimo de bachillerato de cuatro instituciones de la ciudad de Bogotá. El estudio fue descriptivo correlacional. Para la recolección de datos utilizaron Escala de Impulsividad (UPPS), Cuestionarios de Parámetros de uso de internet y celular, así como el Test de dependencia al móvil (TDM) y el Test de dependencia a Internet (TDI), Los resultados encontrados en relación a la dependencia a la telefonía móvil, el 68.2 % presentó una dependencia promedio, el 21.8 % presentó una dependencia alta y el 10 % presentó una dependencia baja. Así mismo se hallaron diferencias estadísticamente significativas entre ambos sexos, respecto al uso de Internet y Teléfono celular, donde las mujeres muestran patrones de dependencia mayor al celular y al internet que los hombres. (52)



## **Nacional**

Arequipa se realizó el año 2016, un estudio bajo el objetivo “Identificar la relación existente entre las características del uso del móvil y el nivel de dependencia al móvil en estudiantes de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional de San Agustín”, para tal efecto se realizó un estudio cuantitativo con diseño descriptivo-correlacional y de corte transversal. Cuya población total estuvo conformada por 334 alumnas de la facultad de enfermería. Para la recolección de datos se utilizó el método la entrevista, como técnica el cuestionario de características de uso del móvil y el test de dependencia al móvil (TDM). Mostrando los resultados en relación al nivel de dependencia se encontró que 141 estudiantes tienen un nivel moderado de dependencia al móvil, 132 estudiantes tienen un nivel bajo y 61 estudiantes obtuvieron un alto nivel de dependencia al móvil. (53)

Otro estudio en Arequipa 2015, su objetivo fue comparar los puntajes de adicción al celular según el puntaje total obtenido y 3 dimensiones: tolerancia y abstinencia, abuso y dificultad para controlar el impulso, y problemas ocasionados por el uso; en estudiantes universitarios de dos casas de estudios superiores, Universidad Nacional de San Agustín y la Universidad Católica San Pablo el estudio fue cuantitativo de tipo descriptivo, con una muestra de 1400 estudiantes de ambas instituciones de educación superior. La técnica aplicada fue la entrevista y el instrumento fue el Test de dependencia al móvil, en su versión adaptada para Arequipa durante el segundo semestre del periodo académico del año 2014. Se compararon los puntajes totales y las tres dimensiones de la prueba en función del sexo y la universidad de procedencia, siendo una pública y otra privada. Los resultados indican que las mujeres puntúan más alto que los varones en Tolerancia y abstinencia, Abuso y dificultad para controlar el impulso, y en la puntuación total. Asimismo, los estudiantes de la Universidad Católica San Pablo obtuvieron puntajes más altos en las tres dimensiones de la adicción al celular y en la puntuación total. (54)

## **Local**

En Puno en el año 2017, El estudio realizado con el objetivo de determinar las características demográficas, sociales y familiares asociados a la dependencia del teléfono móvil y adicción al internet en estudiantes de la I.E.S. “Gran Unidad Escolar San Carlos”, Puno 2017. El estudio fue de tipo correlacional con diseño transversal, la población estuvo conformada por 285 estudiantes. Para la recolección de datos se utilizó el cuestionario de características demográficas sociales y familiares y el Test de Dependencia al Teléfono



Móvil. Los Resultados en relación a la dependencia al teléfono móvil, 48.8% de los estudiantes presentan dependencia media, el 27.4% dependencia alta y dependencia baja el 23.9% de los estudiantes. (55)

Otro estudio realizado en Juliaca en el año 2017, bajo el objetivo conocer la relación entre adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en pre-universitarios de la institución educativa privada Claudio Galeno, Juliaca 2017. Se utilizó un diseño no experimental de corte transaccional-transversal. El estudio es de tipo descriptivo-correlacional. Se trabajó con una muestra de 123 estudiantes, la técnica aplicada fue la entrevista y el instrumento fue el Test de Dependencia al Móvil (TDM), los resultados indican haber encontrado correlaciones entre dependencia al móvil y adicción a internet ( $r = .528$ ,  $p < 0.05$ ); en relación al nivel de dependencia al móvil se encontró que el 53.2 % presenta nivel de dependencia promedio, el 42.9 % presenta nivel de dependencia alto y el 4.0% presenta nivel de dependencia bajo. (56)



## CAPITULO III

### 3.1 TIPO Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

#### 3.1.1 Tipo de investigación

El presente estudio de investigación fue de tipo descriptivo, porque permitió describir y medir la variable de estudio, (57) sobre la dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané.

#### 3.1.2 Diseño de investigación

El diseño de investigación es tipo no experimental, de corte transversal, (57) porque no se manipula la variable, además permite describir la variable en un determinado momento, haciendo un corte en el tiempo, el cual permitió la obtención de información para la variable de estudio dependencia al celular.

Cuyo diagrama es el siguiente:



Dónde:

M: representa la muestra de estudio de estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané.

O: Representa la información obtenida sobre la dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané.

### 3.2 UBICACIÓN DE LA INVESTIGACION

#### a) ÁMBITO DE ESTUDIO

El presente estudio de investigación se realizó en la provincia, distrito de Huancané; es una de las trece provincias que conforman el Departamento de Puno. Limita por el norte con la Provincia de San Antonio de Putina; por el este con Bolivia; por el sur con la Provincia de Moho, la Provincia de Puno y el Lago Titicaca, y; por el oeste con la Provincia de Azángaro y la Provincia de San Román. Los veranos son cortos, frescos y nublados y los inviernos son cortos, muy frío, secos y mayormente despejados. Durante



el transcurso del año, la temperatura generalmente varía de  $-7^{\circ}\text{C}$  a  $14^{\circ}\text{C}$  y rara vez baja a menos de  $-8^{\circ}\text{C}$  o sube a más de  $16^{\circ}\text{C}$ .

La Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, localizado en la Provincia de Huancané, distrito de Huancané, se ubica en la AV. Catastro. La institución cuenta con instalaciones de material noble y rustico, con equipamientos de laboratorios y talleres productivos, Siendo una Institución Educativa mixta del nivel secundario conformado por 446 Alumnos, 60 docentes y administrativos, consta de 20 secciones. De los cuales 82 alumnos corresponden al 5to grado de educación secundaria, distribuidas en 4 secciones, que se considera población en estudio.

#### **b) CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN**

La población de estudio se caracteriza por ser adolescentes que cursan el quinto grado, que asisten regularmente a la institución educativa Secundaria Cesar Vallejo, donde la gran mayoría de los estudiantes cuentan o empiezan a adquirir los celulares de última generación, cuyas edades fluctúan entre 16 a 17 años, de ambos sexos, cuenta con cuatro secciones. Según el estatuto interno de la institución educativa, se distribuyen en secciones nombradas alfabéticamente A, B, C y D, los rangos y la colocación de los estudiantes suelen basarse de acuerdo al promedio obtenido de cada estudiante durante el año académico. Los estudiantes son de condición media y baja provenientes de distritos, centros poblados y zonas aledañas de la Provincia de Huancané, sus padres en su mayoría son agricultores, ganaderos; se dedican a la crianza de animales vacunos, Ovinos, Porcinos y muy pocos son trabajadores independientes (comerciantes).

### **3.3 POBLACIÓN Y MUESTRA**

#### **Población:**

La población, estuvo constituida por la totalidad de estudiantes de ambos sexos que cursan el quinto grado de Educación Secundaria de la Institución Educativa “Cesar Vallejo-Huancané”, siendo su tamaño 82 estudiantes matriculados para el presente año, como se muestra en el siguiente cuadro.



SECCIÓN	TOTAL
A	21
B	20
C	21
D	20
<b>TOTAL</b>	<b>82</b>

*Fuente I.E.S. Nómina de los estudiantes de la Institución Educativa  
“Cesar Vallejo Huancané”-2019*

**Muestra:**

Estuvo conformada por el total de sujetos de la población.

**Criterios de Inclusión:**

- Estudiantes que cursan el 5to grado de secundaria del año 2019.
- Estudiantes de ambos sexos.
- Estudiantes que cuentan con un celular.

**Criterios de Exclusión:**

- Estudiantes que no cursan el 5to grado de secundaria del año 2019.
- Estudiantes que no cuentan con un celular.

### 3.4 VARIABLE Y SU OPERALIZACION

#### VARIABLE DE ESTUDIO. Dependencia al celular.

VARIABLE	DIMENSION	INDICADORES	CATEGORIA	INDICE
<b>Variable única:</b> Dependencia al celular.	Abstinencia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensación de malestar por el tiempo inhabilitado del celular.</li> <li>Sensación de malestar al no tener el celular.</li> <li>Tolerancia al uso del celular.</li> <li>Necesidad de realizar llamadas, mensajes para evitar la soledad.</li> <li>Impulso de llamar o mensajear al instante.</li> </ul>	Alta	14 a 20 p.
			Media	7 a 13 p.
			Baja	0 a 6 p.
	Abuso y dificultad para controlar el impulso	<ul style="list-style-type: none"> <li>Llamada de atención por el uso descontrolado.</li> <li>Mayor tiempo con el celular.</li> <li>Cantidad de mensajes en un día.</li> <li>Alteración del patrón del sueño.</li> <li>Uso del celular.</li> <li>Uso del celular en situaciones que no es correctas.</li> <li>Necesidad de llamar y enviar mensajes.</li> <li>Dificultad para dejar de utilizar el celular.</li> <li>Uso inmediato del celular al levantarse.</li> </ul>	Alta	25 a 36 p.
			Media	13 a 24 p.
			Baja	0 a 12 p.
	Problemas ocasionados por el uso excesivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Incumplimiento de los límites establecidos.</li> <li>Discusiones por el gasto económico del celular.</li> <li>Gasto excesivos y desmedidos.</li> <li>Llamada de atención por pérdida de tiempo y dinero.</li> </ul>	Alta	12 a 16 p.
			Media	6 a 11 p.
			Baja	0 a 5 p.
	Tolerancia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aumento del número de llamadas.</li> <li>Necesidad de utilizar con más frecuencia.</li> <li>Aumento del número de mensajes.</li> <li>Gasto económico más de lo previsto.</li> </ul>	Alta	12 a 16 p.
			Media	6 a 11 p.
			Baja	0 a 5 p.

### 3.5 TÉCNICA E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

#### 3.5.1 Técnica:

Fue la encuesta este método permitió recabar la información sobre el nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané.

#### 3.5.2 Instrumento:

En el estudio se utilizó un cuestionario Test de Dependencia al Móvil (TDM). Este instrumento fue estandarizado y validado en Arequipa por Gamero, Flores, Arias, Ceballos, Román y Marquina en el año 2015 (58), a partir de la versión original de Mariano Chóliz en el año 2011(59) desde los criterios del DSM-IV-TR de los trastornos de dependencia, esta prueba mide el nivel de dependencia al uso del celular.

El instrumento tiene 22 ítems, cada ítem tiene cuatro posibles puntajes en una escala de Likert de 0 a 4, donde las puntuaciones directas oscilan entre 0 a 88 como puntaje máximo.

Este instrumento (anexo 2), consta de la siguiente estructura: a) datos generales y b) cuerpo del instrumento.

#### Escala de calificación del instrumento

Las puntuaciones de escala de Likert, se obtuvo sumando los valores obtenidos respecto a cada ítem, con una puntuación máxima de 4 puntos en las categorías muchas veces, 3 puntos en la categoría frecuencia, 2 puntos en la categoría a veces, 1 punto en la categoría rara vez y 0 puntos en la categoría nunca.

Los puntos obtenidos por cada estudiante serán adicionados para comparar con la siguiente escala, donde:

Alta	60 – 88 puntos
Media	30 – 59 puntos
Baja	0 – 29 puntos

#### Para cada dimensión

Cada dimensión obtiene un puntaje de acuerdo al resultado de los ítems correspondientes a dicha dimensión.



**Dimensión I:** Abstinencia (ítems 13, 15, 20, 21 y 22), siendo el puntaje máximo 20.

Alta:	14 a 20 puntos
Media	7 a 13 puntos
Baja	0 a 6 puntos

**Dimensión II:** Abuso y dificultad en controlar el impulso (ítems 1, 4, 5, 6, 8, 9, 11, 16 y 18); el puntaje máximo es 36.

Alta	25 a 36 puntos
Media	13 a 24 puntos
Baja	0 a 12 puntos

**Dimensión III:** Problemas ocasionados por el uso excesivo (ítems 2, 3, 7 y 10); el puntaje máximo es 16.

Alta	12 a 16 puntos
Media	6 a 11 puntos
Baja	0 a 5 puntos

**Dimensión IV:** Tolerancia (ítems 12, 14, 17 y 19); el puntaje máximo es 16.

Alta	12 a 16 puntos
Media	6 a 11 puntos
Baja	0 a 5 puntos

### 3.5.3 Validación y confiabilidad

Estandarización y validación del test de dependencia al móvil en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín y la Universidad Católica San Pablo. Centro de documentación e información - Escuela de Psicología de la UNSA 2015. Respecto a la confiabilidad de la prueba, utilizaron el método de consistencia interna, mediando el Coeficiente “ $\alpha$ ” de Crombach, es así que se encontró un alto nivel de confiabilidad de 0.929; respecto a sus factores, estos obtienen adecuados niveles de confiabilidad, primer factor  $\alpha = 0.9$ , segundo factor  $\alpha = 0.853$  y tercer  $\alpha = 0.762$ ; siendo este Test confiable en nuestro medio y arrojará resultados fiables (58).



### 3.6 PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Para la recolección de datos se realizó el trámite administrativo correspondiente:

#### A. COORDINACIÓN:

- Se solicitó a la Decana de la Facultad de Enfermería una carta de presentación dirigido director de la Institución Educativa Secundaria César Vallejo-Huancané.
- Se solicitó formalmente la autorización del director de la Institución Educativa Secundaria César Vallejo, para poder realizar el estudio en dicha Institución.
- Obtenida la autorización se realizó la coordinación con los tutores del quinto grado, para establecer un cronograma que permita la aplicación del instrumento en los estudiantes del quinto grado de dicha institución.

#### B. DE LA RECOPIACIÓN DE DATOS

- Se coordinó las fechas de recolección de datos y la hora de aplicación del cuestionario que fue en el curso de tutoría, de cada una de las aulas seleccionadas de la siguiente forma: el día miércoles se aplicó el cuestionario a la sección A y C, el día jueves B y D.
- Se procedió a dirigirse a las aulas los días y horas programadas.
- Una vez dentro del aula se realizó la presentación y saludo de la investigadora.
- Seguidamente se distribuyó el consentimiento informado a todos los estudiantes participantes.
- Se sensibilizó a los estudiantes dando a conocer la importancia de su participación en el estudio de investigación; acto que se repitió en estudiantes de las demás secciones.
- Se entregó el instrumento en forma personal a los estudiantes, indicando su carácter de anónimo, con el fin de obtener respuestas verídicas, lo cual fue aplicado en un promedio de tiempo, de 15 a 20 minutos. Por día se recolectó 2 salones.
- Una vez concluida la encuesta se prosiguió a recoger, previa verificación de que todos los ítems fueron contestados de forma adecuada.
- Finalmente se agradeció a los estudiantes por su valiosa participación.



### 3.7 PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE DATOS

#### a) Procesamiento

- Se realizó la calificación del instrumento que permitió obtener los resultados.
- Se realizó la codificación de los instrumentos de recolección de datos según la puntuación de las respuestas del cuestionario.
- Se realizó la sistematización de la información porcentual de los datos estadísticos, en el programa Excel y SPSS estadistics IBM versión 22 para el diseño de las tablas y gráficos estadísticos.

#### b) Análisis de datos

- Se organizó la información.
- Se realizó el vaciado de datos utilizando el programa Excel.
- Se elaboraron las tablas correspondientes en base a los objetivos del estudio utilizando la estadística porcentual.
- Para el análisis de los resultados se utilizó la estadística descriptiva. Este método tiene por objetivo describir las características de un conjunto de datos.



## CAPITULO IV

### a. RESULTADOS

O.G.

TABLA 01

**NIVEL DE DEPENDENCIA AL CELULAR EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**

NIVEL DE DEPENDENCIA	N°	%
BAJA	19	23.2
MEDIA	36	43.9
ALTA	27	32.9
TOTAL	82	100

*Fuente: Resultados obtenidos del test de dependencia al móvil aplicado por la ejecutora.*

Los resultados en la tabla muestran que el 43.9 % de los estudiantes presentan un nivel de dependencia media, seguido del 32.9% tienen un nivel de dependencia alta y el 23.2% de los estudiantes posee un nivel de dependencia baja.



**O.E.1**

**TABLA 02**

**DEPENDENCIA AL CELULAR SEGÚN SEXO EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, DE HUANCANÉ-2019**

SEXO	BAJA		MEDIA		ALTA		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
<b>Masculino</b>	11	31.4	15	42.9	9	25.7	35	100
<b>Femenino</b>	9	19.1	23	48.9	15	31.9	47	100

*Fuente: Resultados obtenidos del test de dependencia al móvil aplicado por la ejecutora.*

Los resultados de la tabla, muestran que el 48.9 % en los estudiantes de sexo femenino presentan un nivel dependencia media, seguido de 31.9 % con dependencia alta, en cambio los estudiantes de sexo masculino el 42.4% tienen un nivel dependencia media y el 31.4 % con una dependencia baja. Estos resultados indican que las mujeres tienen mayor dependencia que los del sexo masculino.



## O.E.2

**TABLA 03**

**DEPENDENCIA AL CELULAR POR SECCIÓN EN ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**

SECCIONES	BAJA		MEDIA		ALTA		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
<b>Sección A</b>	8	38.1	10	47.6	3	14.3	21	100
<b>Sección B</b>	4	20.0	11	55.0	5	25.0	20	100
<b>Sección C</b>	3	14.3	8	38.1	10	47.6	21	100
<b>Sección D</b>	4	20.0	7	35.0	9	45.0	20	100

*Fuente: Resultados obtenidos del test de dependencia al móvil aplicado por la ejecutora.*

Los resultados de la tabla muestran que el 47.6 % de los estudiantes de la sección A presentan dependencia media, de igual manera 55.0 % de los estudiantes de la sección B, el 47.6 % con dependencia alta en los estudiantes de la sección C y el 45.0 % en los estudiantes de la sección D. Estas cifras demuestran que la dependencia es de media en las secciones A y B, sin embargo, en las secciones C y D la dependencia es de alta a media.

**O.E.3****TABLA 04****DEPENDENCIA AL CELULAR POR DIMENSIONES EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**

DIMENSIONES	BAJA		MEDIA		ALTA		TOTAL	
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Abstinencia	20	24.4	33	40.2	29	35.4	82	100
Abuso y dificultad en controlar el impulso	19	23.2	47	57.3	16	19.5	82	100
Problemas ocasionados por el uso excesivo	28	34.1	29	35.4	25	30.5	82	100
Tolerancia	24	29.3	40	48.8	18	22.0	82	100

*Fuente: Resultados obtenidos del test de dependencia al móvil aplicado por la ejecutora.*

Los resultados de la tabla muestran que el 40.2% de los estudiantes presentan abstinencia de nivel media; de igual manera 57.3% de los estudiantes nivel medio de abuso y dificultad en controlar el impulso, 35.4% nivel medio en los problemas ocasionados por el uso excesivo y 48.8% en el manejo de la tolerancia. Estas cifras demuestran que las dependencias al celular por dimensiones presentan un nivel medio, con predominio en abuso y dificultad en controlar el impulso; sin embargo, hay que notar que presentan porcentajes importantes en el nivel alto.



## b. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos del presente estudio de investigación respecto al nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo Huancané, la mayoría presenta un nivel de dependencia media seguido de una dependencia alta. Al confrontar los resultados se asemejan al estudio de Barbosa, Beltrán, Fraile (52), Ticona y Tupac (53), Valencia (55) Chambi y Sucari (56), quienes encontraron un nivel de dependencia media, seguido de una dependencia alta, Estos resultados son similares a los de nuestra investigación, ya que en los estudios predomina la dependencia media, también porque se aplicó el mismo instrumento y se estudiaron en adolescentes, la obtención general no es alto, pero la existencia de la dependencia al celular está presente confirmándose que la población de adolescente vienen siendo vulnerable a la tecnología actual de los celulares. Para esta generación, son objetos que siempre han existido, hecho que les convierte en expertos para poder elegir el medio, lugar y el momento en que hace falta utilizar. (1) Respecto a la dependencia media, Cholz y Villanueva, señala que el uso del celular empieza a traerle las primeras consecuencias negativas en la persona y su entorno, a pesar de ello, el individuo mantiene una cierta normalidad en su día a día. (16) El descubrimiento de los celulares en los jóvenes y la sociedad en general, ha generado infinidad de transformaciones en los distintos aspectos de la vida de todos, ha traído grandes beneficios, pero también daños, las distintas herramientas que ofrece han pasado a formar parte de la vida, su uso se ha generalizado y normalizado, pero lo cierto es que hay casos en los que surgen problemas de dependencia manifestados especialmente por el uso excesivo de internet, los videojuegos que se encuentran en el celular. (26) Por otra parte, los estudiantes con dependencia alta, el uso del celular pasa a ser el eje principal en la vida del sujeto, trayendo consigo consecuencias graves tanto físicos y psicológicos para la persona como para su entorno por el uso excesivo. (16) Este dispositivo se convierte en una herramienta imprescindible en su día a día, hasta tal punto de ser incapaz de controlar, interrumpir o detener su uso, muestran un patrón de pérdida de la noción del tiempo y las actividades diarias se van deteriorando. (17), Los jóvenes estudiantes dependientes a estas nuevas tecnologías presentan índices significativamente superiores en depresión, ansiedad, insomnio severo e impulsividad que aquellos que realizaban un uso sano y controlado. (8) En muchos casos esta dependencia o uso incontrolado ha provocado en jóvenes sufrir problemas físicos;



alteraciones visuales, radiación, dolor de espalda (10); así como también pérdida de control, unido a una preocupación excesiva, lo que algunos autores han denominado, nomofobia, que se caracteriza por presentar; sensación de angustia, ansiedad o miedo irracional que se experimenta cuando se dan situaciones de olvido, la pérdida, batería baja o falta de cobertura, al no poder conectarse con otros a través del celular.(33)

Al observar esta situación se llega a la conclusión que solo una minoría de estudiantes presentan dependencia baja, mientras que la mayoría de ellos presentan dependencia entre nivel medio y alto, debido a que los celulares operan como un centro de multiuso que les permite tomar fotos, ver videos, escuchar música, los juegos en red; también pueden comunicarse a través de las redes sociales como: WhatsApp, Messenger, twitter, Facebook, Instagram y obtienen toda la información necesaria a través buscadores Google, a pesar de que sea una herramienta útil, el uso desmedido, inapropiado o excesivo puede ocasionar problemas familiares, personales y sociales, así mismo estos resultados hacen saber que nos encontramos ante un problema latente que podría desencadenar a la larga problemas ocasionados en el adolescente por el mal empleo que se le pueda dar, el cual debe ser tomado en cuenta para buscar estrategias que disminuyan el uso continuo de los celulares.

Respecto a los resultados encontrados según sexo, nos indican que las mujeres tienen mayor dependencia que los del sexo masculino. Villanueva (51) determina que el sexo puede influir en la dependencia al celular, por lo cual, se puede mencionar que las mujeres tienen mayor riesgo de usar excesivamente su dispositivo móvil. En esta línea, los resultados del presente estudio son congruentes con los de Barbosa, Beltrán, Fraile (52) donde hallaron diferencias estadísticamente significativas entre ambos sexos, respecto al uso de Internet y Teléfono celular, donde las mujeres muestran patrones de dependencia mayor al celular y al internet que los hombres, mientras que en relación a la impulsividad no se encontraron diferencias significativas en ambos sexos. Estas diferencias entre sexos se deben tanto a factores biológicos como psicosociales, ya que debemos tener en cuenta las expectativas de rol que aparecen ligadas culturalmente al género. (21) El sexo femenino presenta mayores niveles de nomofobia que los de sexo masculino, se podría entender que las causales se deberían al desarrollo cerebral, ya que hay una distinción de la formación cerebral entre hombres y mujeres, el córtex prefrontal la que gobierna las emociones es mayor en las mujeres que en los varones, lo cual procura mayor emotividad y apego en estas con respecto a los varones. (20)



Las mujeres son las más propensas a experimentar sentimientos de ira, tensión y/o depresión cuando no acceden a su celular y a desarrollar un patrón de pérdida de la noción del tiempo. Aparte del uso excesivo y el mal empleo del celular por las adolescentes, cuelgan en Instagram o redes sociales similares contenidos muy sexualizados, lo que puede favorecer a que sean víctimas de acoso virtual (19). La difusión o publicación de contenidos principalmente fotografías o vídeos de tipo sexual por medio de los celulares se le conoce como sexting, en la actualidad la prevalencia del sexting ha aumentado en los últimos años y aumenta a medida que las jóvenes crecen (40) Las mujeres lo utilizan en mayor medida para mantener las relaciones sociales interpersonales, fomentar lazos afectivos, mientras que las únicas funciones que destacan en los chicos son las tecnológicas destinadas al ocio o al entretenimiento de los juegos que tienen su celular. Las principales herramientas tecnológicas que utilizan las adolescentes, es la fotografía, cumple una función de mantenimiento de vínculos afectivos y relaciones sociales, al compartirse con otras personas incluso en redes sociales las que más “like” (me gusta) reciben son ellas. (21) Ello es congruente con el hecho de que ellas lo utilizan más que los varones y que tienen mayores tasas de abuso en la utilización de los celulares y tienen mayor problema con sus padres debido al consumo excesivo.

Esta dependencia en el sexo femenino se debe también a que son muy activas y espontáneas en las redes sociales. En la actualidad, las mujeres son las niñas mimadas del mercado tienen en sus manos el poder de decidir o, por lo menos, influye en casi todas sus compras como autos, tecnología, turismo, belleza, medicina, cosméticos y entre otros; su decisión de adquirir algún producto se ve influenciada por las redes sociales. Las mujeres siguen a las marcas para conocer las novedades, ofertas y descuentos, en cambio los hombres las siguen sólo porque les gusta o se identifican con la marca, pero no entablan relación con la empresa a la que siguen. (22) Todo esto hace que pueda considerarse que las mujeres manifiestan tasas más elevadas en el uso de los celulares que los hombres.

En relación a los resultados obtenidos sobre la dependencia al celular por secciones se evidencia que la dependencia es media en las secciones A y B, sin embargo, en las secciones C y D la dependencia es de alta a media. Según el estatuto interno de la institución educativa, se distribuyen en secciones nombradas alfabéticamente A, B, C y D, los rangos y la colocación de los estudiantes suelen basarse de acuerdo al



promedio obtenido de cada estudiante durante el año académico, por eso los estudiantes con promedios altos suelen estar colocados en las primeras secciones y los estudiantes con promedios bajos suelen colocarse en las últimas secciones. Entonces, estos resultados nos indican que la mayoría de los estudiantes de las secciones C y D tienen un nivel de dependencia alta, porque dedican la mayor parte del tiempo a interactuar, dándole mayor espacio al uso de los celulares, influye mucho en el desempeño escolar, lo utilizan en situaciones que no es correcto hacerlo, como cuando en horas de clases, la distracción en clase hace que él estudiante pierda la concentración y se pierda de la explicación del profesor, Además, pierde la noción de las tareas y ejercicios propuestos, cuando hay trabajos grupales hay discordias con aquellos que han estado atentos, lo que repercute negativamente en el rendimiento académico provocando un deficiente nivel académico. Sin embargo, en las secciones “A, B” solo una minoría de los estudiantes presentan dependencia alta, lo que quiere decir que los estudiantes usan el celular de manera responsable, el control del mal uso del celular beneficia al desempeño académico de cada uno de los estudiantes lo que traerá un gran avance en la educación de la ciudadanía y así tener los conocimientos necesarios para desarrollar las metas que se proponen. Por otra parte, leer o estudiar en los momentos de no conexión favorece la obtención de buenos resultados académicos. (42)

El manejo de los celulares de manera abusiva o dependiente en los estudiantes escolares es un problema actual y urgente porque cada día aumenta, a pesar que en las instituciones educativas se ha reglado que en horas de clase no debe hacer uso de los celulares, se aprecia que muchos adolescentes a partir de los 14 años que se ha reportado mayor susceptibilidad para volverse dependiente al uso del celular. (9) Los jóvenes pasan horas enviando mensajes de texto, por ello, las faltas de ortografía han aumentado considerablemente desde que los estudiantes son grandes usuarios de estos dispositivos, ya que se comunican, sobre todo, a través de los mensajes de texto y la principal preocupación de los padres es que la ortografía utilizada en los mensajes cortos pueda aumentar el número de faltas ortográficas. (43) El uso del celular se muestra perjudicial a la hora de obtener buenos resultados académicos, los estudiantes pueden utilizar los celulares no solo para comunicarse con otros en clase, sino también para hacer trampa en los exámenes, por otro lado, los adolescentes están hasta altas horas de la madrugada, eso puede repercutir negativamente en el rendimiento escolar



de forma indirecta, el hecho de desvelarse conlleva a que duerman poco y estén cansados, lo cual afecta su atención en clases. Además, los estudiantes pasan horas en las redes sociales, o con los videojuegos durante y después de las horas de clases provocándoles problemas en su capacidad de concentración, bajo desempeño escolar, también puede provocar bajas calificaciones y un fracaso en sus estudios. (41)

En cuanto a los resultados obtenidos según dimensiones, se encontró que en su mayoría presentan dependencia de nivel medio; en abuso y dificultad para controlar el impulso, seguido de tolerancia, abstinencia y por ultimo problemas ocasionados por el uso excesivo; al comparar los resultados se asemeja al estudio de Valencia (55) quien determina el nivel de dependencia al teléfono móvil de media a baja, con predominio en abuso y dificultad en controlar el impulso. Mientras que, en el estudio de Flores, Gamero, Arias, Melgar y Sota (54), se encontró que las mujeres puntúan más alto que los varones en Tolerancia y abstinencia, Abuso y dificultad para controlar el impulso, y en la puntuación total. Asimismo, los estudiantes de la Universidad Católica San Pablo obtuvieron puntajes más altos en las tres dimensiones de la adicción al celular y en la puntuación total. A partir del cual se deduce que los resultados son parcialmente diferentes, debido al distinto cuadro sintomatológico de dependencia que desencadena cada estudiante. A la mayor proporción del total de los estudiantes que presentan abuso y dificultad para controlar el impulso, se les caracteriza por la dificultad de controlar el impulso de realizar la conducta adictiva y los problemas que dicha conducta acarrea, pese a lo cual ésta continúa llevándose a cabo. (24) Los estudiantes estarían utilizando el celular de manera excesiva, teniendo una gran dificultad para dejar de utilizarlo, desarrollando conflictos entre el adicto y aquellos que le rodean; conflicto interpersonal, conflictos con otras actividades; trabajo, vida social, intereses, aficiones, o dentro de los propios estudiantes que están involucrados con su vida diaria; horarios de alimentos, sueños y de necesidades fisiológicas. (23) En muchos casos esta dependencia o uso impulsivo ha provocado en estudiantes sufrir problemas físicos y psicológicos (10), así como también problemas familiares ocasionando discusiones lo que conlleva a la separación de los seres queridos. Este comportamiento impulsivo se caracteriza por impaciencia, búsqueda de riesgos, recompensas inmediatas al realizar acciones sin tomar conciencia de los actos. (44) El adolescente es incapaz de controlar, interrumpir o detener su uso, revisa constantemente la pantalla para ver si le ha llegado un nuevo mensaje, una llamada perdida o simplemente para ver la hora y ver cómo



pasa el tiempo. Pareciera que necesitan dedicar cada vez más tiempo al celular, lo cual hace alusión a la Tolerancia.(24) Lo tiene entre sus manos o en el bolsillo, cerca de su cuerpo para tener una sensación de constante contacto con su celular, aquellos estudiantes que dejan de utilizar sus celulares presentan síntomas de Abstinencia como desesperación, angustia, ansiedad, nerviosismo, irritabilidad, palpitaciones y sudores cuando olvidan o no tienen a la mano el celular, estas manifestaciones desaparecen cuando se restablece el uso del celular. (23) Y a la menor proporción de los estudiantes presentan problemas ocasionados por el uso excesivo, los adolescentes estarían presentando dificultad para dejar de usar el celular a pesar de pretenderlo, se ponen un límite de consumo y no pueden cumplirlo, gastan en forma exagerada con el único propósito de estar comunicado y poder realizar llamadas o enviar mensajes mediante las redes sociales como: Facebook, Messenger, wasap, lo que implica gastos excesivos especialmente en los estudiantes que sólo disponen del dinero que obtienen de sus padres, llegando incluso a robar o mentir para conseguir el dinero.(55)

Según las dimensiones se llega a la conclusión, que los estudiantes en su mayoría presentan dependencia entre el nivel medio y baja; con mayor porcentaje en abuso y dificultad para controlar el impulso, se puede evidenciar la afectación en los adolescentes por la utilización excesiva del celular, y como está afecta la integridad de la salud mental de los estudiantes, interfiriendo y ocasionando problemas derivados en su vida diaria, los cuales afectan a nivel biopsicosocial. Hoy en día, se aprecia que para muchos adolescentes el uso inadecuado o excesivo de los celulares se ha convertido en una dependencia, la ausencia de este aparato puede originar reacciones parecidos a las producidas por la falta de tabaco, alcohol y las drogas.



## CONCLUSIONES

### PRIMERA:

Los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019 tienen un nivel de dependencia al celular media, seguido del nivel de dependencia alta y con un menor nivel de dependencia baja.

### SEGUNDA:

Los estudiantes de sexo femenino tienen mayor dependencia al celular que los estudiantes del sexo masculino.

### TERCERA:

Respecto a las secciones A, B los estudiantes presentan dependencia al celular media y en las secciones C, D la dependencia es alta.

### CUARTA:

En las dimensiones la mayoría de los estudiantes tienen dependencia al celular media a baja, con predominio de abuso y dificultad en controlar el impulso.



## RECOMENDACIONES

### **A LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ**

- Al Director se sugiere socializar los resultados obtenidos con los docentes, padres y adolescentes de la Institución Educativa, para dar a conocer la situación de esta problemática.
- Establecer reglas y normas en cuanto a uso de celulares en horas académicas en los estudiantes y docentes.
- En las horas de tutoría sensibilizar y concientizar, sobre el uso excesivo del celular para evitar consecuencias de la dependencia y como esto puede afectar en los estudios de los estudiantes, enfatizando en las secciones C y D ya que esta población son los que presenta mayores niveles de dependencia al celular, por ende, pueden ser afectados en mayor medida.

### **A LA FACULTAD DE ENFERMERÍA:**

Realizar sesiones educativas en las Instituciones Educativas y Centros de Desarrollo Juvenil del MINSA, en la asignatura de salud del escolar y adolescente enfatizando en la prevención del uso excesivo del celular.

### **A LOS EGRESADOS DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA:**

Realizar investigaciones sobre la dependencia al celular con un enfoque cualitativo, que permita conocer, las causas del problema, lo que contribuirá a orientar un cambio de comportamiento efectivo en los adolescentes.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Castellana M, Sánchez J, Graner C y Beranuy M. el adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos [online] 2013[Cited 2014 Mayo 15]. Available from: <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1503.pdf>
2. Gaglianone V. Adolescentes adictos al celular [online] 2015 [Cited 2019 Mayo 15]. Available from: <https://laopinion.com/2015/01/22/adolescentes-adictos-al-celular/>
3. Miranda R, Martínez A, Leiva A, Madrid R. y Enriquez L. Consumo de teléfonos móviles entre adolescentes y jóvenes en el Perú[online] Perú 2015 [Cited 2019 Mayo 20] available from:: <http://textos.pucp.edu.pe/pdf/1945.pdf>
4. INEI – Estadísticas de las tecnologías de información y comunicación en los 1562 hogares. [online] Perú 2018 [Cited 2019 Mayo 20] available from: [https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-n02\\_tecnologias-de-informacion-ene-feb-mar2018.pdf](https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/boletines/01-informe-tecnico-n02_tecnologias-de-informacion-ene-feb-mar2018.pdf)
5. OMS. Salud de los adolescentes. Organización Mundial de la Salud. Ginebra, 1569 Suiza. [cited:2019 Junio].Available from: [www.who.int](http://www.who.int)
6. Viracocha C. Uso de dispositivos móviles y desarrollo de habilidades sociales en adolescentes [Tesis de grado]. Quito. Universidad Central de Ecuador Facultad de ciencias Psicologicas. 2017
7. Pacheco S. Influencia del clima social familiar en la adicción al internet y sus efectos en la adaptación de conducta en estudiantes de secundaria de las instituciones públicas de Juliaca [tesis de grado] Facultad de Psicología. Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez. Juliaca. 2018
8. Listin Diario. Adicción a teléfono móvil puede provocar trastornos como depresión o insomnio[online] 2017[Cited 2019 Abril 28]
9. Chóliz, M., Villanueva, V. & Chóliz, M.J. (2009). Ellas, ellos y su móvil: uso, abuso y dependencia del teléfono móvil en la adolescencia, Revista Española de Drogodependencias, 34(1). España.
10. Vera R. Adicción al teléfono móvil [online] 2018[Cited 2019 Abril 28]. Available from: <https://www.psicologia-online.com/adiccion-al-telefono-movil-2320.html>.



11. Organización mundial de la salud. Definición de términos[online]1994[Cited 2019 setiembre 10]. available from: [https://www.who.int/substance\\_abuse/terminology/lexicon\\_alcohol\\_drugs\\_spanish.pdf](https://www.who.int/substance_abuse/terminology/lexicon_alcohol_drugs_spanish.pdf)
12. Gutiérrez R. La transformación digital y móvil de la comunicación política. Barcelona: [online] Editorial Ariel. 2015[cited 2018 Mayo 20]. Available from: [file:///C:/Users/CTICsperu/Downloads/La\\_transformacion\\_digital%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/CTICsperu/Downloads/La_transformacion_digital%20(2).pdf)
13. Asencio Martínez, E., Chancafe Valencia, J., Rodríguez Montenegro, V. & Solis Orlandini, C. Test de dependencia al teléfono celular DCJ. Universidad Santo Toribio de Mogrovejo, 2014
14. Luengo A. Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención. [online]2004.22-52 available from: <http://www.jogoremoto.pt/docs/extra/BL5L6u.pdf>
15. Cugota L. Adicciones ¿hablamos? Editora Parramon España. [online] 2008. [Cited 2019 Mayo 15]. Available from: [https://books.google.com.pe/books/about/Adicciones\\_hablamos.html?id=IXdlPwAACAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.com.pe/books/about/Adicciones_hablamos.html?id=IXdlPwAACAAJ&redir_esc=y)
16. Mamani E. Nivel de dependencia al teléfono inteligente en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional del Altiplano Puno - 2017. [tesis grado] Puno, Universidad Nacional Altiplano Facultad Enfermería Escuela Profesional de Enfermería. 2019
17. Choliz, M y Villanueva, V. Programa de Prevención del Abuso y la Dependencia del Teléfono móvil en Población Adolescente [Tesis Doctoral] España, Valencia. 2012.
18. Pérez T. Uso adecuado y responsable del móvil en adolescentes: consejos para padres. [Online]. 2014 [cited 2020 Julio 31]. Available from: <https://teresaperez.net/2014/05/05/uso-adecuado-y-responsable-del-movil-en-adolescentes-consejos-para-padres/>
19. Ricart. M. Adolescentes y móvil: ¿cuándo es exceso de uso y cuándo adicción? Barcelona[online] 2019[cited 2018 Diciembre 27]. Available from: <https://www.lavanguardia.com/tecnologia/20190329/46903500858/adicion-movil-adolescentes-apps-juegos-abuso-instagram.html>



20. Mathey A. Dependencia al celular entre los y las estudiantes de la Facultad de Educación de una Universidad de Chiclayo. [tesis de grado] Chiclayo: Universidad Señor De Sipan, Facultad de Humanidades. 2017.
21. Pedrero E. Rodríguez M. Ruiz J. Adicción o abuso del teléfono móvil, Revista Española de Sociedad Científica Española de Estudios sobre el Alcohol, el Alcoholismo y las otras Toxicomanías Palma de Mallorca. 2012 139(152)
22. Marketingnews, Las mujeres utilizan las redes sociales un 7% más que los hombres[online] 2018[cited 2019 enero 6]. Available from: <https://www.marketingnews.es/investigacion/noticia/1113054031605/mujeres-utilizan-redes-sociales-7-mas-hombres.1.html>
23. Castaño G, adicciones emergentes y propuestas de abordaje. xiii conferencia latinoamericana de comunidades terapéuticas. Medellín, Fundacion Unversitaria Luis Amigo. 2011
24. Chóliz M, Villanueva V. Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. Revista Española de drogodependencia. 2011; 36(2). [http://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2\\_3.pdf](http://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2_3.pdf).
25. Briones F. Rodriguez G. efectos psicológicos del abuso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) en adolescentes de una secundaria del Municipio de Soledad Graciano Sánchez en San Luis Potosí[online] 2017 [cited 2019 mayo 5] Available from: <http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v14/doc/1012.pdf>
26. Fontemachi C. Prevención de adicciones tecnológicas en adolescentes argentinos [tesis doctoral] Universidad de Valencia. Facultad de psicología 2014
27. Cruz V. La telefonía móvil y la salud. [online]2014[Cited 2019 Noviembre 15]  
Availablefrom:[https://www.who.int/pehemf/publications/en/esp\\_mobphonehealthbk.pdf](https://www.who.int/pehemf/publications/en/esp_mobphonehealthbk.pdf)
28. Vanguardia. Los siete peligros para su salud por el uso excesivo del celular[online]2014[Cited 2019 Noviembre 15] Available from: <https://www.vanguardia.com/tecnologia/los-siete-peligros-para-su-salud-por-el-uso-excesivo-del-celular-OGVL410178>
29. Díaz M. Segura S. Ciencia y luz. [online]2014[Cited 2019 Noviembre 15] Available from: <https://www.uv.mx/cienciauv/files/2014/10/ojo-rojo-00.pdf>



30. Escobar N. Sí, el síndrome del «cuello de texto» es real y es culpa de tu adicción al móvil. [online] 2014[Cited 2019 Noviembre 2]. available from: <https://hipertextual.com/2014/11/sindrome-del-cuello-de-texto>
31. Martínez O, Montalvan O. y Betancourt Y. Trastorno de insomnio. Consideraciones actuales[online] 2019[Cited 2019 Noviembre 20]. available from: <http://scielo.sld.cu/pdf/rme/v41n2/1684-1824-rme-41-02-483.pdf>
32. Pintor Y. El móvil ocasiona insomnio[online] 2019[Cited 2019 Noviembre 20]. available from: <https://mejorconsalud.com/movil-ocasiona-insomnio/>
33. Félix V, Mena L, Ostos R y Acosta, M. Nomofobia como Factor Nocivo para los Hábitos de Estudio. Revista de Filosofía y Cotidianidad Universidad Politécnica de Sinaloa,2017,29(26)
34. Estrada A. Transtornos de la ansiedad [online] 2015[Cited 2019 Noviembre 5]. available from: <http://psiquiatria.facmed.unam.mx/pdfindex/ansiedad.pdf>
35. Organización Mundial de la Salud. Hablemos de depresión [online] 2017[Cited 2019 Noviembre 10]. available from: <https://www.who.int/topics/depression/es/>
36. Instituto Nacional de la Salud Mental. La depresión: Lo que usted debe saber [online] 2017[Cited 2019 Noviembre 10]. available from: <https://infocenter.nimh.nih.gov/pubstatic/SP%2015-3561/SP%2015-3561.pdf>
37. Regueiro A. Conceptos básicos:Que es el estrés y cómo nos afecta. [online]2017[Cited 2019 octubre 18].available from: <https://www.uma.es/media/files/tallerestr%C3%A9s.pdf>
38. Price C. Alejarte de tu celular podría ayudarte a vivir más [online] 2019[Cited 2019 octubre 28]. available from: <https://www.nytimes.com/es/2019/04/27/adiccion-celular-salud-acortar-vida/>
39. Porporatto M. Que significado Phubbing [online] 2015[Cited 2019 Noviembre 15]. available from: <https://quesignificado.com/phubbing/>
40. Instituto Nacional de Tecnología de la Comunicación(INTECO) Guía sobre adolescencia y sexting: qué es y cómo prevenirlo [online] 2011[Cited 2019 Noviembre 20]. available from: <https://www.sexting.es/wp-content/uploads/guia-adolescentes-y-sexting-que-es-y-como-prevenirlo-INTECO-PANTALLASAMIGAS.pdf>
41. Espinoza O. Destupe D. Minera L. Obregón H. y Torres J. Uso excesivo del



- teléfono celular en los alumnos del primer semestre de la Facultad de Ingeniería en Sistemas. [online] 2006[Cited 2019 Noviembre 15]. available from: <http://es.calameo.com/read/0042154128551ff20731a>
42. Moroco S. Uso del Facebook y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Nacional del Altiplano, periodo 2014 [Tesis de grado] Universidad Nacional Altiplano Facultad ciencias de la Comunicación, 2015
43. Simón M. La comunicación juvenil a través del teléfono móvil: los SMS y sus repercusiones ortográficas [Online]. 2014 [cited 2019 marzo 10]. Available from:  
[http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/1293/LA%20COMUNICACI%20C3%93N%20JUVENIL%20A%20TRAV%20C3%89S%20DEL%20TEL%20C3%89FONO%20M%20C3%93VIL\\_%20LOS%20SMS.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/1293/LA%20COMUNICACI%20C3%93N%20JUVENIL%20A%20TRAV%20C3%89S%20DEL%20TEL%20C3%89FONO%20M%20C3%93VIL_%20LOS%20SMS.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
44. Medina A. moreno M. Lillo R. y Guija J. Los trastornos del control de los impulsos y las psicopatías: Psiquiatría y Ley ortográficas [Online]. 2015 [cited 2019 Marzo 25]. Available from:  
[https://fepsm.org/files/publicaciones/Los\\_trastornos\\_del\\_control\\_de\\_los\\_impulsos\\_y\\_las\\_psicopat%20C3%ADas.pdf](https://fepsm.org/files/publicaciones/Los_trastornos_del_control_de_los_impulsos_y_las_psicopat%20C3%ADas.pdf)
45. Alegsa L. Definición de Celular [online] 2019 [Cited 2019 Mayo 15]. Available from: <http://www.alegsa.com.ar/Dic/celular.php>.
46. Contreras S. Barreras comunicacionales en el uso de whatsapp y BlackBerry Messenger en las relaciones interpersonales de los jóvenes. [online]. Guatemala: USAC, Universidad de San Carlos de Guatemala; 2014. [Cited 2019 mayo 18]; available from:  
[http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/16/16\\_1256.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/16/16_1256.pdf)
47. Pineda S. Aliño Miriam. El concepto de la adolescencia [online] 2010[Cited 2001 Noviembre 10]. available from:  
[http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo\\_i\\_el\\_concepto\\_de\\_adolescencia.pdf](http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf)
48. Organización Mundial de la Salud. Desarrollo en la Adolescencia. [online] 2010 [Cited 2019 noviembre 10]. available from:  
[https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
49. MINSA.Norma Técnica Atención de Salud ´para la Atención Integral de la



- Salud en la Etapa de Vida Adolescente[online]2010[Cited 2019 noviembre 10]. available from: file:///C:/Users/Raul/Downloads/Norma%20Adolescente.pdf
50. Papalia, D. Definición de Adolescencia. Marco Teórico. [online]2001[Cited 2019 Noviembre 03]. available from: <http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/21996/capitulo1.pdf>
51. Villanueva V. Programa de prevención del abuso y la dependencia del teléfono móvil en población adolescente [Tesis doctoral]. Valencia. Universidad de Valencia. Facultad de Psicología. 2012.
52. Barbosa Y, Beltran L, Fraile S. Impulsividad, Dependencia a Internet y telefonía Movil. [Tesis Pregrado]. Bogotá D.C.: Fundación Universitaria los Libertadores, Facultad de Psicología; 2015.
53. Ticona, Y. & Tupac, E. características de uso y dependencia al movil en los estudiantes de enfermería. UNSA-Arequipa. [Tesis de grado] Arequipa: Universidad Nacional San Agustín, Facultad de enfermería; 2016.
54. Flores C, Gamero K, Adicción al Celular en Estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín y la Universidad Católica San Pablo. [Tesis posgrado] Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín. Escuela Profesional de Psicología. 2015
55. Valencia,K. Características demográficas, sociales y familiares asociado a la dependencia del teléfono móvil y adicción al internet en estudiantes del colegio gran Unidad Escolar San Carlos, Puno. [Tesis grado] Universidad Nacional Del Altiplano Puno; Facultad de enfermería, 2017.
56. Chambi S, Sucari B. Adicción a internet, dependencia al móvil, impulsividad y habilidades sociales en pre-universitarios de la Institución Educativa Privada Claudio Galeno, Juliaca 2017. [tesis grado] Universidad Peruana Unión Juliaca Facultad de ciencias de la salud Escuela Profesional de Psicología. 2017
57. Hernández R, Fernandez C, Baptista M. Metodología de la investigación. Quinta Edición ed. México: Mc. Graw Hill; 2010.
58. Gamero K, Flores C, Arias W, Ceballos K, Román A, Marquina E. Estandarización del Test de Dependencia al Celular para estudiantes universitarios de Arequipa. Persona [Online]. 2016; (19):179-200. [Cited 2019 Noviembre 03]. available from:



<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=147149810011>

59. Choliz M. Mobile-phone addiction in adolescence: The test of Mobile Phone.  
Progress in Health Sciences. 2012; 2(1).



# ANEXOS

**ANEXO 01**  
**MATRIZ DE CONSISTENCIA**

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	VARIABLES	POBLACIÓN Y MUESTRA	TIPO Y DISEÑO	TECNICA E INSTRUMENTOS
<p>¿Cuál es el nivel de dependencia en los celulares de los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019?</p>	<p><b>Objetivo general</b> Determinar el nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané-2019</p> <p><b>Objetivos específicos</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Identificar la dependencia al celular según sexo en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Huancané-2019</li> <li>➤ Identificar la dependencia al celular por sección en estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Huancané-2019</li> <li>➤ Identificar la dependencia según las dimensiones abstinencia, abuso y dificultad para controlar el impulso, problemas ocasionados por el uso excesivo y tolerancia en estudiantes de quinto de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Huancané-2019</li> </ul>	<p><b>Variable de estudio:</b> Dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Huancané</p>	<p>La población estuvo conformada por los estudiantes que cursan el quinto grado de educación secundaria, matriculados en el año 2019</p>	<p><b>Tipo de investigación</b> El tipo de investigación es descriptivo, ya que permitió describir y medir la variable de estudio, sobre el nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Cesar Vallejo de Huancané-2019.</p> <p><b>Diseño de investigación</b> El diseño de la investigación fue no experimental, de corte transversal, ya que permitirá describir la variable de estudio en un solo momento</p>	<p>Para la recolección de datos se utilizó como técnica la encuesta y el instrumento un cuestionario de Test de Dependencia al Móvil Celular</p>



## ANEXO 02



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**  
**FACULTAD DE ENFERMERÍA**  
**CONSENTIMIENTO DE MENOR DE EDAD**



### **Estimado estudiante:**

Vamos a realizar un estudio para tener información sobre el “DEPENDENCIA AL CELULAR EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CÉSAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019”. Te pedimos que respondas a todas las interrogantes que se harán en el documento. Tus respuestas permitirán conocer el nivel de dependencia al celular en los estudiantes. Si aceptas estar en nuestro estudio, Puedes hacer preguntas las veces que quieras en cualquier momento del estudio. Además, si decides que no quieres terminar el estudio, puedes parar cuando quieras. Nadie puede enojarse o enfadarse contigo si decides que no quieres continuar en el estudio. Recuerda, que no hay preguntas correctas (buenas) ni incorrectas (malas).

Si firmas este papel quiere decir que lo leíste, o alguien te lo leyó y que quieres estar en el estudio. Si no quieres estar, no lo firmes. Recuerda que tú decides estar y nadie se puede enojar contigo si no firmas el papel o si cambias de idea y después de empezar te quieres retirar.

---

Firma del participante del estudio

Fecha \_\_\_\_\_



**ANEXO 03**



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**  
**FACULTAD DE ENFERMERÍA**  
**TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL CELULAR**  
**(TDM)**



Buenos días, les saludo cordialmente, mi nombre es Maritza lozano Quispe, soy estudiante egresada de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, en esta oportunidad quiero solicitar su valiosa colaboración en la presente investigación que tiene por objetivo “Determinar el nivel de dependencia al celular en los estudiantes de quinto grado de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancane-2019” para lo cual le pido a UD. en tal sentido solicito su colaboración, contestando las preguntas en forma sincera y veraz, las respuestas son de carácter anónimo. Agradezco anticipadamente su gentil colaboración.

A continuación, se presentan preguntas con 5 alternativas de respuesta, usted deberá responder la respuesta que usted considere correcta.

**DATOS GENERALES**

Edad: \_\_\_\_\_

Sección: \_\_\_\_\_

Género: masculino ( ) femenino ( )

**A CONTINUACIÓN, INDICA CON QUÉ FRECUENCIA REALIZAS LAS AFIRMACIONES, TOMANDO COMO CRITERIO LA SIGUIENTE ESCALA:**

0	1	2	3	4
Nunca	Rara vez	A veces	Con frecuencia	Muchas veces

1	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por utilizar mucho el celular.	0	1	2	3	4
2	Me he puesto un límite de uso y no lo he podido cumplir	0	1	2	3	4
3	He discutido con mis padres o familiares por el gasto económico que hago del celular	0	1	2	3	4
4	Dedico más tiempo del que quisiera usar el celular.	0	1	2	3	4



5	He pasado (me he excedido) con el uso del celular.	0	1	2	3	4
6	Me he acostado más tarde, o he dormido menos por estar utilizando el celular.	0	1	2	3	4
7	Gasto más dinero con el celular (llamadas, mensajes...) del que me había previsto	0	1	2	3	4
8	Cuando me aburro, utilizo el celular	0	1	2	3	4
9	Utilizo el celular (llamadas, SMS...) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.).	0	1	2	3	4
10	Me han reñido por el gasto económico del teléfono celular.	0	1	2	3	4
11	Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de llamar a alguien o enviar un SMS.	0	1	2	3	4
12	Desde que tengo celular he aumentado el número de llamadas que hago.	0	1	2	3	4
13	Si se me malograra el celular durante un periodo largo de tiempo y demoraran en arreglarlo, me encontraría mal.	0	1	2	3	4
14	Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia.	0	1	2	3	4
15	Si no tengo el celular me encuentro mal.	0	1	2	3	4
16	Cuando tengo el celular entre mis manos no puedo dejar de utilizarlo.	0	1	2	3	4
17	Desde que tengo celular he aumentado el número de SMS que mando.	0	1	2	3	4
18	Inmediatamente después de levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, o si me han mandado un SMS.	0	1	2	3	4
19	Gasto más dinero en el celular ahora que cuando lo adquirí.	0	1	2	3	4
20	No creo que pueda aguantar una semana sin el celular.	0	1	2	3	4
21	Cuando me siento solo(a) le hago una llamada perdida a alguien (o le llamo o le envío un SMS).	0	1	2	3	4
22	Ahora mismo cogería el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada.	0	1	2	3	4



## ANEXO 04

### AUTORIZACIÓN PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS



*Universidad Nacional del Altiplano - Puno*

**FACULTAD DE ENFERMERÍA  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

ACREDITADA CON RESOLUCIÓN DE PRESIDENCIA N° 210-2017- SINEACE  
Ciudad Universitaria. Telefax (051) 363862 - Casilla 291



*"Año de la Lucha Contra la Corrupción e Impunidad"*

Puno, 21 de agosto de 2019

**OFICIO N° 625-2019-D-FE-UNA.**

Señor M.Sc.  
Lucio Mendoza Quispe  
Director de la Institución Educativa Secundaria César Vallejo - Huancané

Huancané.

**ASUNTO: SOLICITO BRINDAR FACILIDADES PARA EJECUCIÓN DE PROYECTO DE TESIS.**

Es grato dirigirme a vuestro despacho, para expresarle un cordial saludo a nombre propio y de la Facultad de Enfermería - Universidad Nacional del Altiplano Puno; asimismo, solicito a su despacho se brinde las facilidades del caso a la egresada **MARITZA LOZANO QUISPE**, quien ejecutará en su prestigiosa institución el proyecto de investigación titulado "DEPENDENCIA AL CELULAR EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DEL COLEGIO CÉSAR VALLEJO DE HAUNCANÉ - 2019", fungiendo como Directora de tesis la M.Sc. Julia Belizario Gutiérrez.

Agradeciendo su amable atención, expreso los sentimientos de mi especial consideración.

Atentamente,

Dra. Tita Flores de Quispe  
DECANA  
FACULTAD DE ENFERMERIA

Rdo.  
26-08-2019

Rolando Poma Ramos  
SUBDIRECTOR

C.c.  
Archivo  
TFQ/jsf.



## ANEXO 05

### ENCUESTA LLENADA POR UN ESTUDIANTE



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO  
FACULTAD DE ENFERMERÍA  
CONSENTIMIENTO DE MENOR DE EDAD



12

**Estimado estudiante:**

Vamos a realizar un estudio para tener información sobre el “DEPENDENCIA AL CELULAR EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DEL COLEGIO CÉSAR VALLEJO HUANCANÉ-2019”. Te pedimos que respondas a todas las interrogantes que se harán en el documento. Tus respuestas permitirán conocer el nivel de dependencia al celular en los estudiantes. Si aceptas estar en nuestro estudio, Puedes hacer preguntas las veces que quieras en cualquier momento del estudio. Además, si decides que no quieres terminar el estudio, puedes parar cuando quieras. Nadie puede enojarse o enfadarse contigo si decides que no quieres continuar en el estudio. Recuerda, que no hay preguntas correctas (buenas) ni incorrectas (malas).

Si firmas este papel quiere decir que lo leíste, o alguien te lo leyó y que quieres estar en el estudio. Si no quieres estar, no lo firmes. Recuerda que tú decides estar y nadie se puede enojar contigo si no firmas el papel o si cambias de idea y después de empezar te quieres retirar.

Firma del participante del estudio

Fecha 28/08/2019



## TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL CELULAR (TDM)

### I. PRESENTACION

Buenos días, les saludo cordialmente, mi nombre es Maritza Lozano Quispe, soy estudiante egresada de la Facultad de Enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, estoy realizando un trabajo de investigación con la finalidad de obtener información sobre nivel de dependencia al celular. En tal sentido solicito su colaboración, contestando las preguntas en forma sincera y veraz, las respuestas son de carácter anónimo. Agradezco anticipadamente su gentil colaboración.

### II. INSTRUCCIONES

Estimado estudiante a continuación le presento una serie de interrogantes con sus respectivas respuestas. Lea detenidamente y responda marcando con una X la respuesta que consideras correcta. Por favor te pido responder con la mayor sinceridad, la información tiene fines de investigación y de forma confidencial.

### III. DATOS GENERALES

Edad: 16 años

Sección: A

Género: masculino ( ) femenino (X)

### IV. TEST DE DEPENDENCIA AL MÓVIL

Indica con qué frecuencia realizas las afirmaciones que aparecen a continuación tomando como criterio la siguiente escala:

0	1	2	3	4
Nunca	Rara vez	A veces	Con frecuencia	Muchas veces

1	Me han llamado la atención o me han hecho alguna advertencia por utilizar mucho el celular.	<del>0</del>	1	2	3	4
2	Me he puesto un límite de uso y no lo he podido cumplir	0	1	<del>2</del>	3	4
3	He discutido con mis padres o familiares por el gasto económico que hago del celular	0	<del>1</del>	2	3	4
4	Dedico más tiempo del que quisiera usar el celular.	0	1	<del>2</del>	3	4
5	He pasado (me he excedido) con el uso del celular.	0	1	<del>2</del>	3	4



6	Me he acostado más tarde, o he dormido menos por estar utilizando el celular.	0	1	<del>2</del>	3	4
7	Gasto más dinero con el celular (llamadas, mensajes...) del que me había previsto	0	<del>1</del>	2	3	4
8	Cuando me aburro, utilizo el celular	0	1	<del>2</del>	3	4
9	Utilizo el celular (llamadas, SMS...) en situaciones que, aunque no son peligrosas, no es correcto hacerlo (comiendo, mientras otras personas me hablan, etc.).	0	1	<del>2</del>	3	4
10	Me han reñido por el gasto económico del teléfono celular.	0	<del>1</del>	2	3	4

Indica en qué medida estás de acuerdo o en desacuerdo con las afirmaciones que se presentan a continuación.

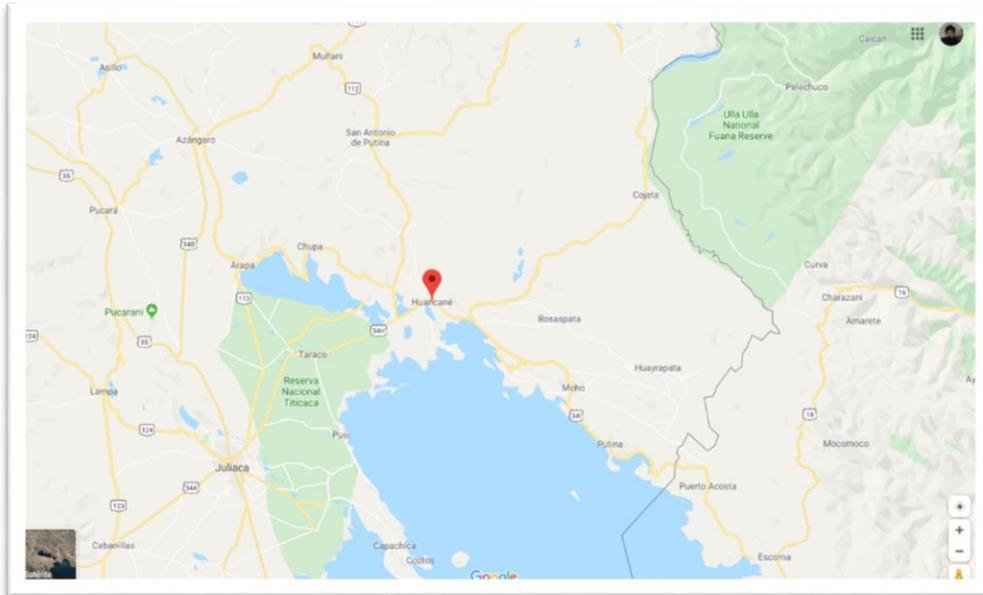
0	1	2	3	4
Totalmente en desacuerdo	Un poco en desacuerdo	Neutral	Un poco de acuerdo	Totalmente de acuerdo

11	Cuando llevo un tiempo sin utilizar el celular, siento la necesidad de llamar a alguien o enviar un SMS.	0	1	2	<del>3</del>	4
12	Desde que tengo celular he aumentado el número de llamadas que hago.	0	1	<del>2</del>	3	4
13	Si se me malograra el celular durante un periodo largo de tiempo y demoraran en arreglarlo, me encontraría mal.	0	1	2	3	<del>4</del>
14	Cada vez necesito utilizar el celular con más frecuencia.	0	1	2	<del>3</del>	4
15	Si no tengo el celular me encuentro mal.	0	1	2	<del>3</del>	4
16	Cuando tengo el celular entre mis manos no puedo dejar de utilizarlo.	0	1	<del>2</del>	3	4
17	Desde que tengo celular he aumentado el número de SMS que mando.	0	1	2	<del>3</del>	4
18	Inmediatamente después de levantarme lo primero que hago es ver si me ha llamado alguien al celular, o si me han mandado un SMS.	0	1	2	3	<del>4</del>
19	Gasto más dinero en el celular ahora que cuando lo adquirí.	0	<del>1</del>	2	3	4
20	No creo que pueda aguantar una semana sin el celular.	0	<del>1</del>	2	3	4
21	Cuando me siento solo(a) le hago una llamada perdida a alguien (o le llamo o le envío un SMS).	0	1	<del>2</del>	3	4
22	Ahora mismo cogería el celular y enviaría un mensaje, o haría una llamada.	0	1	<del>2</del>	3	4

## ANEXO 07

### EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS

**Fotografía 1. Ubicación geográfica de la provincia de Huancané**



Fuente: Google mapas

**Fotografía 2. Frontis de la Institución Educativa Secundaria Cesar Vallejo, Huancané**



Fotografía 3



**Descripción:** Estudiantes escuchando la información sobre el llenado del cuestionario.

Fotografía 4



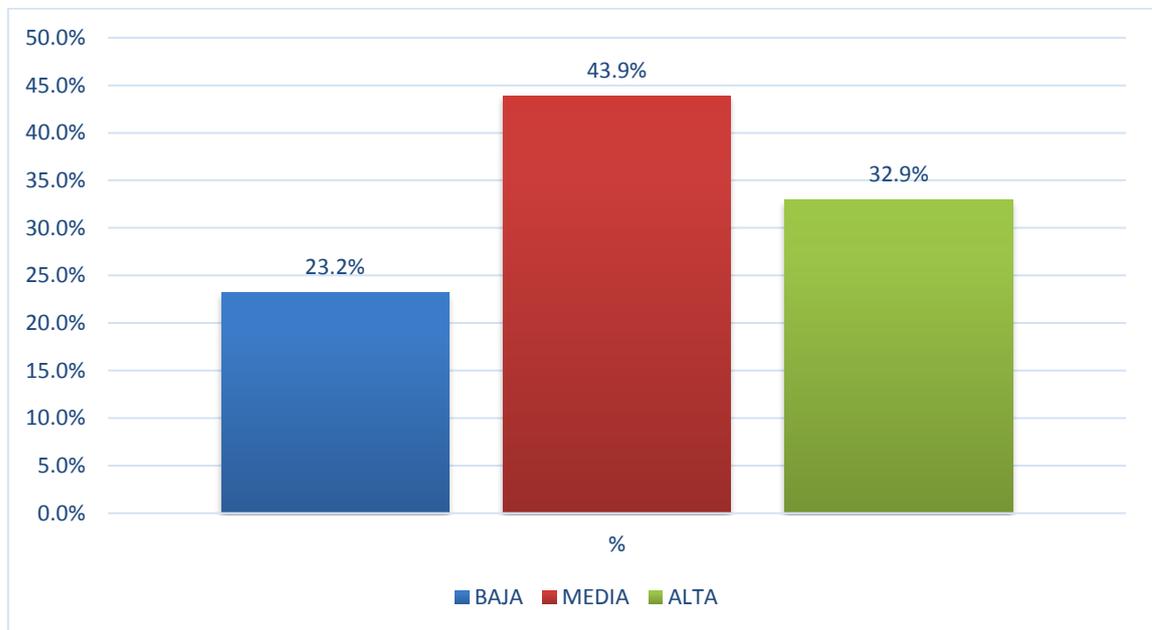
Fotografía 5



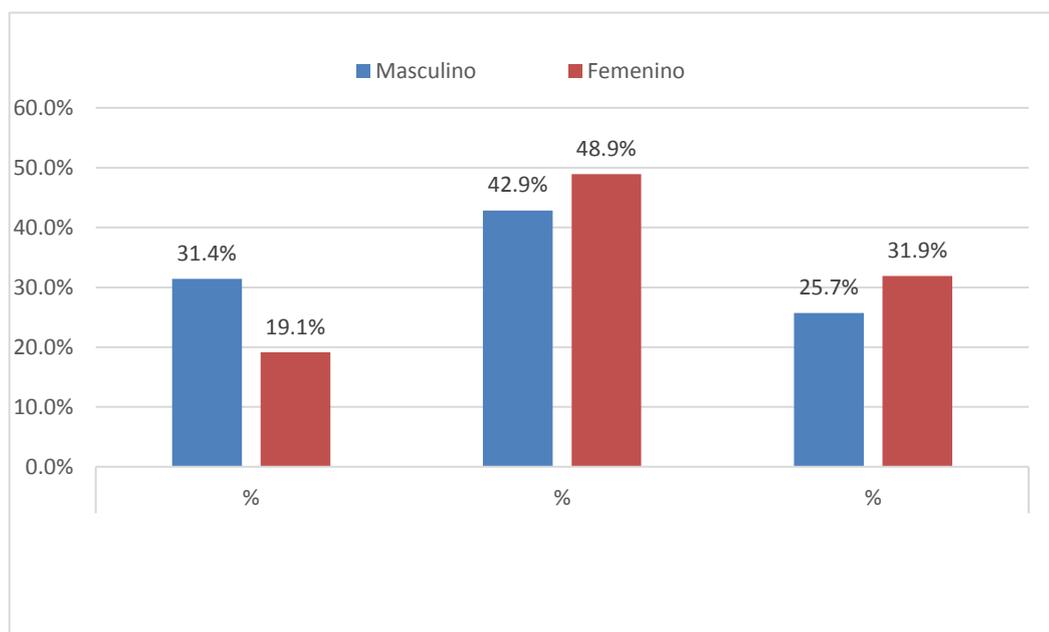
**Descripción:** Estudiantes llenando el cuestionario.

## ANEXO 06

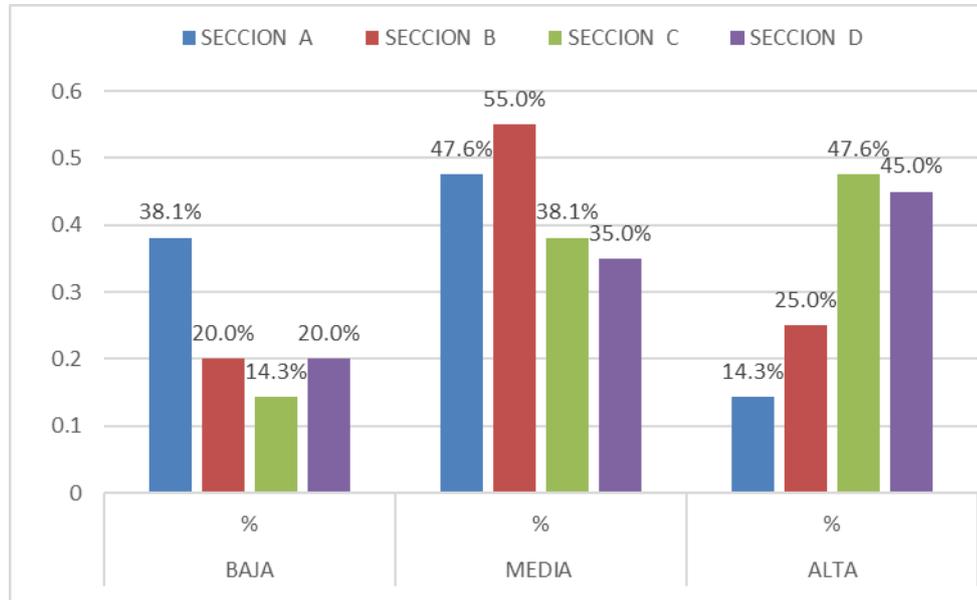
**FIGURA 1. NIVEL DE DEPENDENCIA AL CELULAR EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**



**FIGURA 2 DEPENDENCIA AL CELULAR SEGÚN SEXO EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DEL INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**



**FIGURERA 3. DEPENDENCIA AL CELULAR POR SECCIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**



**FIGURA 4. DEPENDENCIA AL CELULAR SEGÚN DIMENSIONES EN LOS ESTUDIANTES DE QUINTO GRADO DEL INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA CESAR VALLEJO, HUANCANÉ-2019**

