

NOMOFOBIA EN JÓVENES UNIVERSITARIOS

Nomophobia in young university students

YELIX LOZANO

Escuela de Psicología de la Universidad Rafael Urdaneta (Maracaibo, Venezuela)

E-mail: yelixlozano@hotmail.com

ELIZABETH PERSAD

Escuela de Psicología de la Universidad Rafael Urdaneta (Maracaibo, Venezuela).

E-mail: echabela64@hotmail.com

Fecha de admisión: 24-01-2020

Fecha de aceptado: 14-02-2020

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo determinar la Nomofobia en Jóvenes Universitarios, la cual se clasifica como un estudio de campo donde el diseño utilizado fue no experimental Transaccional Descriptivo. Se utilizó el muestreo No probabilístico Accidental y la muestra estuvo conformada por 100 jóvenes universitarios entre 18 y 26 años que habitan en la localidad de Maracaibo, Estado Zulia. Para esta investigación se utilizó el Test de Dependencia al Móvil (Chóliz & Villanueva 2011), donde los resultados revelaron que los jóvenes universitarios poseen un nivel medio de Nomofobia, pero por dimensiones se obtuvo en Abstinencia un nivel medio, en Ausencia de control un nivel alto y en Tolerancia un nivel bajo. Se determinó que no existe una relación estadísticamente significativa al comparar la Nomofobia por universidades, pero se hallaron puntajes estadísticamente significativos al momento de comparar el género.

PALABRAS CLAVE: Dependencia, jóvenes, móvil, nomofobia

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the Nomophobia in Young University Students, which is classified as a field study where the design used was non-experimental Transactional Descriptive. The Non-Probabilistic Accidental sampling was used and the sample consisted of 100 university students between 18 and 26 years old living in the town of Maracaibo, Zulia State. For this research the Mobile Dependency Test (Chóliz & Villanueva 2011) was used, where the results revealed that the university students have an average level of Nomophobia but by dimensions a medium level was obtained in Abstinence, in Absence of control a high level and in Tolerance a low level. It was determined that there is no statistically significant relationship when comparing Nomophobia by universities but statistically significant scores were found when comparing gender.

KEYWORDS: Dependence, young, mobile, nomophobia

INTRODUCCIÓN

El avance de la tecnología en los últimos años trajo muchas ventajas y desventajas a nuestra vida cotidiana; hace algunos años, muy pocas eran las personas que tenían celular, internet en casa o una consola de video juegos. Los tiempos de respuesta de antes eran más largos y se les respetaba, se tenía más paciencia y se esperaba más tiempo la devolución de un llamado, un mensaje o la contestación de un mail, pero esos tiempos se fueron acortando hasta llegar al punto actual en el que lo que predomina es “la cultura del ya, del ahora, que todo tiene que estar preparado para ayer” (Glass, 2017, p. 53).

La nomofobia según Ponce (2011) es conceptualizada como el miedo irracional a quedarse sin teléfono móvil ya sea momentáneamente o para siempre; su nombre proviene de la expresión inglesa “no-mobil-phone phobia” que significa “sin móvil o celular”, una enfermedad que es causada por el pánico a sentirse desconectado sintiendo el miedo irracional de salir a la calle sin el teléfono e incluso estar dentro del hogar sin tener el teléfono cerca. Es una situación que desde hace años atrás se está presentando debido a que cada día se vuelve más intensa en hogares de familia, trabajos, escuelas y universidades; trayendo consigo problemáticas en relaciones interpersonales, en el rendimiento como estudiantes e incluso al no seguir las normas de los padres o lugares donde se pueda encontrar.

A partir de lo antes mencionado, Forunati (2002) refiere que los usuarios de teléfonos celulares sufren de esta fobia, cuyos síntomas son ansiedad, inestabilidad, agresividad y dificultad para concentrarse, los cuales se presentan cuando los usuarios olvidan el celular en sus casas, cuando les queda poca batería o cuando se encuentran en un área que tiene poca cobertura o mala señal; además, influyen los robos y extravíos.

Por otro lado, Torres (2012); comenta que los jóvenes en su mayoría tienen esta adicción (18 y 25 años) los cuales manifiestan problemas de autoestima, déficit de atención en la universidad ya que están más pendientes del teléfono que de las clases que se les imparten, tienen un déficit evidente en la manera de relacionarse socialmente y escaso potencial para resolver conflictos. Es por ello que esta investigación tiene como objetivo determinar la Nomofobia en jóvenes universitarios y a su vez caracterizar el grado de abstinencia al no usar el móvil en jóvenes universitarios, describir la ausencia de control en el uso del celular, identificar el nivel de tolerancia e interferencia del uso del celular con otras actividades en jóvenes universitarios y comparar la Nomofobia en estudiantes universitarios según Universidad y Género.

Esta investigación posee relevancia social ya que los resultados del mismo son beneficiosos tanto para la muestra de estudio a causa que pondrá en evidencia su propia afectación, es decir, la magnitud de dependencia que presentan ante los celulares. Así mismo, se benefician centros especializados de investigación como además encargados de programas de mejora de la salud mental, puesto que en base a los resultados pueden dirigir campañas de prevención de la dependencia al celular y promocionar hábitos saludables en su uso. Su aporte metodológico permite mostrar instrumento y metodología de acción válida y confiable.

También la presente investigación como implicaciones prácticas, permite conocer la prevalencia y afectación real de dependencia al celular que hasta la actualidad se desconoce su real envergadura en nuestro medio local. Por otro lado, la investigación tiene valor teórico puesto que se plantea un cumulo de información acerca del tema nomofobia ampliando conocimien-

tos con respecto a la dependencia al celular y además diferenciar los niveles según el sexo y edad por lo que se conocerá quienes serán más afectados en los estudiantes universitarios.

En relación a Chóliz & Villanueva (2011) desarrollaron un instrumento de medida de la dependencia al teléfono móvil teniendo como base los criterios diagnósticos de la dependencia, los cuales son los siguientes: Abstinencia, se denominó así ya que hace referencia tanto al malestar que se presenta cuando no se puede utilizar el teléfono móvil como al uso del mismo para aliviar los problemas psicológicos, siendo una de las principales características de los trastornos adictivos.

Así mismo, la ausencia de control y problemas derivados, se refiere a la utilización excesiva del móvil en cualquier momento y situación y la dificultad para dejar de consumir; esto crea problemas ocasionados por el uso excesivo y tienen consecuencias negativas en la esfera personal o gasto monetario excesivo y Tolerancia e interferencia con otras actividades que se relaciona con el incremento en el consumo y la interferencia con el resto de las actividades del sujeto.

MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación fue de tipo y nivel descriptivo ya que pretendió realizar una descripción o caracterización de la variable de estudio nomofobia (Hernández, Fernández & Baptista, 2014). Asimismo, en concordancia con lo expuesto por Kerlinger (2002) la investigación fue de campo puesto que los datos fueron obtenidos directamente de situaciones reales para describirlos, interpretarlos, entender su naturaleza y los factores que lo constituyen. El diseño de la investigación se relacionó al tipo no experimental transaccional descriptivo, debido a que en esta investigación no se manipulo la variable psicológica, la recolección de datos fue en un solo momento y en un tiempo único.

La población de la investigación estuvo conformada por estudiantes de ambos géneros que cursaran estudios universitarios en el Estado Zulia. El muestreo para tal investigación fue No probabilístico Accidental donde el investigador abordó a los sujetos que se presentaron en un periodo específico y lugar determinado, siguiendo determinadas características: Que fuera universitario, asistiera a horario matutino o vespertino en la Universidad Rafael Urdaneta, Universidad del Zulia o Universidad Rafael Bellosó Chacín. La muestra obtenida fue de 100 sujetos, siguiendo las propiedades de una población.

Cuadro 1.

Muestra

Universidades	Estudiantes
URU	40
URBE	30
LUZ	30
Total	100

El TDM (Chóliz & Villanueva, 2011), fue usado como instrumento de diagnóstico y como soporte en el tratamiento de la adicción a los teléfonos móviles. El cuestionario consiste en 22 ítems de escala tipo Likert que van del ítem 1 al 10 en una escala desde 0 (nunca) a 4 (muchas

veces) y del ítem 11 al 22 en una escala de desde 0 (Totalmente Desacuerdo) a 4 (Totalmente de Acuerdo), puede ser aplicado de forma individual o colectiva, con un margen de tiempo de 10 a 15 minutos. En relación a la puntuación esta se puede obtener con sumatorio ya sea una puntuación global o de los tres factores.

En función del contenido de estos ítems, el primer factor se llamó abstinencia compuesto por los ítems 8, 11, 13, 14, 15, 16, 20, 21,22. El segundo factor estuvo compuesto por seis elementos 1, 2, 3, 4, 7 y 10 este factor fue etiquetado como falta de control y problemas derivados del uso. Finalmente, el tercer factor compuesto por los ítems 5, 6, 9, 12, 17, 18 y 19 fue etiquetado como tolerancia e interferencia con otras actividades.

Con la ayuda del mapa de variables se ubicó el mayor y menor puntaje para ser distribuido en tres niveles (Bajo-Medio-Alto); en el caso de la dimensión Abstinencia la conformaron 9 ítems (8,11,13,14,15,16,20,21,22) con un valor total de 36 puntos y el menor valor es de 0, se dividió los 36 números que conforman la dimensión entre tres que equivale a los niveles. En cuanto a la dimensión Ausencia de Control la conformaron 6 ítems (1,2,3,4,7,10) con un valor total de 24 y el menor valor de 0, se dividió los 24 números que conformaron la dimensión entre tres que equivale a los niveles. Para la dimensión Tolerancia e Interferencia con otras actividades estuvo compuesta por 7 ítems (5,6,9,12,17,18,19) con un valor total de 28 y el menor de 0, se dividió los 28 números que conformaron la dimensión entre tres que equivale los niveles.

Tabla 1.

Baremo de Interpretación Puntaje de Dimensiones Nomofobia

Dimensiones	Bajo	Medio	Alto
Abstinencia	0-11	12-23	24-36
Ausencia de Control	0-7	8-15	16-24
Tolerancia	0-8	9-17	18-28

Nota: Lozano (2019)

Para elaborar el baremo de interpretación de resultados de la variable Nomofobia se tomó el puntaje de la escala de respuestas que va del 0 al 4 y se multiplico por el número total de ítems (22), lo cual indica que el menor puntaje de un sujeto es 0 según la escala y el mayor 88 de contestar 4 en la escala. La regla de tres permite establecer los tres niveles (Bajo-Medio-Alto) compuesto en este caso por 25 números cada bloque o nivel, lo cual explica que a mayor puntaje mayor Nomofobia y a menor puntaje menor Nomofobia.

Tabla 2.

Baremo de Interpretación Puntaje de Nomofobia

Variable	Bajo	Medio	Alto
Nomofobia	0-29	30-58	59-88

Nota: Lozano (2019)

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Tabla 3.

Resultados Dimensiones Nomofobia

Dimensiones	Media	Desviación Estándar	Nivel
Abstinencia	12,56	12,98	Medio
Ausencia de Control	18,59	13,67	Alto
Tolerancia	7,54	15,93	Bajo
Nomofobia	42,70	16,00	Medio

Nota: Lozano (2019)

En la Tabla 3 se observó en la dimensión abstinencia que la media referida por el grupo encuestado mostro un nivel medio, según Chóliz & Villanueva (2011) hacen referencia tanto al malestar que se presenta cuando no se puede utilizar el teléfono móvil como al uso del mismo para aliviar los problemas psicológicos. Es una de las principales características de los trastornos adictivos, que se expresa por un severo malestar provocado cuando no se tiene la posibilidad de utilizar el funcionamiento del móvil o las dificultades en su uso generan reacciones emocionales negativas magnificadas; esto significa que estos estudiantes reúnen características de adicción pero medias, pueden separarse de su móvil en momentos de estudios, trabajos o cuando presentan exámenes pero al estar haciendo estas actividades usan el celular como entretenimiento o cuando se sienten solos, hacen llamadas a alguien, envían un mensaje o un *WhatsApp*.

En cuanto a la dimensión ausencia de control los estudiantes señalaron una media en nivel alto, lo cual significa que estos jóvenes hacen un uso excesivo del móvil en ciertos momentos y situaciones, como por ejemplo cuando están haciendo uso del transporte público, cuando presentan exámenes o actividades universitarias, sin embargo es de hacer notar que esta característica está relacionada con una de las características principales de los trastornos adictivos, es decir este grupo aun cuando es capaz de poner un límite de uso del celular, no controlan el gasto monetario que provoca el uso del móvil, como control datos o megas en este caso, encontrando que manifiestan problemas familiares por uso de este aparato.

Apoyados en los autores Castellana, Sánchez, Graner & Beranuy (2006) definen las adicciones tecnológicas como aquellas que involucran la interacción del hombre-máquina y resaltan que uno de los síntomas nucleares es la incapacidad de control e impotencia donde la conducta pese al intento de controlarla no se puede detener una vez iniciada. Este resultado se relaciona con el obtenido por Fernández (2014) quien es su estudio "Dependencia al teléfono celular en los Jóvenes" encontró alto nivel de dependencia principalmente en el manejo de las redes sociales, visualización de correos y escuchar música, donde argumenta el 86% que el uso del móvil es indispensable.

La última dimensión corresponde a la tolerancia donde los encuestados respondieron 7,54 en media ante esta dimensión donde al compararla con el baremo de interpretación de resultados (puntuaciones de 0 a 8) se encuentran en nivel bajo, ello significa que para los encuestados es suficiente usar el celular en momentos necesarios de su vida, además el consumo actual del uso del celular no interfiere con el resto de las actividades de los sujetos estudiados,

es probable que la situación país tenga su influencia debido a que estos jóvenes ejercen control del uso para lograr su meta en el proceso enseñanza aprendizaje, utilizan más la comunicación personal, considerando también los costos de matrícula de universidad y transporte.

La tolerancia es expresada por Chóliz & Villanueva (2011) como el incremento en el consumo y la interferencia con el resto de las actividades del sujeto. También se refiere a la necesidad de utilizar cada vez más el móvil para conseguir la misma satisfacción o que el uso moderado no llegue a ser suficiente, lo cual no ocurre en el grupo general. Estos resultados guardan relación con los obtenidos por Gutiérrez & Noriega (2015) quien en su investigación dio a conocer las relaciones interpersonales de jóvenes que utilizan las redes sociales, se tuvo como resultado que al conocer las relaciones interpersonales de los jóvenes, las redes sociales las utilizan para mantener o incrementar la comunicación con amigos, familiares, compañeros de estudio o pareja; pero aun así sigue siendo importante para ellos el encuentro personal con los otros.

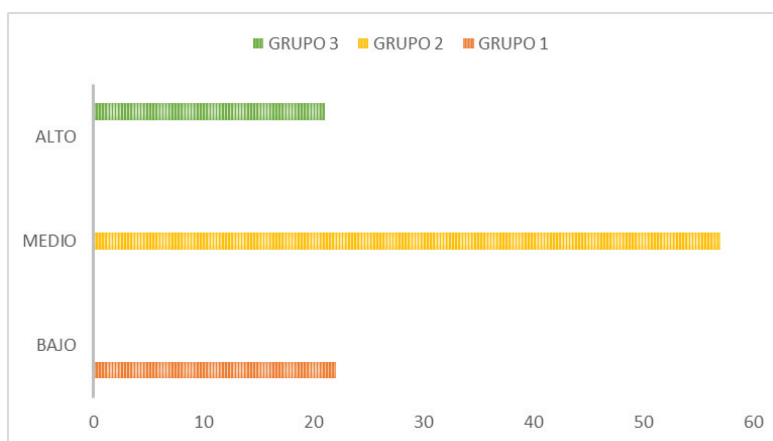


Figura 1. Resultados por Estudiantes

Nota: Lozano (2019)

Siguiendo la misma línea se muestran los resultados de la variable nomofobia. Dicha variable en el grupo general estudiado apunto una media que lo ubica en un nivel medio, este grupo se distribuye de la siguiente manera, 57 estudiantes se ubican en un nivel medio mostrando mediana abstinencia, control y tolerancia, usan el celular como entretenimiento o cuando se sienten solos, hacen llamadas a alguien, envían un mensaje de texto o WhatsApp, estos jóvenes son capaces de controlar su comportamiento ante el uso del móvil, quizás por la situación país donde el problema de electricidad, alto costo del internet, falta de acceso a wifi en sitios públicos y el alto impacto económico que acarrea para el grupo familiar hacen que estos jóvenes sean más consientes en administrar los megas y el uso a la red.

El segundo grupo está compuesto por 22 estudiantes universitarios quienes se ubican en un nivel bajo demostrando que su abstinencia, control y tolerancia demuestran síntomas no adictivos, dando uso al celular en momentos necesarios de su vida, para que no interfiera con sus actividades diarias. El último grupo lo conforman 21 jóvenes estudiantes presentando un puntaje en media que los relaciona según el baremo de interpretación de resultados en nivel

alto, lo cual significa que estos jóvenes hacen un uso excesivo del móvil en cualquier momento y situación, demostrando que su abstinencia, control y tolerancia está relacionada con características de los trastornos adictivos. Según Asencio, Chancafe, Rodríguez & Solís (2014) la dependencia a este aparato tecnológico genera un hecho adictivo lo que conlleva a una pérdida del sentido del tiempo, descuido o abandono de actividades básicas; así como también abstinencia reflejada en el sentimiento de ira, tensión y/o depresión cuando no es posible el acceso al móvil, este grupo no es capaz de poner un límite al uso del celular.

De acuerdo con Farley (2007), los estudiantes universitarios adictos al móvil suelen presentar algunas características de personalidad comunes como una baja autoestima, problemas con la aceptación del propio cuerpo y déficit en habilidades sociales y en resolución de conflictos. La Nomofobia se manifiesta en síntomas como ansiedad, miedo, enojo, malestar general, enfado o inquietud, negación, ocultación y/o minimización del problema, sentimiento de culpa y disminución de la autoestima que repercute directamente en el proceso Enseñanza-Aprendizaje, con resultados preocupantes en el rendimiento académico por la falta de atención y concentración en las diferentes clases y llevando consigo pérdida del semestre y frustrando su futuro académico.

Este resultado se asemeja al encontrado por Fernández (2014), quien en su investigación titulada "Dependencia del teléfono celular en los Jóvenes", encontró en los resultados que son los jóvenes quienes presentan un alto nivel de dependencia a sus dispositivos móviles, además que su uso es principalmente para redes sociales, a su vez prefieren visualizar correos electrónicos y escuchar música, en vez de otros dispositivos. A continuación, se muestra en las siguientes tablas las respuestas al último objetivo el cual consiste en comparar la Nomofobia en Estudiante Universitarios según Universidad y Género.

Tabla 4.

Nomofobia según Universidad

Dimensiones/VARIABLES	Universidad			H de Krukal Wallis Sig.
	URU	URBE	LUZ	
Abstinencia	13,18	12,46	11,32	0,745
Ausencia Control	18,01	18,51	16,89	0,793
Tolerancia	7,48	7,55	7,99	0,761
Nomofobia	43,58	42,73	41,50	0,784

Nota: Lozano (2019)

En cuanto a la Tabla 4 se encuentra que no existe relación significativa entre las dimensiones que componen la variable Nomofobia en los estudiantes de URU, URBE y LUZ, es decir estos estudiantes presentan medianos niveles de Nomofobia que impactan sobre mediano nivel de abstinencia, alto de nivel de control y bajo nivel de tolerancia. Este resultado se asemeja al encontrado por Mendoza (2016) quien hizo una investigación con el interés identificar la posible relación entre el patrón de uso de las nuevas tecnologías (celular e internet), y el rendimiento escolar, en adolescentes del Gran Mendoza. El análisis de las relaciones entre el rendi-

miento escolar y el de uso de las tecnologías, señaló que hay una asociación leve negativa y no significativa ($p > 0,05$), tanto en días escolares como los fines de semana.

Tabla 5.

Nomofobia según Género

Dimensiones/Variabes	Género		U de Mann-Whitney Sig.
	M	F	
Abstinencia	11,86	13,26	0,341
Ausencia Control	18,26	18,92	0,499
Tolerancia	6,42	8,66	0,001*
Nomofobia	41,20	44,20	0,347

*Significativa a nivel 0,05 Bilateral**

Nota: Lozano (2019)

Al relacionar género con la variable nomofobia se utilizó la prueba no paramétrica U de Mann-Whitney puesto que se tienen dos grupos, tal como se muestran en la Tabla 5 donde se encontró que no existe diferencia significativa entre el género y la variable estudiada a nivel global, sin embargo, se observó que el grupo femenino refiere en la dimensión Tolerancia diferencias con respecto al grupo masculino es decir las mujeres son menos tolerantes al uso del dispositivo. Este resultado se asemeja al encontrado por Flores, Gamero, Arias, Melgar, Sota & Ceballos (2015), en su investigación titulada “Adicción al celular en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín y la Universidad Católica San Pablo”, donde los resultados arrojados describen que son las mujeres quienes puntúan más alto que los varones con respecto a la Tolerancia.

CONCLUSIONES

Se presenta en síntesis los resultados obtenidos al determinar Nomofobia en estudiantes universitarios:

En cuanto a la variable nomofobia se encontró que el grupo estudiado presenta un nivel mediano caracterizado por la abstinencia en nivel medio donde el grupo revela que no reúnen características de adicción, pueden separarse de su móvil en momentos de estudios, trabajos, cuando presentan exámenes, usan el celular como entretenimiento o cuando se sienten solos, hacen llamada a alguien o envían un mensaje o un *WhatsApp*, entre otros. En la dimensión Ausencia de control los estudiantes señalan un nivel alto lo cual significa que estos jóvenes hacen un uso excesivo del móvil en momentos donde la situación lo permite, por tanto, está relacionada con una de las características principales de los trastornos adictivos. Y en la dimensión Tolerancia presentaron un nivel Bajo caracterizado por el consumo actual del uso del celular no interfiere con el resto de las actividades de los sujetos estudiados.

Al comparar la variable nomofobia con universidades y género se encontró que no existe diferencia significativa entre los grupos de estudiantes de las universidades URU, URBE y

LUZ, sin embargo, al comparar género se encontró en la dimensión tolerancia una relación significativa con las mujeres denotando que estas se inclinan al uso del dispositivo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Asencio, E., Chancafe, J., Rodríguez, V. & Solís, C. (2014). *Test de dependencia al teléfono celular*, 20-29.
- Castellana, R., Sánchez, X., Graner, C. & Beranuy, M. (2006). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: Internet, móvil y videojuegos. *Papeles del Psicólogo*, 28, 196-204.
- Chóliz, M. & Villanueva, V. (2011). Ellas, ellos y su móvil: uso, abuso y dependencia del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias*, 36 (2), 165-184.
- Farley, T. (2007). Tres aristas de un triángulo: Bajo rendimiento académico, fracaso y deserción escolar, y un centro: El adolescente. *Revista científica electrónica de Psicología ICSa-UAEH*, 28(2), 2-7.
- Fernández, A. (2014). Dependencia del teléfono celular en los Jóvenes (pregrado). Buenos Aires, Argentina.
- Flores Toledo, C., Gamero Quequezana, K., Arias Gallegos, W. L., Melgar Carrasco, C., Sota Velásquez, T., & Ceballos Canaza, K. (2015). Adicción al celular en estudiantes de la Universidad Nacional de San Agustín y la Universidad Católica San Pablo. *Revista Psicológica (Arequipa. Univ. Catól. San Pablo)*, 5(2), pp.13-25. Recuperado de: <http://goo.gl/3SSGLF>
- Forunati, L. (2002). El teléfono móvil de los jóvenes. *Estudios de Juventud*, 57, 59-78.
- Glass, A. (2017). Psicología educacional. *Revista científica Americana*, 2, 50-55.
- Gutiérrez, C & Noriega, P. (2015). Relaciones Interpersonales de jóvenes que utilizan las redes sociales Universidad de Carabobo (pregrado). Venezuela
- Hernández, R., Fernández, C & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación. Editorial McGraw-Hill.
- Kerlinger, F. (2002). Investigación del comportamiento. 2da. Edición.
- Lozano, Y. (2019). Nomofobia en Jóvenes Universitarios (pregrado). Maracaibo, Venezuela
- Ponce, A. (2011). Nomofobia: la pandemia del siglo XXI. Recuperado de <http://alexponceaguirre.suite101.net/nomofobia-la-pandemiadel-siglo-xxi.a66645>
- Sponton, L. (2016). Identificar la posible relación entre el patrón de uso de las nuevas tecnologías (celular e internet), y el rendimiento escolar, en adolescentes del Gran Mendoza. Argentina.
- Torres, T. (2012). Nueva enfermedad que llego con los celulares. Recuperado de <http://www.yoespiritual.com/reflexiones-sobre-lavida/nomofobia-nueva-enfermedad-que-llego-con-los-celulares.html>