



Universidad Tecnológica ECOTEC

FACULTAD DE COMUNICACIÓN, HUMANIDADES Y CREATIVIDAD

Título del trabajo:

La adicción al celular y su repercusión en problemas de salud mental en estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC periodo 2023-2024.

Línea de Investigación:

Psicología, Bienestar y Salud

Modalidad de titulación:

Trabajo Integrador

Carrera/programa:

Licenciatura en Psicología Itinerario Organizacional

Título a obtener:

Licenciatura en Psicología

Autores:

Jorge Alejandro Redrovan Angulo

Angie Daniela Apraez Orellana

Tutor:

MSc. Christian Fabian Yong Peña

Guayaquil – Ecuador

2024

**PROCESO DE TITULACIÓN
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR**

Samboyondón, 06 de agosto del 2024

Magíster
Verónica Baquerizo Álava
Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad
Universidad Tecnológica ECOTEC

De mis consideraciones:

Por medio de la presente comunico a usted que el trabajo de titulación TITULADO: **La adicción al celular y su repercusión en problemas de salud mental en estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad Ecotec periodo 2023-2024**, fue revisado, siendo su contenido original en su totalidad, así como el cumplimiento de los requerimientos establecidos en la guía para su elaboración, por lo que se autoriza al estudiante: **Jorge Alejandro Redrovan Angulo y Angie Daniela Apraez Orellana**, para que proceda con la presentación oral del mismo.

ATENTAMENTE,



Firma
Mgtr. Christian Fabián Yong Peña
Tutor(a)

ANEXO No. 10

PROCESO DE TITULACIÓN CERTIFICADO DEL PORCENTAJE DE COINCIDENCIAS DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Habiendo sido revisado el trabajo de titulación TITULADO: La adicción al celular y su repercusión en problemas de salud mental en estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC periodo 2023-2024., elaborado por Apraez Orellana Angie Daniela y Redrovan Angulo Jorge Alejandro, fue remitido al sistema de coincidencias en todo su contenido el mismo que presentó un porcentaje del 10% mismo que cumple con el valor aceptado para su presentación que es inferior o igual al 10% sobre el total de hojas del documento. Adicional se adjunta print de pantalla de dicho resultado. file:///C:/Users/cyong/Downloads/certificate-report_es_grupo-5.pdf



ATENTAMENTE,



Firma
Mgtr. Christian Fabian Yong Peña
Tutor(a)

Índice

1.	Desarrollo del trabajo de integración curricular.....	7
a.	Introducción	7
b.	Desarrollo de la investigación	11
	Capítulo 1: Marco Teórico.....	11
	Capítulo 2: Metodología del Proceso de Investigación.....	16
	Enfoque de la investigación.....	16
	Diseño de la investigación.....	16
	Alcance de la investigación.....	16
	Delimitación de la investigación.....	17
	Población y muestra de la investigación.....	17
	Métodos empleados.....	18
	Procesamiento y análisis de la información.....	21
	Capítulo 3: Resultados de la Investigación.....	23
	Presentación de resultados.....	23
	Discusión de los resultados.....	41
c.	Conclusiones	44
d.	Recomendaciones	45
e.	Referencias y bibliografía	46
f.	Anexos	53

Índice de Figuras

Figura 1. Sexo.....	23
Figura 2. Edad de encuestados	24
Figura 3. Siente ansiedad y mira el móvil.....	25
Figura 4. Tiempo excesivo y uso constante del celular	26
Figura 5. Dedicación más tiempo del necesario, siendo incapaz de dejar el móvil	27
Figura 6. Dedicación y motivación por uso del celular	28
Figura 7. Más tiempo con el móvil.....	29
Figura 8. Comportamiento con los celulares	30
Figura 9. Estado de salud	31
Figura 10. Dolor y opresión de cabeza.....	32
Figura 11. Pérdida de sueño y mal humor.....	33
Figura 12. En Pánico, con nervios.....	34
Figura 13. Mantenerse ocupado y hacer las cosas	35
Figura 14. Desempeño de actividades y toma de decisiones	36
Figura 15. Vida sin esperanza.....	37
Figura 16. Nervios si control, querer quitarse la vida.....	38

Índice de Tablas

Tabla 1. Dimensiones del instrumento GHQ	19
Tabla 2. Correlación entre ansiedad y estar muerto	39
Tabla 3. Correlación entre ansiedad, estar muerto y querer suicidarse	39
Tabla 4. Correlación entre variables estar muerto, intenciones de suicidarse, dolores de cabeza y agotado.....	40

1. Desarrollo del trabajo de integración curricular

a. Introducción

Contexto histórico social del objeto de estudio

La adicción al celular en sentido general es la dependencia excesiva y poco saludable al móvil, que puede ocasionar una serie de consecuencias físicas y psicológicas como son estados de insatisfacción, depresión, remordimiento, culpa y frustración. Hoy en día, estamos frente a una nueva era digital, en la que las tecnologías como son el internet y el teléfono móvil, que se han establecido como el eje central en la vida de muchas personas por diferentes razones, estas se encuentran en todos los hogares, ayudando a facilitar el trabajo, el acceso a la información, el conocimiento del entorno, lo que exige mucha dedicación y atención (Escudero, Garre, Martínez, & Alcántara, 2020).

Los teléfonos móviles, a nivel mundial se han convertido en herramientas indispensables para personas, donde se establece que el principal problema es que se vuelve difícil imaginar la vida cotidiana sin la presencia de estos, los mismos que se han integrado a la vida a tal punto de modificar las rutinas diarias, hábitos, comportamientos sociales, relaciones familiares e Interpersonales (Tobar, Acosta, Mejía, & Puchaicela, 2023).

Por lo que, esta investigación se origina a partir de la necesidad que existe de conocer el daño que está ocasionando el uso excesivo del celular, presentando alteraciones en la conducta, ya que esta se ha vuelto irreprimible, incontrolable y abusiva, llegando a desplazar otras actividades.

Dentro de este contexto, los principales antecedentes de este estudio se establecen por investigaciones efectuadas por Cernioglia et al. (2019), donde destacan que los jóvenes que tienen el uso constante de celulares se encuentran expuestos a algunos riesgos importantes, entre estos se evidencia el acceso a contenidos inapropiados, contacto con desconocidos, amenazas a la privacidad, así como ciertos peligros relacionados con la

salud mental y el comercio electrónico; por lo que, al mantener un uso excesivo, existe un alto peligro de generar un comportamiento adictivo que ocasiona dependencia y falta de control sobre diversas conductas.

No obstante, estudios realizados por Lee et al. (2020), indican características fundamentales relacionadas al uso del celular por parte de las personas, las cuales se relacionan con la socialización, donde este es empleado como un mecanismo de diferenciación social.

En efecto, se establece la necesidad de desarrollar este estudio a fin de determinar la vulnerabilidad a la que se encuentran expuestos los jóvenes producto de la adicción al celular, donde se evidencian la presencia de varios factores que repercuten en una mala salud mental, en la que se incluyen alteración del sueño, problemas de comportamiento, afección en la cognición y aislamiento del mundo real, lo que contribuye al desarrollo de trastornos mentales (Martínez, Beatriz, & López, 2019).

Estudios efectuados por Pinargote et al. (2022), indican que el alto uso del teléfono móvil en jóvenes ha predominado en el género femenino, ya que estos han prevalecidos a fin de mantener sus relaciones interpersonales, los cuales se asocian a rasgos de personalidad como neurosis, extroversión, impulsividad, autoestima, autoimagen e identidad propia. Así pues, cabe resaltar, que esta problemática es un fenómeno que afecta a nivel mundial, donde la adicción a los celulares, ocasiona trastornos mentales, especialmente la ansiedad y la depresión, son una de las principales causas de morbilidad que se presentan en los jóvenes en la sociedad actual, las mismas que se encargan de comprometer las actividades que efectúan diariamente los individuos, sobre todo las relaciones sociales (OMS, 2022; y Romero & Aznar, 2019).

La adicción al celular también es uno de los factores que influyen de forma directa en la aparición de síntomas como la angustia, ira, hostilidad, impulsividad o desesperación cuando no tiene a su disposición el teléfono celular o se encuentra en situaciones que le exigen no poder hacer uso de este dispositivo (García & Escalera, 2020).

Lo que conlleva a la presencia de cambios en el individuo, dentro de sus esferas tanto psicológica como social, esto se debe a la constante necesidad de calmar la ansiedad y aumentar el placer(Haro, Beranuy, Vega, & Carvonell, 2022).

En base a lo descrito se planteó el siguiente objetivo general: Determinar la relación entre la adicción del teléfono celular y la presencia de problemas de salud mental en estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC durante el periodo 2023-2024.

Dentro de este estudio se establecieron tres objetivos específicos que son: 1. Conocer el nivel de adicción a los celulares de los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC; 2. Identificar los problemas de salud mental los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC por adicción al celular; y, 3. Evaluar los efectos de la adicción del celular en las interacciones sociales de los estudiantes de Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC.

Para el cumplimiento de los objetivos se estableció la siguiente pregunta de investigación ¿Cuáles son los principales problemas de salud mental que presentan los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC por la adicción al celular en el periodo 2023-2024?

Por lo que, esta investigación se justifica con el propósito de generar valiosos conocimientos, que permitirán identificar los principales problemas de salud mental que conlleva la adicción a este medio tecnológico, lo que ayudará a docentes y autoridades a establecer acciones inmediatas, que orienten a los estudiantes a la toma de conciencia del uso excesivo de celulares, contribuyendo a plantear alternativas que faciliten la disminución del uso desmedido e inadecuado por parte de los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC, Siendo un aporte al aumento del conocimiento de esta problemática que afecta la salud mental de los estudiantes, permitiendo mejorar las condiciones del desarrollo social de estos.

Adicionalmente, este estudio le permitirá al área de psicología establecer estrategias psicopedagógicas que fomenten el uso adecuado de los celulares, generando grandes cambios dentro de los procesos mentales y cognitivos.

b. Desarrollo de la investigación

Capítulo 1: Marco Teórico

De acuerdo con estudios efectuados por García (2020) la adicción a los celulares se denomina como nomofobia, que consiste en un patrón de comportamiento compulsivo, problemático y descontrolado por el uso excesivo del teléfono móvil, que puede llegar a afectar la salud mental de las personas.

Las afecciones en la salud mental de las personas, por el uso excesivo de las personas se encuentran comprendidas en trastornos mentales y discapacidades psicosociales. Cabe resaltar, que estudios desarrollados por Martínez (2021) indican que las principales afecciones de salud mental se ven reflejados en efectos psicológicos que desarrollan anormalidades en la integridad de la materia blanca en las regiones cerebrales, las cuales involucran la creatividad, el procesamiento de las emociones, toma de decisiones y control cognitivo.

No obstante, Escudero et al. (2020) consideran que los problemas en la salud mental que han ocasionado la adicción a celulares se encuentran reflejados en la disminución de la conectividad funcional entre la corteza prefrontal y regiones subcorticales, necesarias para la regulación emocional y toma de decisiones. También se ha establecido que el empleo excesivo de celulares se vincula con una mayor activación en el cerebelo y la corteza visual, que son fundamentales para el procesamiento sensorial y la atención visual.

Al respecto, Ridge (2023) sostiene que en los jóvenes la adicción al celular puede ocasionar alteración de la conectividad neuronal y a su vez afectar de forma negativa el desarrollo cognitivo; además, disminuye la capacidad de atención, logrando ocasionar reducción de la concentración y en algunas ocasiones bajar el rendimiento académico.

Junto a estos criterios, Sánchez (2018) menciona que la adicción al celular también ocasiona problemas de cefalea tensional y mareo producto de la concentración de los suboccipitales, los mismos que pueden ir acompañado de presión de los oídos y de los

glóbulos oculares, como consecuencia de las malas posturas por tiempos prolongados debido al uso excesivo de los celulares.

Otro de los graves problemas en la salud mental, que de acuerdo con Liu et al (2022) es producido por la adicción a los móviles, es el aumento de la excitabilidad del sistema nervioso, el mismo que puede ocasionar el padecimiento de lesiones que generan el aumento de riesgo de padecer tumores cerebrales.

Debe señalarse que investigaciones desarrolladas por el Gobierno de México (2022) establecen que la adicción a los celulares también puede ocasionar la alteración del sueño como son insomnio, apnea, parasomnias y del ritmo circadiano, disminuyendo la secreción de melatonina, siendo esta la hormona que regula el ciclo del sueño y vigilia, por lo que se aumenta los niveles de cortisol, hormona del estrés, impidiendo que la persona pueda dormir de forma adecuada.

Sin embargo, investigaciones desarrolladas por Almeida y Lezcano (2022) mencionan que las principales consecuencias de la adicción a los teléfonos celulares se caracterizan por la presencia de cambios en el pensamiento, el comportamiento o el estado de ánimo, los cuales se asocian con la angustia y el deterioro en el funcionamiento psíquico general. Debido a esto se establece que los problemas se deben a aspectos biológicos que se vinculan a factores culturales que son influenciados por la sociedad los mismos que se intensifican por una predisposición del individuo.

En efecto, se puede establecer que, el patrón principal que presentan los jóvenes con adicciones al celular es la pérdida de control en el desarrollo de una actividad efectuada, donde se realiza la presencia de perturbaciones, reflejando una sintomatología similar a la de las personas que consumen sustancias psicoactivas (Banda & Padilla, 2019). Entre ellas las más marcadas son la privación del sueño en menos de 5 horas, descuido de actividades importantes, daños en el área interpersonal.

Por lo que, Cando et al. (2023) manifiesta que cuando se crea una adicción al celular, se pueden traer consecuencias negativas tanto a nivel físico, por la postural corporal que se adopta al utilizar estos dispositivos y a nivel mental por el aumento de la excitabilidad en el sistema nervioso que provoca el uso continuado del mismo, por no limitar su uso padeciendo lesiones como tumores cerebrales, síndrome de la contractura del cuello, síndrome del túnel del carpo e incluso afecciones crónicas en los ojos, aumento del estrés e insomnio.

Los mismos que presentan alteraciones emocionales, agresividad, comportamiento antisocial, experiencias aberrantes, activación hipomaniaca, falta de control

De allí que, la adicción al celular conlleva al desarrollo de cambios en el individuo, dentro de sus esferas tanto psicológica como social, esto se debe a la constante necesidad de calmar la ansiedad transformándose en una conducta adictiva ocasionando inferencia en el desarrollo de sus actividades.

Por otra parte, García y Escalera (2020) indican que la adicción al celular establece dependencias de uso patológico donde las personas presentan afecciones serias, en los diferentes contextos donde se desarrollan hostilidad y síntomas depresivos siendo estos irreprimibles, incontrolables y abusiva, llegando a desplazar otras actividades, tanto por su carácter inmaduro, inseguridad, inestabilidad emocional y las diversas dificultades que tienen para comunicarse.

Sin duda, para Haro et al (2022) las consecuencias de la adicción al teléfono en las personas se relacionan con la reducción de la actividad física, el aislamiento y la ansiedad, presentando cambios de estado de ánimo, conflictos y recaídas, provocando dependencia y comportamientos abusivos por lo que vinculan a problemas de salud mental. Por lo que, se puede evidenciar que el principal problema al uso excesivo de celulares es que es empleado para el entretenimiento, donde se hacen autodependientes en el desarrollo de actividades electrolúdicas.

Según estudios efectuados por el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (2019), al llegar las personas a un rango de edad entre los 16 y 24 años, usan diariamente internet en

un 99.1% y el móvil en un 99.4%, logrando superar su uso mínimo de 6 horas diarias, los cuales aumentan los fines de semana y días festivos, ocasionando que se transforme en adicción al celular.

Al mismo tiempo, investigaciones efectuadas por Rodríguez y Díaz (2019) determinan que la mayor dependencia o adicción al teléfono se evidencia en aproximadamente el 68% de la población joven.

Cabe considerar por otra parte, en relación a investigaciones efectuadas por Caranqui (2019) que el uso constante del celular en los estudiantes ocasiona que estos presenten cambios en los ritmos de sueño, ansiedad sin el celular, ansiedad sin la computadora, encierro o aislamiento en la habitación y discusión por el tiempo de conexión. Ante esto, se hace imprescindible disminuir la predominancia del uso de teléfonos móviles en esta población tomando medidas oportunas de los empleos celulares en un tiempo inferior a las 4 horas, con la finalidad de disminuir su adicción.

Consecuentemente, Cando et al. (2023) indican que las adiciones al celular en los jóvenes se conectan a diversos factores tanto psicológicos como clínicos, los mismos que abarcan depresión, agresión, enojo e inhibición del comportamiento. La dependencia se establece por el uso incorrecto de este dispositivo, lo que trae consigo el menoscabo de la memoria, acompañado de la disminución de la destreza organizativa, insomnio, y en algunos casos dificultades físicas.

Dentro de este contexto, como referente teórico se empleó la teoría Holística, teniendo en consideración que dentro de la medicina, la visión holística establece que los síntomas que una persona padece no solo son signos, sino más bien direccionan hacia la profundidad del problema que está afectando su salud (Andrade & Meira, 2022). Esta facilita determinar que lo psicológico, lo afectivo y lo ambiental son aspectos importantes que se interrelacionan para influir dentro de las personas, ocasionando la presencia de desequilibrios en la salud. En este sentido, se establece que esta investigación se aborda desde la teoría Holística, es decir, desde la ciencia misma, la cual, busca entender el desarrollo de todos los eventos observados desde diversas perspectivas que ayuden a poder obtener una mayor

comprensión, en relación a su complejidad y la presencia de posibles relaciones que se pueden establecer en el contexto, más no global ni definitiva (holismo), debido a que el conocimiento es dinámico y en evolución; por lo que, este tipo de investigación busca integrar diversas posturas filosóficas, ya que, los considera de forma complementaria y no excluyentes uno de otro. Otro de los principales aportes de este enfoque, es que ofrece al investigador la posibilidad de apreciar la presencia de diversos eventos, desde diferentes perspectivas, ayudando a facilitar la elección de los métodos y técnicas de investigación los cuales ayudan a obtener resultados previstos (López, 2018).

Para Martínez (2020) la teoría holística parte de la comprensión universal de los procesos, para irlos derivando de forma progresiva hacia los aspectos de las realidades que las influyen, donde interactúan los procesos naturales, el crecimiento y el desarrollo de las actividades intelectuales que se manifiestan mediante aprehensión de las acciones que los individuos desarrollan.

Capítulo 2: Metodología del Proceso de Investigación

Enfoque de la investigación

Para alcanzar los objetivos de este estudio se planteó un enfoque cuantitativo debido a que las respuestas de esta investigación se van a basar en la explicación y predicción de los fenómenos establecidos en el desarrollo de este estudio, que de acuerdo con Hernández et al. (2017) estos métodos consisten en efectuar observaciones o mediciones de las variables que se plantean en esta investigación mediante evaluaciones a corto plazo, a través de la aplicación de estímulos, que en el caso de este estudio es la de conocer la adicción al celular de los alumnos de la universidad ECOTEC.

Diseño de la investigación

El diseño de esta investigación es de tipo explicativo, el mismo que se basa en la recolección de información sobre la adicción al celular, con la finalidad de conocer la relación causal con los problemas de salud mental que las personas involucradas en este estudio puedan tener.

Se propone un estudio de tipo no experimental, porque se va a basar en la observación del fenómeno en su estado natural, la misma que ayudará a obtener las respuestas efectuando el respectivo análisis de la información obtenida dentro de trabajo investigativo sin la manipulación de variables.

Alcance de la investigación

En este sentido, se establece que el alcance de la investigación es explicativo, porque con los resultados obtenidos se podrán efectuar estudios a más profundidad, el mismo que se caracteriza por establecer las relaciones de causa y efecto a fin de poder conocer el problema del uso excesivos de los celulares en el entorno de los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC donde se

pretende captar y medir datos de forma independiente que ayuden a analizar y poder evidenciarlas como verdades demostradas en relación a la situación actual de los daños en la salud mental que están presentando.

Por otra parte se planteó de corte transversal a fin de poder recolectar la información necesaria en un solo momento y en un tiempo único, donde la finalidad es el análisis de la incidencia de las variables en estudio, donde se determinará la adicción al celular por parte de los estudiantes.

Delimitación de la investigación

Esta investigación se desarrollará Universidad ECOTEC en la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad, la misma que se encuentra ubicada en la zona norte de la ciudad de Guayaquil, la recolección de la información se efectuará en estudiantes que se encuentre matriculados dentro del periodo lectivo 2023-2024.

Población y muestra de la investigación

Población

La población de este estudio investigativo está conformada por 192 estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC, correspondientes al periodo lectivo 2023-2024.

Muestra

En cuanto a la muestra seleccionada para el presente trabajo de investigación fue en base a la fórmula de la muestra poblacional finita:

$$n = \frac{Z^2 P \times q N}{E^2 (n - 1) + Z^2 P q} =$$

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.5) \times (0.5) (192)}{(0.05)^2 (192 - 1) + (1.96)^2 \times (0.5) (0.5)} =$$

$$n = \frac{1.92 \times 96}{0.48 + 0.96} = \frac{184.3}{1.44} = 128 \text{ estudiantes}$$

Donde:

Z = Valor estadístico. Vale 1.96 para un 95,00% de confianza

P = Probabilidad de éxito (si no se conoce, vale 0.5)

q = Probabilidad de fracaso (si no se conoce, vale 0.5)

N= Población

E = Error de muestreo 0.05

n= Muestra de estudio

Dentro de este criterio se seleccionaron en base a los siguientes parámetros:

- ✓ Población universitaria establecida en edades entre 18 y 30 años.
- ✓ Aprobación del consentimiento para efectuar la encuesta.
- ✓ Contar con acceso a internet desde su celular.
- ✓ Responder a todas las preguntas efectuadas en la encuesta.

Métodos empleados

En este sentido se empleará el método empírico, porque se va a basar en la experiencia y la realidad de los individuos; el mismo que está establecido bajo el uso de un cuestionario elaborado.

Instrumentos de recolección de datos

En esta investigación se seleccionaron dos instrumentos, uno que ayudará con la medición de los problemas de salud mental y otro que permitirá conocer el nivel de adicción a celulares.

*** Escala de Salud Mental de Goldberg (GHQ)**

Para efectuar la identificación de los problemas de salud mental por la adicción al celular se empleará como instrumento la Escala de Salud Mental de Goldberg (GHQ), el mismo que se encuentra conformado 4 dimensiones distribuidos en 28 ítems (Anexo 1).

Tabla 1. Dimensiones del instrumento GHQ

Dimensión	Total de ítems	Ítems	Indicadores
Síntomas somáticos	7	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	Salud, agotamiento, sensación de enfermedad, dolores de cabeza.
Ansiedad e insomnio	7	8, 9, 10, 11, 12, 13, 14	Problemas y/o preocupaciones, insomnio.
Disfunción social	7	15, 16, 17, 18, 19, 20, 21	Nerviosismo malhumor Actitud-emociones.
Depresión severa	7	22, 23, 24, 25, 26, 27, 28	Estado de ánimo, suicidio

Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

Ficha Técnica

- **Nombre:** Cuestionario de Salud General-28 (General Health Questionnaire-28)
- **Autor:** Goldberg y Hillier (1979)
- **Adaptación Perú:** Gastelu y Hurtado (2021)
- **Objetivo:** Detectar aspectos generales sobre problemas de ansiedad, depresión, disfunción social y psicosomáticos
- **Ámbito de la aplicación:** Adolescentes y adultos
- **Duración:** más de 15 minutos aproximadamente
- **Ámbito de aplicación:** clínico (Gastelu & Hurtado, 2022).

Validez y confiabilidad

En cuanto a la validez del constructo se hizo evidente que esta prueba se encarga de la medición de la variable en estudio, esta escala ha sido empleada en distintas poblaciones donde se estableció mediante un alfa de Cronbach de (0.91).

En cuanto a la fiabilidad se establece mediante el Test retest que fue óptimo ($r=0.90$), valorado por un alfa de Cronbach de (0.93).

La consigna se estableció en base a la siguiente escala de valoración:

1= No, en absoluto

2= No más que lo habitual

3= Bastante más que lo habitual

4= Mucho más que lo habitual

***Escala de dependencia y adicción al Smartphone -EDAS-18**

Para identificar el tipo de adicción tecnológica se aplicará como instrumento para la recolección de datos el “Escala de dependencia y adicción al Smartphone” -EDAS-18, este instrumento fue elaborado por Aranda Pérez Padilla, Javier Fuentes Virginia y Martha García Domingo en el año 2020 (Campos & Lino, 2023).

Este instrumento de forma inicial contaba con 40 ítems para su validación estaba constituido por tres componentes que son:

Componente 1. Uso y adicción al smartphone y sus aplicaciones: está compuesto por 30 ítems que evalúan el grado de dependencia que tienen las personas al uso del celular y sus aplicaciones de mensajería y redes sociales.

Componente 2. Rasgos de personalidad y autoestima: está conformado por 6 ítems que miden el nivel de introversión - extroversión y de autoconcepto - autovalía de las personas que están siendo encuestadas.

Componente 3. Gasto monetario en aplicaciones y juegos móviles: está conformado por 4 ítems que recogen el gasto de dinero asociados a la compra de aplicaciones y juegos a través del smartphone.

Posteriormente, se efectuó una adaptación del instrumento elaborado por Aranda y colaboradores, donde se estableció una versión reducida de 18 ítems, conformado con una estructura unidimensional (Anexo 2).

Validez y confiabilidad

En cuanto a la validez del constructo o estructura interna fue establecida por medio de un análisis factorial confirmado (AFC), donde los resultados establecieron un RMSR= 0,974; NNFI= 0,974; CFI= ,976; RMSEA= 0,056 (García et al., 2020).

La fiabilidad del instrumento original de acuerdo con el alfa de Cronbach es de $\alpha = 0.88$ (García et al., 2020).

La consigna se estableció en base a la siguiente escala de valoración de Likert es:

1= No, en absoluto

2= No más de lo habitual

3= Bastante más de lo habitual

4= Mucho más de lo habitual

Procesamiento y análisis de la información

La aplicación de los instrumentos se llevará a cabo de manera grupal durante la jornada normal de clase. Se entregará las instrucciones para el llenado correcto del cuestionario y la escala, así como la aclaración de dudas que surgieran al momento del llenado de los instrumentos.

Dentro de esta escala se presentan enunciados sobre el modo como usted se siente, se comporta y actúa, con cinco alternativas a escoger para cada ítem, el mismo que presenta los siguientes valores:

1= “No, en absoluto”

2= “No más de lo habitual”

3= “Bastante más de lo habitual”

4 = “Mucho más de lo habitual”

Procesamiento y análisis de la Información

Para la recolección de la información primeramente se realizará una solicitud dirigida a la Coordinación Académica de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC, a fin de que se otorgue el permiso para efectuar la encuesta, al ser aceptada la petición se procede a la aplicación del instrumento, la misma que se hará por medio de un formulario de Google form, donde la participación de los estudiantes será de forma voluntaria, para lo cual se procederá a la entrega del consentimiento informado, el cual debía ser firmado por el estudiante una vez que acepte participar en el estudio.

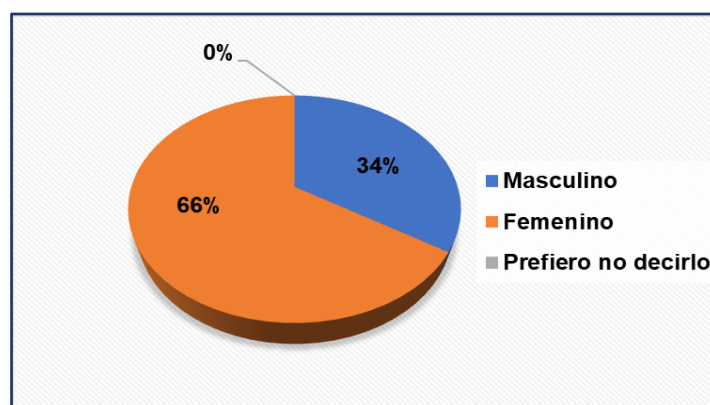
Capítulo 3: Resultados de la Investigación

Presentación de resultados

Dentro de este capítulo se efectúa el análisis de los resultados obtenidos a partir de los instrumentos que fueron empleados, donde se describen las principales características sociodemográficas y se establece el nivel de adicción a los celulares, para el cual se utilizó la escala de dependencia y adicción al smartphone -EDAS-18, el mismo que se encargó de medir el grado de dependencia, los rasgos de personalidad y autoestima.

En relación con la encuesta efectuada a los estudiantes de Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC, correspondientes al periodo lectivo 2023-2024, se pudo evidenciar en cuanto al sexo que el 66% de los encuestados son de sexo femenino, el 34% son masculino (Figura 1).

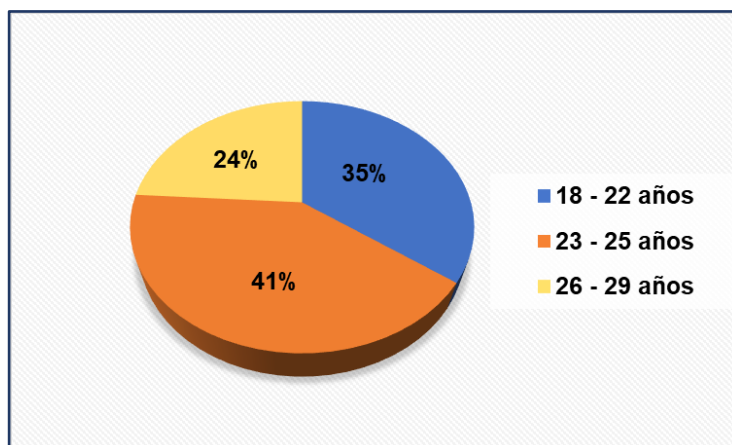
Figura 1. Sexo



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

En cuanto a la edad de los encuestados, la mayor frecuencia oscila entre 23 - 25 años con el 41% de los encuestados, el 35% correspondió a edades entre 18 - 22 años, el 24% los establecieron edades entre 26 – 29 años (Figura 2).

Figura 2. Edad de encuestados



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

Para poder analizar el nivel de dependencia de adicción a los celulares, se utilizó la encuesta con la escala de dependencia y adicción al smartphone -EDAS-18. A continuación se describe el análisis de los resultados.

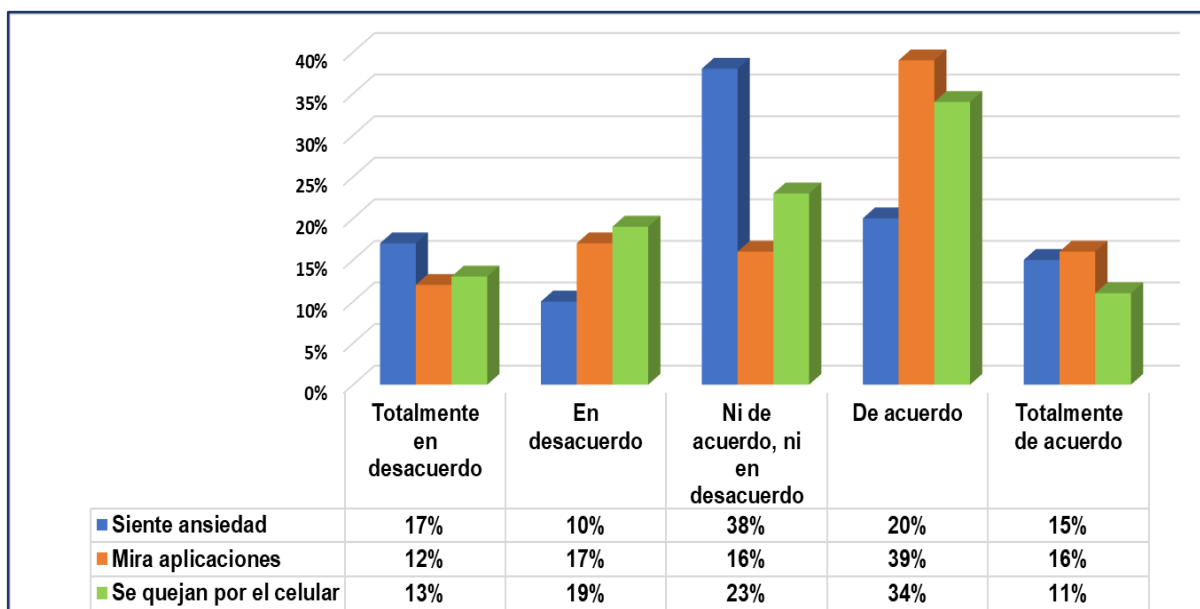
En relación a la pregunta siento ansiedad si me quedo sin batería en el móvil se pudo determinar que el 38% de los estudiantes encuestados determinó que no está ni de acuerdo, ni en desacuerdo que al quedarse sin batería sienten mucha ansiedad, el 20% está de acuerdo, el 17% está totalmente en desacuerdo, el 15% está totalmente de acuerdo y el 10% está en desacuerdo (Figura 3).

Debe señalarse en relación a si miro alguna de las aplicaciones del móvil (por ejemplo, WhatsApp, Facebook, Instagram, etc.) cada 5 minutos aproximadamente, se logró identificar que el 39% de los encuestados está de acuerdo que mira las aplicaciones de su móvil cada 5 minutos, el 17% se encuentra en desacuerdo, el 16% ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 16% está totalmente de acuerdo y el 12% está totalmente en desacuerdo (Figura 3).

En cuanto a si mi familia, pareja, amigos, se han quejado alguna vez del tiempo que ocupo mirando el móvil, se pudo conocer que el 34% de los encuestados está de acuerdo que se han quejado por el tiempo de uso del celular, el 23% estuvo ni de acuerdo, ni en

desacuerdo, el 13% estuvo totalmente en desacuerdo, el 11% totalmente de acuerdo (Figura 3).

Figura 3. Siente ansiedad y mira el móvil



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

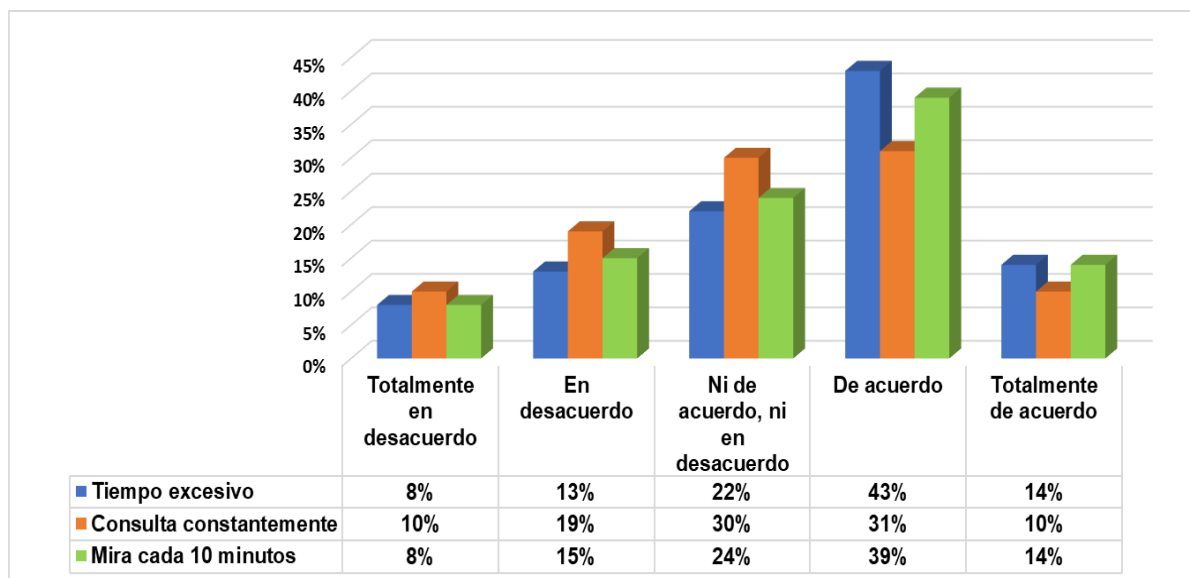
En referencia a si dedico un tiempo excesivo a mirar distintas aplicaciones del móvil (Facebook, WhatsApp, juegos, etc.), se pudo observar que el 43% de los encuestados está de acuerdo con que si le dedican un tiempo excesivo, el 22% no está ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 14% está totalmente en desacuerdo, el 13% está en desacuerdo y el 8% está totalmente de acuerdo (Figura 4).

En relación con la pregunta consulto el móvil constantemente incluso cuando estoy solo con otra persona, se logró evidenciar que el 31% de los encuestados estuvo de acuerdo que tienen un uso constante del móvil incluso cuando están acompañados, el 30% indican que no están ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 19% está en desacuerdo y el 10% está totalmente de acuerdo y el 10% totalmente en desacuerdo (Figura 4).

Con respecto a si miro alguna de las aplicaciones de móvil (por ejemplo, WhatsApp, Facebook, Instagram, etc.) cada 10 minutos aproximadamente, el 39% de los encuestados está de acuerdo con el uso del celular cada 10 minutos, el 24% no está de

acuerdo, ni en desacuerdo, el 15% indicó que está en desacuerdo, el 14% está totalmente de acuerdo y el 8% está totalmente en desacuerdo (Figura 4).

Figura 4. Tiempo excesivo y uso constante del celular



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

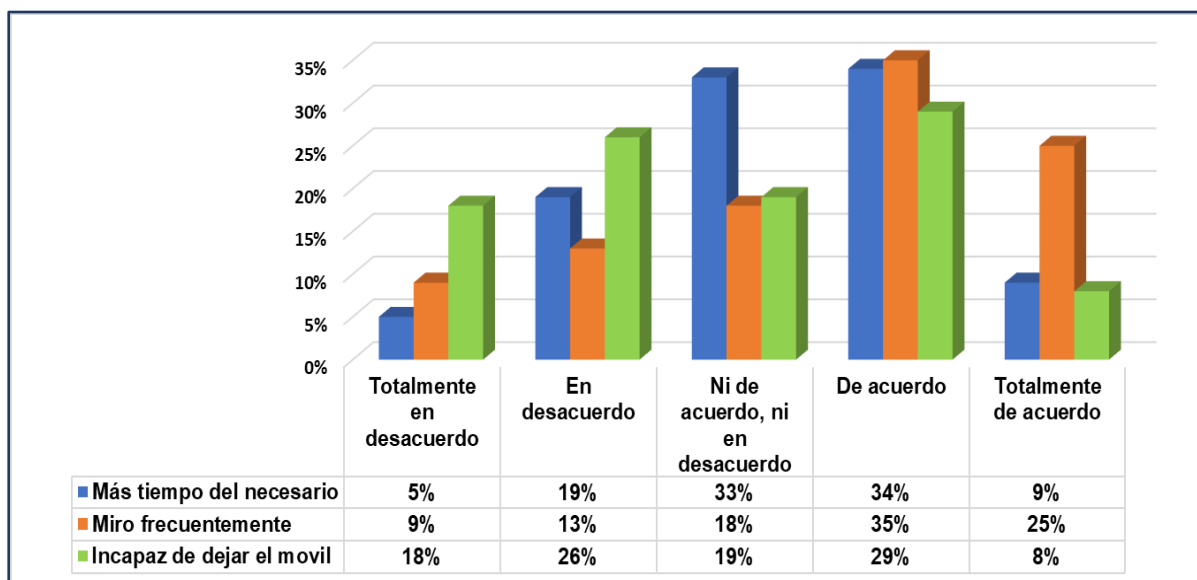
Por lo que se refiere a la pregunta no dedico más tiempo del necesario a usar las aplicaciones de comunicación y ocio del móvil, el 34% de los encuestados determinó estar de acuerdo en dedicar más tiempo del necesario el celular, el 33% mencionó no estar de acuerdo, ni en desacuerdo, el 19% indicó estar en desacuerdo, el 9% estar totalmente de acuerdo y el 5% está totalmente en desacuerdo (Figura 5).

En lo concerniente a la pregunta miro frecuentemente el móvil en clase o en el trabajo, el 35% de los encuestados mencionó estar de acuerdo en ser incapaz de dejar de utilizar el celular; sin embargo, el 25% indica estar totalmente de acuerdo, el 18% no está ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 13% está en desacuerdo, y el 9% está totalmente en desacuerdo (Figura 5).

En lo que respecta a la pregunta si soy incapaz de dejar de usar el móvil, aunque lo intente se pudo evidenciar que el 29% está de acuerdo, el 26% está en desacuerdo, el 19% no está

ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 18% totalmente en desacuerdo y el 8 % mencionó estar totalmente de acuerdo (Figura 5).

Figura 5. Dedicar más tiempo del necesario, siendo incapaz de dejar el móvil



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

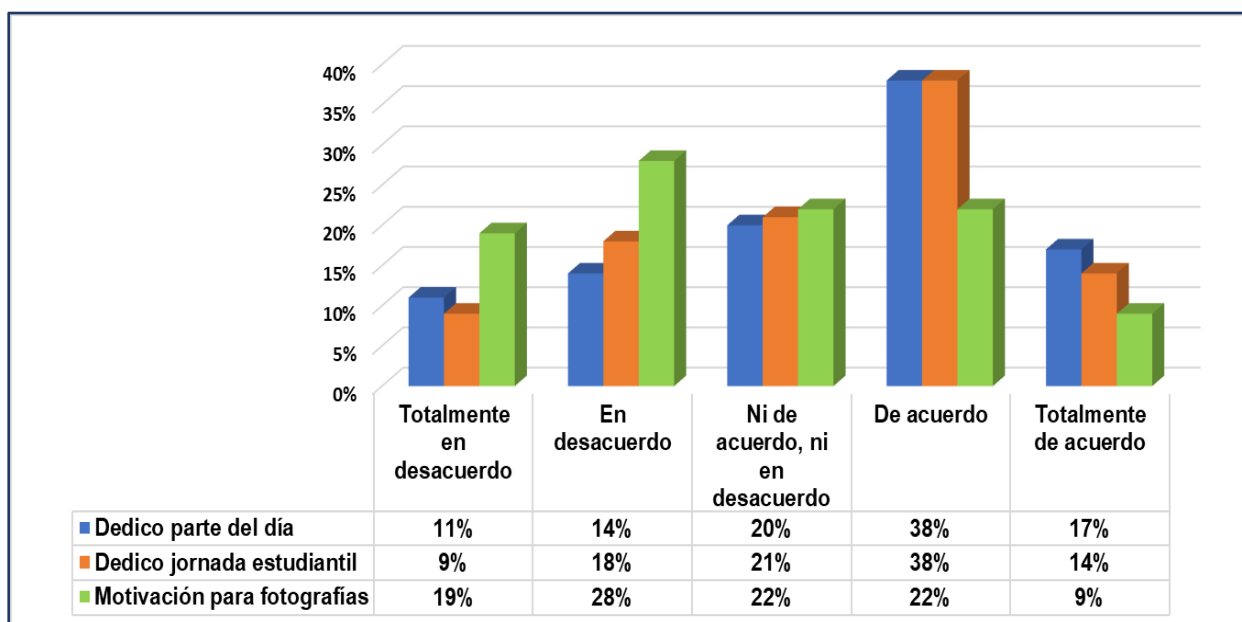
En cuanto a la pregunta dedico gran parte del día a usar las distintas aplicaciones del móvil, el 38% de los encuestados indicó que está de acuerdo a que la mayor parte del día es dedicado al uso del celular, el 20% considera que no está de acuerdo, ni en desacuerdo, el 17% está totalmente de acuerdo, 14% están en desacuerdo y el 11% están totalmente en desacuerdo (Figura 6).

Con respecto a la pregunta dedico parte de mi jornada laboral o estudiantil a consultar el móvil, se logró evidenciar que el 38% de los encuestados está de acuerdo en que la mayoría del tiempo en su jornada laboral se encuentran consultando el móvil, el 21% indicó que ni está de acuerdo, ni en desacuerdo, el 18% está en desacuerdo, el 14% está totalmente de acuerdo, mientras que el 9% está totalmente en desacuerdo (Figura 6).

En cuanto a la pregunta mi principal motivación para echar o salir en una fotografía es compartirla inmediatamente a través de cualquier medio móvil, se observó que el 28% de los encuestados estuvo en desacuerdo que le gusta tomarse fotos e inmediatamente las

suben a las redes sociales, mientras que el 22% estuvo de acuerdo, el 22% ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 19% totalmente en desacuerdo, y el 9% mencionó estar totalmente de acuerdo (Figura 6).

Figura 6. Dedicación y motivación por uso del celular



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

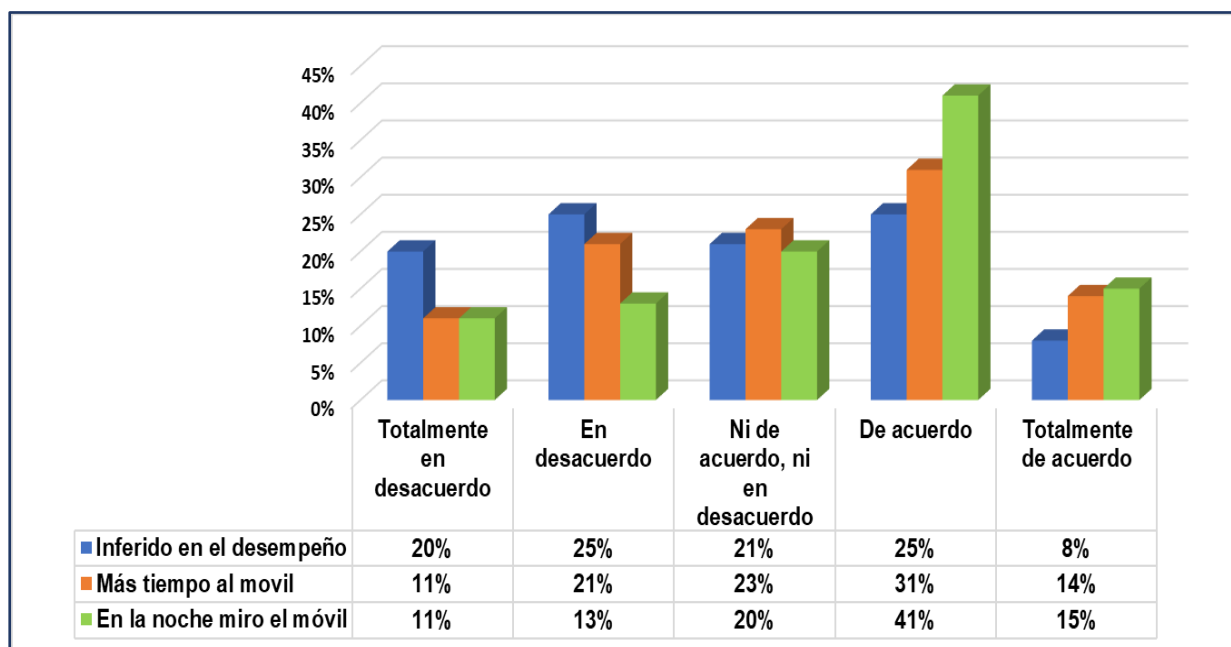
En relación a si el uso del móvil ha interferido alguna vez con mi desempeño académico y/o laboral, se estableció que el 25% de los encuestados estuvieron de acuerdo con que el uso de los celulares de manera constante infiere con su desempeño académico, sin embargo el 25% está en desacuerdo, el 21% no está ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 20% está totalmente en desacuerdo y el 8% está totalmente de acuerdo (Figura 7).

En lo concerniente a la pregunta de mis actividades diarias, el uso del móvil es a la que dedico más tiempo, para el 31% de los encuestados están de acuerdo que durante el día el uso del celular es la actividad a la que más tiempo dedican; no obstante, el 23% no están ni de acuerdo, ni en desacuerdo, el 21% mencionan que están en desacuerdo, el 14% totalmente de acuerdo y el 11% están totalmente en desacuerdo (Figura 7).

En lo que respecta a la pregunta si me despierto durante la noche siempre miro el móvil, el 41% de los encuestados indicaron que están de acuerdo a que si se levantan en la noche lo

primero que hacen es observar el celular, por el contrario el 20% no están de acuerdo, ni en desacuerdo, el 15% está totalmente de acuerdo, el 13% está en desacuerdo y el 11% totalmente en desacuerdo (Figura 7).

Figura 7. Más tiempo con el móvil



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

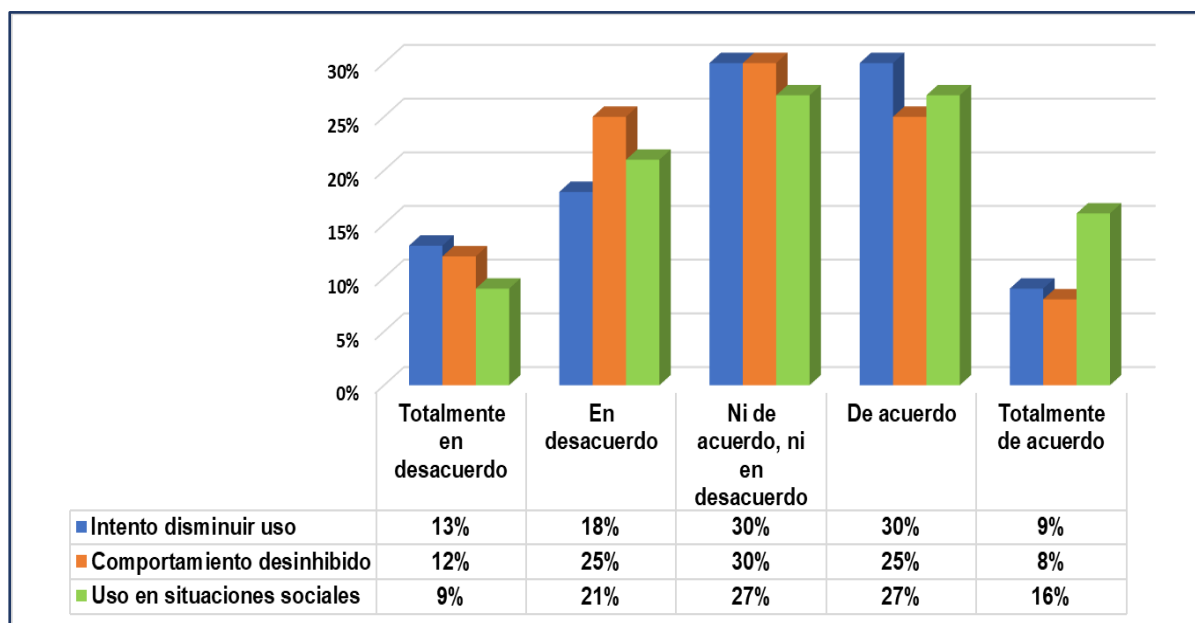
Con referencia a la pregunta, he intentado disminuir el uso que hago del móvil, pero no puedo, el 30% de los encuestados indicó que está de acuerdo que han intentado disminuir el uso del celular pero no lo han logrado; sin embargo, el 30% no están de acuerdo, ni en desacuerdo, el 18% indicó estar en desacuerdo, el 13% totalmente en desacuerdo y el 9% totalmente de acuerdo (Figura 8).

En cuanto a la pregunta mi comportamiento es más desinhibido cuando uso las aplicaciones de mensajería y redes sociales del móvil que en mi vida diaria, el 30% de los encuestados no estuvo de acuerdo, ni en desacuerdo que son más desinhibidos empleando las redes sociales, seguido del 25% que estuvo de acuerdo, el 25% mencionó estar en desacuerdo, el 14% está totalmente en desacuerdo y el 8% está totalmente de acuerdo (Figura 8).

En lo que se refiere a la pregunta suelo utilizar el móvil cuando estoy en situaciones sociales con varias personas entre ellas dentro de un bar, con los amigos en una comida

familiar, etc., se pudo evidenciar que el 27% de los encuestados indicó que están de acuerdo, que siempre que se encuentran en reuniones sociales hacen uso de los celulares; no obstante, el 27% indicó no estar de acuerdo, ni en desacuerdo, el 21% determinó estar en desacuerdo, el 16% totalmente de acuerdo y el 9% totalmente en desacuerdo (Figura 8).

Figura 8. Comportamiento con los celulares



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

Para poder identificar los problemas de salud mental los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC por adicción al celular; se establecieron cuatro dimensiones, cada una de las cuales se fundamenta en 7 preguntas.

La primera dimensión ayudo a medir los síntomas somáticos como son la salud, el agotamiento, la sensación de enfermedad y dolores de cabeza. En cuanto a la pregunta si se ha sentido perfectamente bien de salud y en plena forma, se pudo observar que el 41% de los encuestados indicaron que en relación con su salud se han sentido en plena forma bastante más de lo habitual; mientras, el 40% indicó no más de lo habitual, el 16% mucho más de lo habitual, y el 3% no, en absoluto (Figura 9).

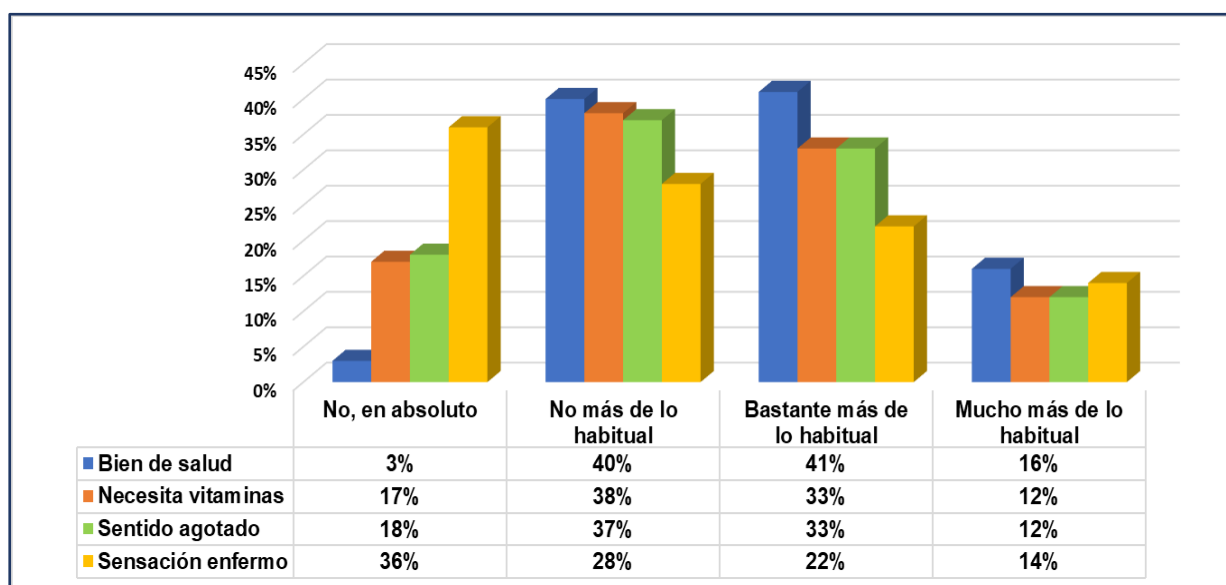
En relación a la pregunta ha tenido la sensación de que necesitaba algún tipo de vitaminas, el 38% de los encuestados mencionó que no más de lo habitual; sin embargo, el 33%

considera que bastante más de lo habitual siente la necesidad de algún tipo de vitaminas, el 17% determinó que no en absoluto, y el 12% menciona que mucho más de lo habitual (Figura 9).

En lo concerniente a si se ha sentido agotado(a) y sin fuerzas para nada el 37% de los encuestados estableció que no se han sentido agotados más de lo habitual; no obstante, el 33% de los encuestados indican que se sienten sin fuerzas bastante más de lo habitual, el 17% no en absoluto, y el 12% determinó que mucho más de lo habitual (Figura 9).

Con referencia a la pregunta ha tenido sensación de que estaba enfermo, se pudo observar que el 36% de los encuestados indicaron que no, en absoluto han sentido la sensación de enfermedad; mientras que, el 28% indicó que no más de lo habitual ha sentido la sensación de enfermedad, el 22% determinó que bastante más de lo habitual ha sentido la sensación de enfermedad, y el 14% lo establece como mucho más de lo habitual (Figura 9).

Figura 9. Estado de salud



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

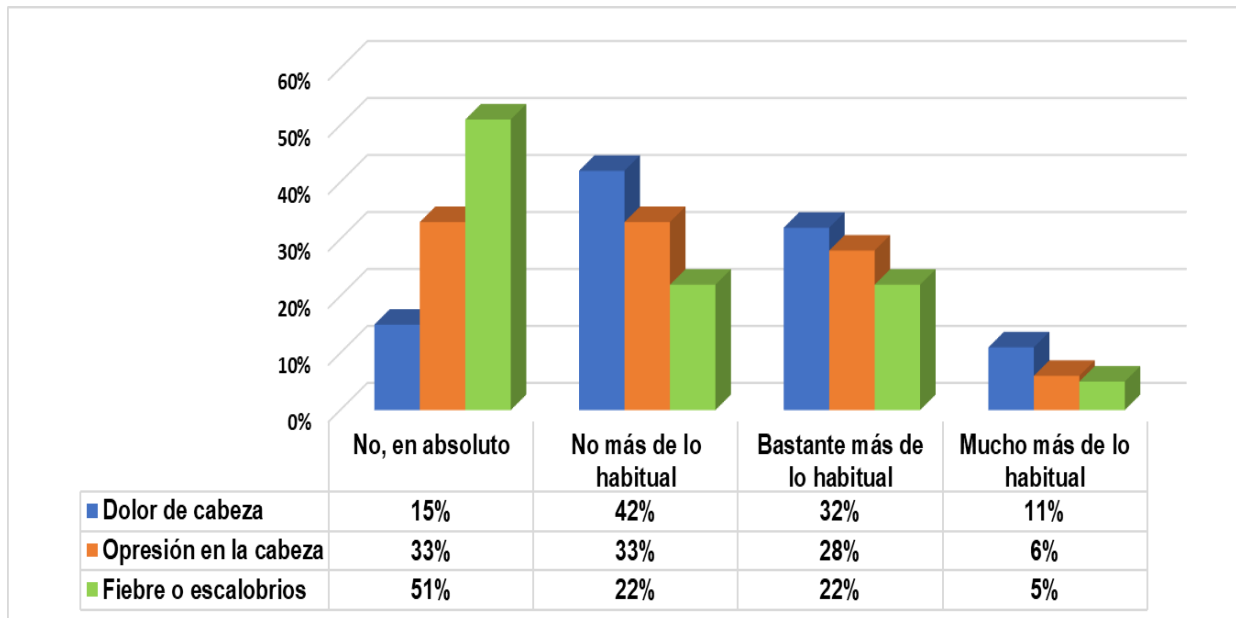
Con respecto a si ha padecido dolores de cabeza el 42% de los encuestados mencionó que los dolores de cabeza no son más de lo habitual; sin embargo, el 32% indicó que sus padecimientos de dolores de cabeza son bastantes más de lo habitual, el 15% determinó

que no, en absoluto y el 11% estableció que los dolores son mucho más de lo habitual (Figura 10).

En referencia a si ha tenido sensación de opresión en la cabeza, o de que la cabeza le va a estallar, el 33% indicaron que no más de lo habitual, al igual que el 33% no, en absoluto; Sin embargo, el 28% mencionó que la opresión en la cabeza es bastante más de lo habitual y el 6% mucho más de lo habitual (Figura 10).

En relación a si ha tenido temperatura corporal alta o escalofríos, el 51% de los encuestados mencionó que no, en absoluto han presentado síntomas como temperatura o escalofríos; no obstante, el 22% determinó que bastante más de lo habitual han presentado fiebre, al igual que el 22% describió que su fiebre no ha sido más de lo habitual y el 5% indicó mucho más de lo habitual (Figura 10).

Figura 10. Dolor y opresión de cabeza



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

La otra dimensión en estudio mide ansiedad y el insomnio, fundamentado en problemas y/o preocupaciones. De acuerdo con la pregunta sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño se pudo observar que el 31% de los encuestados indicó que no más de lo

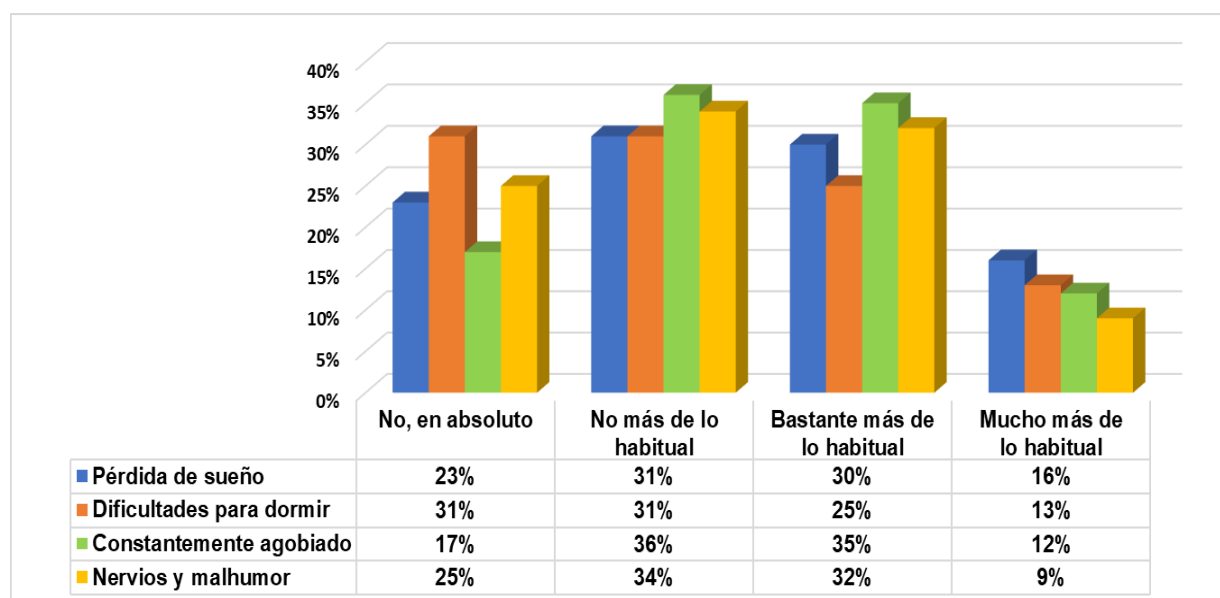
habitual han tenido problemas con pérdida de sueño, el 30% mencionó que han tenido problemas con el sueño bastante más de lo habitual, el 23% no, en absoluto y el 16% mucho más de lo habitual (Figura 11).

En referencia a la pregunta ha tenido dificultades para dormir toda la noche, el 31% menciona que no más de lo habitual, al igual que el 31% expresa no, en absoluto; no obstante, el 25% menciona que bastante más de lo habitual ha tenido dificultad para dormir, y el 13% indica que mucho más de lo habitual (Figura 11).

En relación con se ha notado constantemente agobiado(a) y en tensión, se estableció que el 36% menciona que no más de lo habitual sea notado agobiado y el 35% bastante más de lo habitual; mientras que, el 17% expresó que no, en absoluto y el 12% indicó mucho más de lo habitual (Figura 11).

En lo concerniente a se ha sentido con los nervios a flor de piel y malhumorado, el 34% de los estudiantes encuestados mencionó que no más de lo habitual, el 32% bastante más de lo habitual; por otro lado el 25% expresó que no, en absoluto, y el 9% mucho más de lo habitual (Figura 11).

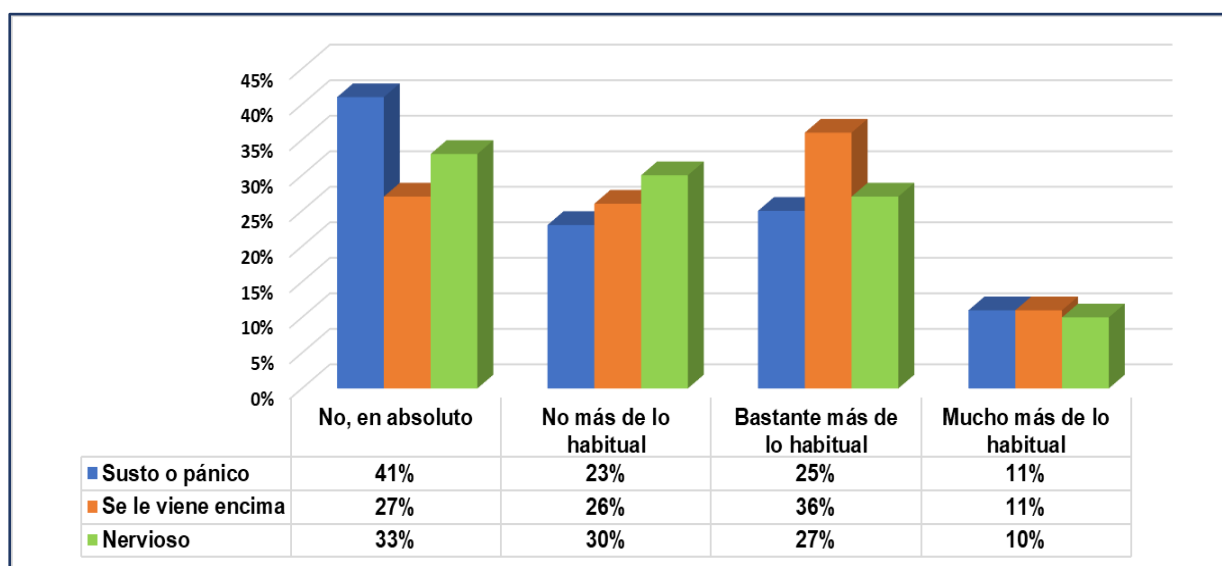
Figura 11. Pérdida de sueño y mal humor



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

Con respecto a se ha asustado o ha tenido pánico sin motivo, el 41% de los estudiantes encuestados mencionó que no, en absoluto; Sin embargo, el 25% indicó que bastante más de lo habitual, el 23% no más de lo habitual y el 11% mucho más de lo habitual (Figura 12). En lo que se refiere a si ha tenido sensación de que todo se le viene encima, se pudo observar que para el 36% de los encuestados es bastante más de lo habitual que tengan la sensación de que todo se le venga encima; No obstante el 27% mencionó que no, en absoluto, el 26% no más de lo habitual y el 11% mucho más de lo habitual (Figura 12). En referencia a se ha notado nervioso(a) y “a punto de explotar” constantemente el 33% de los encuestados determinó que no, en absoluto no han presentado problemas se nerviosismo, el 30% mencionó que no más de lo habitual, el 27% bastante más de lo habitual y el 10% mucho más de lo habitual (Figura 12).

Figura 12. En Pánico, con nervios



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

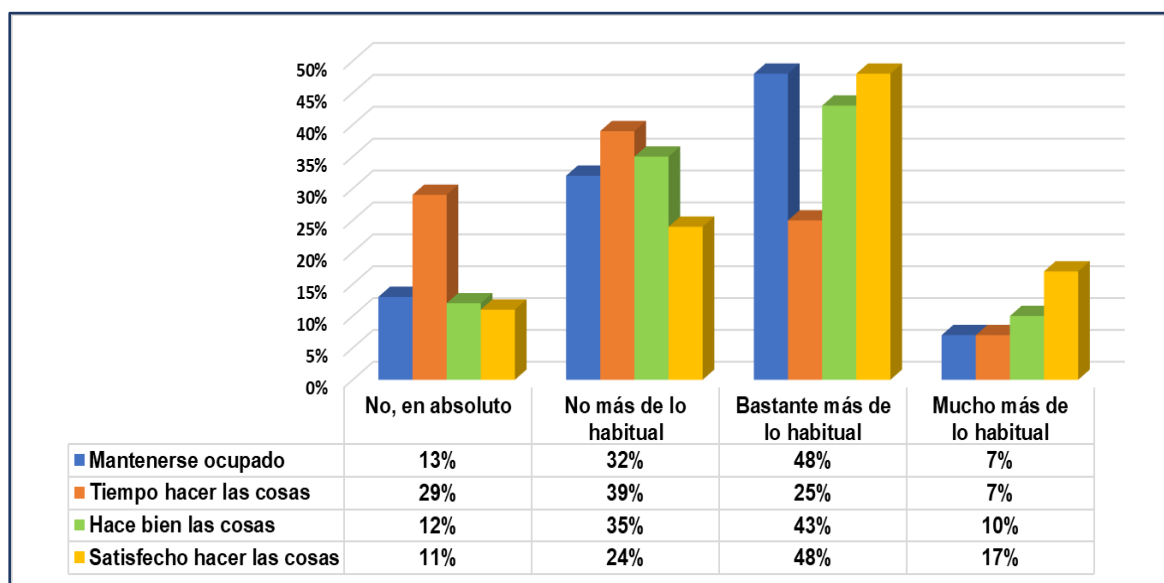
La otra dimensión en este estudio se encargó de medir la disfunción social, la misma que se encuentra relacionada con el nerviosismo, mal humor, las actitudes y las emociones. En relación a se ha arreglado para mantenerse ocupado(a) y activo(a), se pudo evidenciar que el 48% de los encuestados se ha encontrado ocupado bastante más de lo normal; mientras que, el 32% indica que se las ha arreglado para estar ocupado no más de lo habitual, el 13% no, en absoluto, el 7% mucho más de lo habitual (Figura 13).

Con referencia a le cuesta más tiempo hacer las cosas, el 39% de los encuestados mencionó que no más de lo habitual les cuesta más tiempo el hacer las cosas; no obstante, el 29% indicó que no en lo absoluto, el 25% bastante más de lo habitual y el 7% mucho más de lo habitual (Figura 13).

En lo concerniente a la pregunta, ha tenido la impresión, en conjunto, de que está haciendo bien las cosas, el 43% mencionó que bastante más de lo habitual, el 35% no más de lo habitual; mientras que, el 12% indicó que no, en absoluto y el 10% mucho más de lo habitual (Figura 13).

En cuanto a si se ha sentido satisfecho(a) con su manera de hacer las cosas el 48% de los encuestados mencionó que bastante más de lo habitual se ha sentido satisfecho en la manera de hacer las cosas; por otra parte, el 24% indicó que no más de lo habitual, el 17% mucho más de lo habitual y el 11% no en absoluto (Figura 13).

Figura 13. Mantenerse ocupado y hacer las cosas



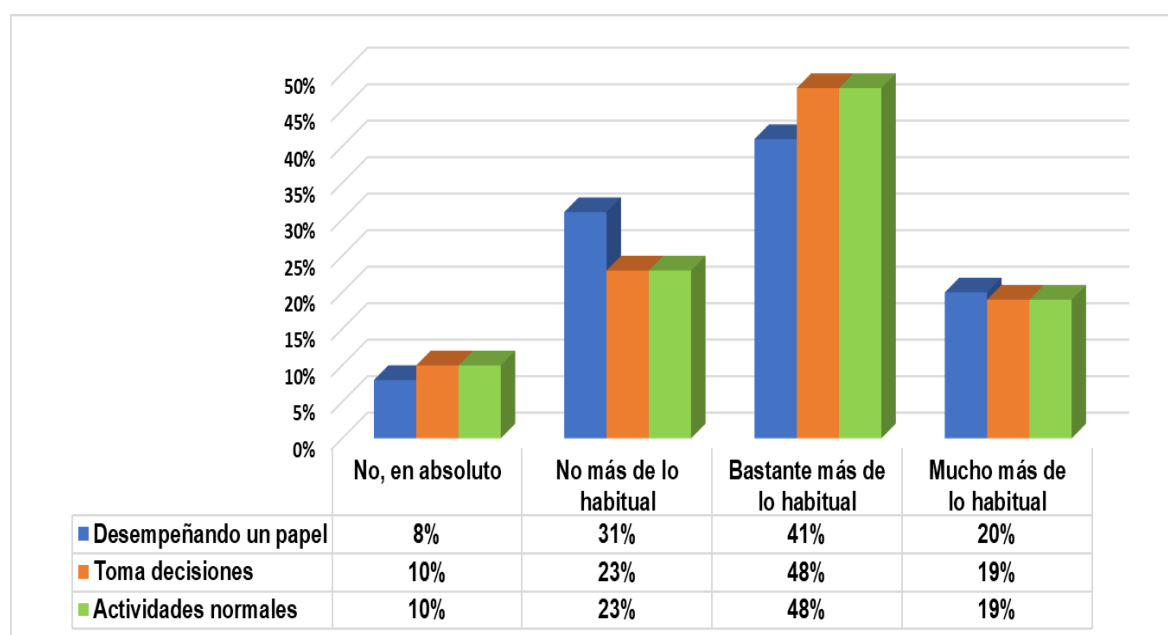
Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

Con respecto a se ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida, el 41% de los encuestados indicaron que bastante más de lo habitual se han sentido que el papel que desempeñan en la vida es útil; sin embargo, el 31% mencionaron que no más de lo habitual, el 20% mucho más de lo habitual y el 8% no, en absoluto (Figura 14).

En relación a la pregunta se ha sentido capaz de tomar decisiones, el 48% de los encuestados considera que si bastante más de lo habitual son capaces de poder tomar decisiones oportunas; no obstante, el 23% indica que ni más de lo habitual, el 19% mucho más de lo habitual y el 10% no, en absoluto (Figura 14).

En cuanto a la pregunta ha sido capaz de disfrutar de sus actividades normales de cada día, el 48% de los encuestados determinó que bastante más de lo habitual ha podido disfrutar de las actividades que efectúa normalmente cada día, el 23% no más de lo habitual, el 19% mucho más de lo habitual y el 10% no, en absoluto (Figura 14).

Figura 14. Desempeño de actividades y toma de decisiones



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

Dentro de este contexto, la cuarta dimensión en estudio mide la depresión severa vinculado a los estados de ánimo y el suicidio. Con respecto a la pregunta ha pensado que usted es una persona que no vale para nada, el 52% de los encuestados indicó que no en lo absoluto, que nunca han tenido esa calidad de pensamiento; por el contrario, el 20% indicó

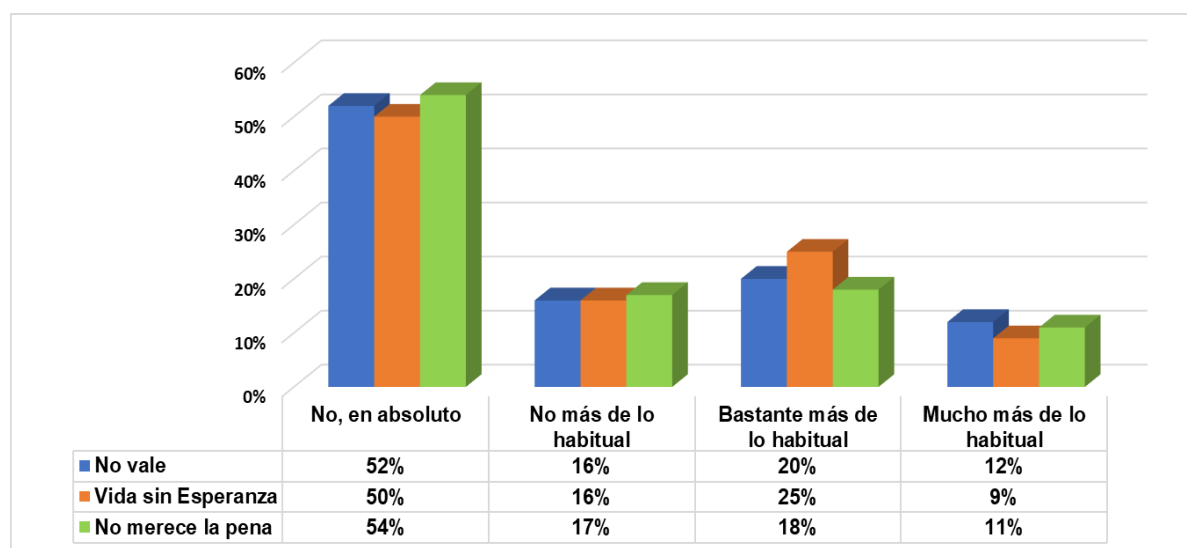
que bastante más de lo habitual, el 16% no más de lo habitual y el 12% mucho más de lo habitual (Figura 15).

En lo que respecta a si ha estado viviendo la vida totalmente sin esperanza, el 50% de los encuestados mencionaron que no, en absoluto, que ellos viven la vida con toda la esperanza posible; Sin embargo, el 25% mencionó que bastante más de lo habitual se encuentra viviendo una vida sin esperanza, el 16% no más de lo habitual y el 9% mucho más de lo habitual (Figura 15).

Con relación a si ha tenido el sentimiento de que la vida no merece la pena vivirse, el 56% de los estudiantes encuestados indicaron que no en lo absoluto, ellos no han tenido el pensamiento de que la vida no merece la pena para vivirse; no obstante, el 18% considera que bastante más de lo habitual piensan que la vida no merece la pena vivirse, el 17% no más de lo habitual y el 11% mucho más de lo habitual (Figura 15).

En cuanto a la pregunta ha pensado en la posibilidad de “quitarse de en medio”, se pudo evidenciar que el 56% de los encuestados determinó que no, en absoluto, han tenido pensamientos de posibilidades de quitarse de en medio, el 18% mencionó que bastante más de lo habitual, el 16% no más de lo habitual y el 10% mucho más de lo habitual (Figura 15).

Figura 15. Vida sin esperanza



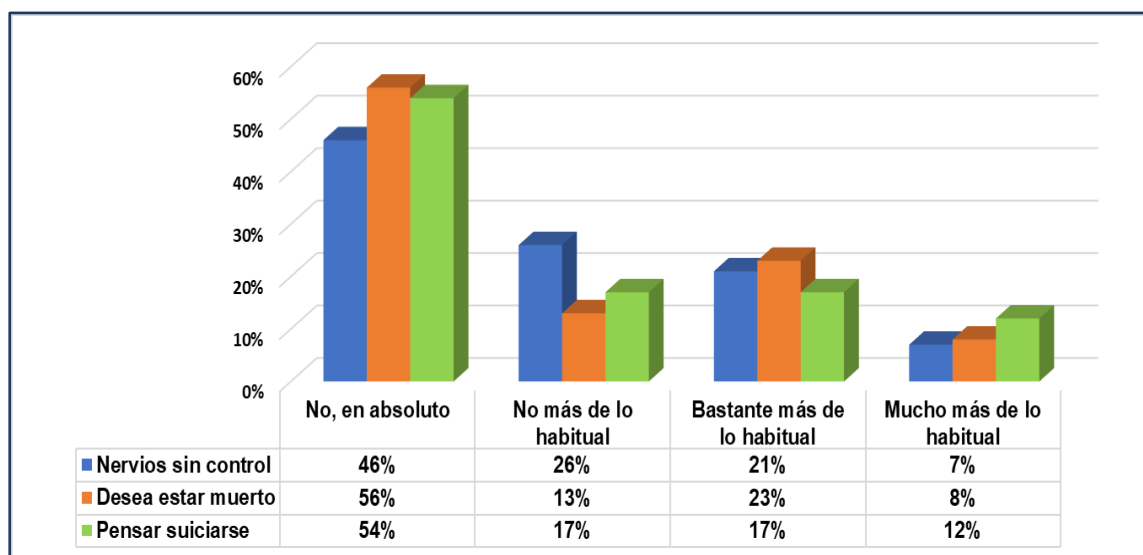
Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

En referencia a si ha notado que a veces no puede hacer nada porque tiene los nervios fuera de control, el 46% de los estudiantes encuestados indicó que no, en absoluto, no ha presentado ese problema tener los nervios fuera de control; sin embargo, el 26% estableció que no más de lo habitual, el 21% bastante más de lo habitual y el 7% mucho más de lo habitual (Figura 16).

En lo concerniente con la pregunta ha notado que desea estar muerto y lejos de todo, el 56% de los estudiantes indicó que no en absoluto, que nunca ha deseado está muerto ni lejos de todo; no obstante, el 23% si estableció que bastante más de lo habitual, el 13% no más de lo habitual y el 8% mucho más de lo habitual (Figura 16).

En lo que respecta a la pregunta ha notado que la idea de quitarse la vida le viene repentinamente a la cabeza, se pudo conocer que para el 54% de los encuestados no, en absoluto no les viene la idea de quitarse la vida; pero para, el 17% si es bastante más de lo habitual tener pensamientos de quitarse la vida, al 17% indicó no más de lo habitual y al 12% mucho más de lo habitual (Figura 16).

Figura 16. Nervios si control, querer quitarse la vida



Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

En base a los resultados se estableció el coeficiente de correlación de las variables en estudio donde se pudo evidenciar una alta significancia estadística entre la ansiedad que

tienen los estudiantes en relación con la cuarta dimensión en estudio que es la depresión severa vinculado a los estados de ánimo y el suicidio.

En la Tabla 2 se aprecia una correlación positiva entre las variables ansiedad por no tener el móvil y si ha deseado estar muerto y lejos de todo.

Tabla 2. Correlación entre ansiedad y estar muerto

Variable		Ansiedad	Estar Muerto
Ansiedad	Pearson's r	—	
	p-value	—	
Estar Muerto	Pearson's r	0.821***	—
	p-value	< .001	—

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

En la Tabla 3 se logró observar una correlación altamente significativa entre las variables ansiedad por no tener el móvil, si ha deseado estar muerto y lejos de todo y la idea de quitarse la vida que le viene repentinamente a la cabeza, siendo establecido este como uno de los problemas más severos de salud mental que está afectando a los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC.

Tabla 3. Correlación entre ansiedad, estar muerto y querer suicidarse

Variable		Ansiedad	Estar Muerto	Suicidarse
Ansiedad	Pearson's r	—		
	p-value	—		
Estar Muerto	Pearson's r	0.821***	—	
	p-value	< .001	—	
Suicidarse	Pearson's r	0.828***	0.967***	—
	p-value	< .001	< .001	—

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$

**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

En la Tabla 4 establece una correlación altamente significativa entre las variables ha deseado estar muerto y lejos de todo y la idea de quitarse la vida que le viene repentinamente a la cabeza, ha padecido dolores de cabeza y sentirse agotado siendo establecido como uno de los problemas de salud mental que está afectando a los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC.

Tabla 4. Correlación entre variables estar muerto, intenciones de suicidarse, dolores de cabeza y agotado

		Estar Muerto	Suicidarse	Dolor	Agotado
Estar Muerto	Pearson's r	—			
	p-value	—			
Suicidarse	Pearson's r	0.967***	—		
	p-value	< .001	—		
Dolor	Pearson's r	0.879***	0.882***	—	
	p-value	< .001	< .001	—	
Agotado	Pearson's r	0.862***	0.888***	0.966***	—
	p-value	< .001	< .001	< .001	—

* p < .05, ** p < .01, *** p < .001

**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Elaborado por: Redrovan y Apraez (2024).

Discusión de los resultados

El presente estudio investigativo buscó conocer los efectos en la adicción al celular y su repercusión en problemas de salud mental en los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC en el periodo 2023-2024, para mejorar el uso del internet y la interacción social. Donde se obtuvo como resultado que el 23% de los encuestados ha deseado estar muerto o lejos de todos; adicionalmente se evidenció, que el 17% ha tenido la idea de quitarse la vida, lo que correlacionado con los problemas de ansiedad y estados depresivos ha indicado la presencia de problemas de salud mental, que se encuentran influyendo en el desarrollo normal de sus actividades diarias. Estos resultados son similares a los otorgados por García y Escalera (2020) que indican que aproximadamente el 25% de los estudiantes encuestados afirman que el uso indebido de los celulares y otras tecnologías les afecta la salud mental, disminuyendo su capacidad de interacción, afectando el rendimiento académico y las relaciones personales.

Dentro de los resultados obtenidos en este estudio, se pudo evidenciar que un gran porcentaje de estudiantes presenta adicción al celular, debido a que este instrumento se ha convertido en una herramienta necesaria para las personas, ya sea como medio de comunicación, investigación, información o entretenimiento; pero su uso prolongado está ocasionando problemas en la salud mental de los individuos, los mismos que se ven reflejados en problemas de ansiedad, angustia y depresión. En concordancia con estos resultados, investigaciones desarrolladas por Centeno y Coral (2019) demuestran que el uso excesivo de los celulares en los estudiantes, se encuentra afectando el desempeño académico y su nivel de vida social e interpersonal, ocasionando la presencia de varios conflictos que afectan la salud de las personas, destruyendo su autoestima y disminuyendo su valor como persona llevándolos al fracaso.

Para reafirmar los resultados obtenidos, se tiene en cuenta estudios efectuados por Uttarswar et al. (2022), quienes exponen que los dolores de cabeza, migrañas y cefaleas en

la mayoría de las ocasiones son producidos por la adicción al celular o su mal uso, lo que conlleva al deterioro de la salud de las personas, aumentando los riesgos de tener problemas de salud mental, por no mantener un control adecuado de estos dispositivos.

En alusión a las dificultades que presentan los estudiantes para poder dormir y reflejar un agotamiento continuo mucho más de lo habitual, es relevante lo que expresa el Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social (2022) quien considera que el uso excesivo del celular afecta la salud física, mental y psicológica, porque pueden afectar el desenvolvimiento intelectual por el déficit del sueño, disminuyendo su capacidad de razonamiento, deteriorando la capacidad cognitiva; además de crear trastornos de conducta con irritabilidad y al mantener la falta de actividades físicas ocasiona problemas de sobrepeso.

Dentro de este criterio, los resultados de este estudio se corroboran con investigaciones efectuadas por la Organización Mundial de la Salud (Organización Mundial de la Salud, 2022), que establecen que los trastornos del sueño, el agotamiento físico y mental, los problemas de concentración en los estudios e incluso la irritabilidad se debe a la adicción a los celulares, lo que provoca una hiperestimulación sensorial afectando grandemente a la parte neurológica dando como resultado un desequilibrio de todos los procesos normales desarrollados por el cerebro.

En la actualidad el uso indiscriminado de los celulares trae consigo que los estudiantes presenten alteración en los nervios, se encuentren asustados o en pánico mucho más de lo habitual; estas investigaciones son corroboradas por estudios efectuados por La American Cancer Society (2022) quienes indican que los celulares se encargan de enviar señales potentes de radiación, donde el uso continuo de estos tiene la capacidad de alterar los nervios. Cuando su uso es excesivo o adictivo durante horas prolongadas puede llegar a ocasionar la presencia de tumores cerebrales malignos como son los gliomas o los meningiomas, deteriorando la salud mental de las personas de una forma acelerada.

Cabe resaltar, que los resultados de este estudio revelaron correlaciones positivas y altamente significativas, determinado que cuando la adicción a los móviles es muy marcada se ve afectada la salud mental de los estudiantes, la misma que se expresa por medio de la depresión severa, la cual se vincula a estados de ánimo depresivos que si no son tratados a tiempo pueden llegar al suicidio; estos resultados son corroborados con estudios desarrollados por Pinto (2022) quien menciona que la adicción a los celulares otorga a las personas problemas conductuales relacionados con factores psicológicos como son la impulsividad, el autocontrol, la depresión, llegando a un riesgo suicida, debido a la capacidad que desarrollan de bloquear la capacidad de razonamiento, afectando el equilibrio emocional.

c. Conclusiones

Se logró conocer el nivel de adicción a los celulares de los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC, donde se identificó que tienen ansiedad, la misma que se ve reflejada al tener que mirar las aplicaciones del celular por ejemplo, WhatsApp, Facebook, Instagram, cada 5 minutos, por lo que constantemente reciben quejas por parte de su familia, pareja o amigos debido a la gran cantidad de tiempo que se pasan ocupados con el celular.

Se identificaron que los principales problemas de salud mental de los estudiantes de la Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC por adicción al celular, mediante el empleo de la escala de Salud Mental de Goldberg (GHQ) en relación a la característica que presentaban bastante más de lo habitual es la de estar asustado, sensación de pánico sin motivo, la sensación de que todo se le viene encima; sin embargo, es vital recalcar que el 21% de los encuestados han tenido problemas al pensar que es una persona que no vale para nada, han presentado momentos en los que los nervios están fuera de control, el 23% de los encuestados ha llega a desear estar muertos y lejos de todo y el 17% ha tenido la idea en algún momento de quitarse la vida, por lo que hay que destacar que la mayor afección se vio reflejada en la cuarta dimensión de esta escala que mide la depresión severa vinculada a los estados de ánimo y al suicidio.

Se evaluaron los efectos de la adicción del celular en las interacciones sociales de los estudiantes de Facultad de Comunicación, Humanidades y Creatividad de la Universidad ECOTEC, donde se pudo verificar la depresión severa que está afectando el estado de ánimo de los estudiantes, llevándolos a tomar decisiones inadecuadas en el desarrollo de su vida, reflejado por la presencia de nervios alterados que hacen que pierdan el control afectando la relación con su familia, parejas y amigos al querer estar aislados y lejos de todos.

d. Recomendaciones

A partir de los resultados obtenidos se recomienda desarrollar talleres donde se les pueda explicar a los estudiantes los problemas de salud mental que pueden desarrollar por el uso excesivo de los celulares, estableciendo los diversos parámetros de afectación que esta puede desarrollar a su rendimiento académico.

Dentro de las horas clases emplear técnicas y actividades que ayuden con la disminución del uso excesivo de los celulares, estableciendo un autocontrol que ayude a mejorar los estados de ánimo de los estudiantes.

Es de vital importancia que se involucren los centros de estudio en conocer las distintas dificultades que se encuentran atravesando los estudiantes, por medio de las interrelaciones que tienen con las otras personas y el vínculo que crean con sus profesores a fin de disminuir el nivel de adicción a los celulares.

e. Referencias y bibliografía

Almeida, J., & Lescano, J. (2022). Salud mental general y dependencia al celular en estudiantes de bachillerato de la ciudad de ambato. Ambato: Universidad Tecnológica Indoamérica. Obtenido de <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/3994/1/ALMEIDA%20HERNANDEZ%20JONATHAN%20DAVID%20Y%20LESCANO%20GUERRERO%20JOSELYN%20DAYANA.pdf>

American Cancer Society. (2022). *Teléfonos celulares*. España: American Cancer Society. Obtenido de <https://www.cancer.org/es/cancer/prevencion-del-riesgo/exposicion-a-la-radiacion/telefonos-celulares.html>

Andrade, J., & Meira, Z. (2022). Aplicabilidad de la Teoría Holística en la asistencia e investigación en enfermería: un estudio reflexivo. *Index de Enfermería*, 30(2), 12. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962021000100016

Banda, X., & Padilla, C. (2019). *Adicción al celular y clima social familiar en adolescentes*. Cajamarca, Perú: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Obtenido de <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1003/Tesis%20final.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Burga, A. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de Bienestar Psicológico*. Lima: Universidad de Lima. Obtenido de https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/10604/Alvarez_Propiedades_psicom%C3%A9tricas.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Campos, D., & Lino, E. (2023). *Propiedades psicométricas de la Escala de Dependencia y Adicción al Smartphone (EDAS – 18) en estudiantes universitarios de Lima metropolitana*. Lima, Perú: Universidad César Vallejo. Obtenido de

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/109295/Campos_GDM-Lino_SEN-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Cando, R., Tenezaca, J., Castillo, M., & Ponce, J. (2023). Adicción al dispositivo móvil y síntomas prefrontales en estudiantes universitarios. *Anatomia Digital*, 6(43), 254 - 265. Obtenido de 2804-Texto%20del%20artículo-12007-1-10-20240117.pdf

Caranqui, B. (2019). *Cyberadicción y su interacción social con los estudiantes de bachillerato del Instituto Ausubel de la ciudad de Quito*. Quito: Universidad Tecnológica Indoamérica. Obtenido de <https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2394/1/CARANQUI%20RODRIGUEZ%20BYRON%20ROBERTO.pdf>

Castillo, L. (2023). *Adicción al celular en adolescentes de un Colegio Particular de Jesús María*. Lima, Perú: Universidad Nacional Federico Villarreal. Obtenido de https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/6860/UNFV_FP_Castillo_Ordonez_Luis_Alfredo_Titulo_profesional_2023.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Centeno, D., & Coral, N. (2019). *Adicción al celular y autoestima en estudiantes de Psicología Clínica de la Universidad Nacional de Chimborazo*. Riobamba: Universidad Nacional de Chimborazo. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6217/1/ADICCION%20AL%20CELULAR%20Y%20AUTOESTIMA.pdf>

Centeno, D., & Coral, N. (2019). *Adicción al celular y autoestima en los estudiantes de psicología clínica en la Universidad Nacional de Chimborazo*. Riobamba: Universidad Técnica Chimborazo. Obtenido de <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/6217/1/ADICCION%20AL%20CELULAR%20Y%20AUTOESTIMA.pdf>

- Cernioglia, L., Guicciardi, M., Sinatra, M., Monacis, L., & Simonelli, A. (2019). The Use of Digital Technologies, Impulsivity and Psychopathological Symptoms in Adolescence. *Behav. Sci.*, 9(8), 82 - 102. Obtenido de <https://www.mdpi.com/2076-328X/9/8/82>
- Cerro, D., Rojo, J., González, M., Madruga, M., & Prieto, J. (2020). Dependencia y adicción al smartphone de una muestra de jóvenes extremeños: diferencias por sexo y edad. *Tecnología, Ciencia y Educación*, 17, 35 - 53. Obtenido de <https://www.tecnologia-ciencia-educacion.com/index.php/TCE/article/view/483/307>
- Díaz, S. (2022). *La adicción a los smartphones y su efecto en la salud mental de los adolescentes*. Coruña: Universidade da Coruña. Obtenido de https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/32413/DiazSantano_Sara_TFG_2022.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Escudero, J., Garre, P., Martínez, A., & Alcántara, M. (2020). Adicción al móvil e internet en adolescentes y su relación con problemas psicopatológicos y variables protectoras. *Escritos de Psicología*, 12(2), 12. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092019000200007
- García, A., & Escalera, M. (2020). Adicción hacia el Teléfono Móvil en Estudiantes de Nivel Medio Superior. ¿Cómo es el Comportamiento por Género? *Acta de investigación psicológica*, 10(3), 10. Obtenido de https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322020000300054
- García, M., Fuentes, V., Pérez, J., & Aranda, M. (2020). EDAS-18: validación de la versión corta de la escala de dependencia y adicción al smartphone. *Terapia psicológica*, 38(3), 12. Obtenido de https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-48082020000300339
- García, S. (2020). *Adición al celular en estudiantes de la Universidad Continental Huancayo*. Huancayo: Facultad de Humanidades. Obtenido de

[https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8754/4/IV_FHU_501_T
E_Garcia_Chirinos_2020.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8754/4/IV_FHU_501_T_E_Garcia_Chirinos_2020.pdf)

Gastelu, S., & Hurtado, L. (2022). *Adaptación de la escala de Salud Mental en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana, 2021*. Lima, Perú: Universidad César Vallejo.

Obtenido de

[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89604/Gastelu_SSJ-
Hurtado_DLE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/89604/Gastelu_SSJ-Hurtado_DLE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Gobierno de México. (2022). *Uso excesivo de dispositivos móviles provoca alteraciones del sueño, advierte especialista*. México: Gobierno de México. Obtenido de

[https://www.gob.mx/salud/es/articulos/uso-excesivo-de-dispositivos-moviles-provoca-
alteraciones-del-sueno-advier-te-especialista?idiom=es](https://www.gob.mx/salud/es/articulos/uso-excesivo-de-dispositivos-moviles-provoca-alteraciones-del-sueno-advier-te-especialista?idiom=es)

Haro, B., Beranuy, M., Vega, M., & Carvonell, X. (2022). Uso problemático del móvil y diferencias de género en formación profesional. *Educación XXI*, 25(2), 271 - 290.

Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/706/70672510013/70672510013.pdf>

Hernández, S., Fernández, C., & Baptista, P. (2017). *Metodología de la investigación* (Quinta edición ed.). México: McGraw Hill. Obtenido de

<https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2019). *Encuesta Multipropósito*. Quito: Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. Obtenido de

[https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-
inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2019/201912_Principales_resultados_Multiproposito_
TIC.pdf](https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2019/201912_Principales_resultados_Multiproposito_TIC.pdf)

Lagla, V. (2020). *La adicción a la tecnología y su influencia en las habilidades sociales de los estudiantes de bachillerato de la Unidad Educativa Gabriela Mistral*. Ambato: Universidad Tecnológica Indoamérica. Obtenido de

<https://repositorio.uti.edu.ec/bitstream/123456789/2103/1/LAGLA%20NEGRETE%20VERONICA.pdf>

Lee, M., Chung, S., Lee, Y., Park, S., Park, S., Kwon, J., & Kim, D. (2020). Investigation of Correlated Internet and Smartphone Addiction in Adolescents: Copula Regression Analysis. *PubMed Central*, 17(16), 5806 - 5827. Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7460171/>

Liu, D., Liu, X., Long, Y., Xiang, Z., & Wu, Z. (2022). Problematic smartphone use is associated with differences in static and dynamic brain functional connectivity in young adults. *Front Neurosci*, 16, 25. Obtenido de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9635624/>

López, C. (2018). La educación holística desde una perspectiva humanista. *Revista Scientific*, 8, 25 - 36. Obtenido de https://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/222/258

Martínez, E., Beatriz, C., & López, M. (2019). Smartphone, menores y vulnerabilidades. Revisión de la literatura. *Mediterránea*, 10(2), 257 - 268. Obtenido de <https://Dialnet-SmartphoneMenoresYVulnerabilidades-6982612.pdf>

Martínez, S. (2021). Alteraciones mentales por el uso excesivo del móvil. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(2), 12. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-74502021000200070#:~:text=Los%20resultados%20indican%20una%20asociaci%C3%B3n,cr%C3%B3nico%20y%20la%20baja%20autoestima.

Matínez, L. (2020). *Enfermedades mentales en el Ecuador*. Quito: UDLA, Facultad de Comunicación y Artes Audiovisuales. Obtenido de <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/12171/1/UDLA-EC-TPE-2020-14.pdf>

Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. (2022). *Daños relacionados con el uso excesivo de los celulares*. Perú: Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. Obtenido de <https://www.mspbs.gov.py/portal/27094/oms-recomienda-evitar-exponer-a-nintildeos-menores-de-dos-antildeos-de-vida-a-pantallas.html>

Organización Mundial de la Salud. (2022). *Recomiendan que los niños no usen pantallas hasta los dos años*. Argentina: Organización Mundial de la Salud. Obtenido de <https://news.un.org/es/story/2019/04/1454801>

Pastor, Y., García, A., & López, M. (2022). Estrategias de regulación de uso del smartphone y uso problemático de internet en la adolescencia. *Anales de Psicología*, 38(2), 12. Obtenido de https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282022000200008&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Pinargote, G., Maldonado, K., Pin, C., & Pérez, D. (2022). Uso de internet por parte de los jóvenes y dependencia de los teléfonos móviles. *UNESUM- Ciencias. Revista Científica Multidisciplinaria*, 6(3), 20 - 30. Obtenido de <https://revistas.unesum.edu.ec/index.php/unesumciencias/article/view/471>

Pinto, M. (2022). Dependencia al Smartphone, impulsividad y riesgo suicida en estudiantes universitarios de Yucatán México. *Información Psicológica*, 123, 39 - 54. Obtenido de <https://www.informaciopsicologica.info/revista/article/view/1925/1879>

Ricoy, M., & Martínez, S. (2019). El uso informal del smartphone en adolescentes de centros de protección: un reto para promover la intervención socioeducativa. *Educación XXI*, 23(1), 459 - 482. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/706/70663315019/html/>

Ridge, B. (2023). *El impacto de los teléfonos inteligentes en la salud mental: una exploración detallada*. Mmedium Multimedia. Obtenido de <https://www.mediummultimedia.com/apps/como-afectan-los-telefonos-inteligentes-a-la-salud-mental/>

- Rodríguez, M., & Díaz, M. (2019). Adicción y uso del teléfono celular. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 17(2), 15. Obtenido de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612019000200001
- Romero, J., & Aznar, I. (2019). Análisis de la adicción al smartphone en estudiantes universitarios. Factores influyentes y correlación con la autoestima. *RED. Revista de Educación a Distancia*, 8(60), 15. Obtenido de <https://revistas.um.es/red/article/view/396051/273191>
- Sánchez, L. (2018). Los riesgos de pasar mucho tiempo en el celular. *Revista Alethéia IEU*, 8, 1 - 7. Obtenido de https://revista-aletheia.ieu.edu.mx/documentos/A_opinion/2018/8_Agosto/Art_Op_2.pdf
- Tobar, A., Acosta, N., Mejía, A., & Puchaicela, A. (2023). Descripción y comparación de la dependencia al celular en adolescentes en tiempo de pandemia. *Ciencia Latina*, 7(2), 7287 - 7302. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/5883/8912>
- Uttarwar, P., Vibha, D., Prasad, K., & Srivastava, A. (2022). Los teléfonos inteligentes podrían dificultar el alivio de las migrañas. *Revista de Neurología*(3), 10. Obtenido de <https://neurologia.com/noticia/7640/los-telefonos-inteligentes-podrian-dificultar-el-alivio-de-las-migranas>

f. Anexos

Anexo 1. Escala de Salud Mental de Goldberg (GHQ)

Ítems		Respuesta			
		1	2	3	4
1	¿Se ha sentido perfectamente bien de salud y en plena forma?				
2	¿Ha tenido la sensación de que necesitaba algún tipo de vitaminas?				
3	¿Se ha sentido agotado(a) y sin fuerzas para nada?				
4	¿Ha tenido sensación de que estaba enfermo(a)?				
5	¿Ha padecido dolores de cabeza?				
6	¿Ha tenido sensación de opresión en la cabeza, o de que la cabeza le va a estallar?				
7	¿Ha tenido temperatura corporal alta o escalofríos?				
8	¿Sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño?				
9	¿Ha tenido dificultades para dormir toda la noche?				
10	¿Se ha notado constantemente agobiado(a) y en tensión?				
11	¿Se ha sentido con los nervios a flor de piel y malhumorado(a)?				
12	¿Se ha asustado o ha tenido pánico sin motivo?				
13	¿Ha tenido sensación de que todo se le viene encima?				
14	¿Se ha notado nervioso(a) y “a punto de explotar” constantemente?				
15	¿Se las ha arreglado para mantenerse ocupado(a) y activo(a)?				
16	¿Le cuesta más tiempo hacer las cosas?				
17	¿Ha tenido la impresión, en conjunto, de que está haciendo bien las cosas?				
18	¿Se ha sentido satisfecho(a) con su manera de hacer las cosas?				
19	¿Ha sentido que está desempeñando un papel útil en la vida?				
20	¿Se ha sentido capaz de tomar decisiones?				
21	¿Ha sido capaz de disfrutar de sus actividades normales de cada día?				
22	¿Ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?				
23	¿Ha estado viviendo la vida totalmente sin esperanza?				
24	¿Ha tenido el sentimiento de que la vida no merece la pena vivirse?				
25	¿Ha pensado en la posibilidad de “quitarse de en medio”?				
26	¿Ha notado que a veces no puede hacer nada porque tiene los nervios fuera de control?				
27	¿Ha notado que desea estar muerto y lejos de todo?				
28	¿Ha notado que la idea de quitarse la vida le viene repentinamente a la cabeza?				

Fuente: Gastelu y Hurtado (2022)

Anexo 2. Escala de dependencia y adicción al Smartphone -EDAS-18

Ítems		Respuesta				
		1	2	3	4	5
1	Siento ansiedad si me quedo sin batería en el móvil					
2	Miro alguna de las aplicaciones del móvil (por ejemplo, WhatsApp, Facebook, Instagram, etc.) cada 5 minutos aproximadamente.					
3	Mi familia, pareja, amigos, se han quejado alguna vez del tiempo que ocupo mirando el móvil.					
4	Dedico un tiempo excesivo a mirar distintas aplicaciones del móvil. (Facebook, WhatsApp, juegos, etc.					
5	Consultó el móvil constantemente incluso cuando estoy solo con otra persona					
6	Miro alguna de las aplicaciones de móvil (por ejemplo, WhatsApp, Facebook, Instagram, etc.) cada 10 minutos aproximadamente					
7	No dedico más tiempo del necesario a usar las aplicaciones de comunicación y ocio del móvil.					
8	Miro frecuentemente el móvil en clase o en el trabajo.					
9	Soy incapaz de dejar de usar el móvil, aunque lo intente.					
10	Dedico gran parte del día a usar las distintas aplicaciones del móvil.					
11	Dedico parte de mi jornada laboral o estudiantil a consultar el móvil.					
12	Mi principal motivación para echar o salir en una fotografía es compartirla inmediatamente a través de cualquier medio móvil					
13	El uso del móvil ha interferido alguna vez con mi desempeño académico y/o laboral.					
14	De mis actividades diarias, el uso del móvil es a la que dedico más tiempo.					
15	Si me despierto durante la noche siempre miro el móvil.					
16	He intentado disminuir el uso que hago del móvil, pero no puedo.					
17	Mi comportamiento es más desinhibido cuando uso las aplicaciones de mensajería y redes sociales del móvil que en mi vida diaria.					
18	Suelo utilizar el móvil cuando estoy en situaciones sociales con varias personas (En un bar, con los amigos en una comida familiar, etc.)					

Fuente: Campos y Lino (2023)