

“Dependencia a Internet y teléfono móvil en Estudiantes Universitarios de Morelia, México; uso problemático”

“Dependency on new technologies in Universities students of Morelia, Mexico; a problem”

Autores: Dra. Mayra Itzel Huerta Baltazar¹, Dra. Ma. Lilia A. Alcántar-Zavala², Dra. Ma. de Jesús Ruiz-Recéndiz³, Dra. Vanesa Jiménez Arroyo⁴, ME. Claudia Álvarez Huante⁵, Dra. Alicia Álvarez Aguirre⁶

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia y
Universidad de Guanajuato, Mexico

CDID “Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica”⁷

Recibido: 25/05/2020

Aceptado: 12/09/2020

Resumen

El uso de nuevas tecnologías determina un problema cuando la actividad es desmedida y provoca una afición patológica que desemboca en dependencia a algún dispositivo tecnológico. El objetivo en este trabajo fue: establecer el nivel de uso (sin problema, problemas ocasionales, uso problemático o dependencia) de internet y teléfono móvil en estudiantes universitarios de Morelia, México. Metodología: estudio cuantitativo, descriptivo y transversal. La muestra fue no probabilística por conveniencia de 208 estudiantes. Se utilizaron tres instrumentos: cédula de variables sociodemográficas, instrumento CERI ($\alpha=0.77$) y CERM ($\alpha=0.80$). Se acataron las normas y criterios éticos de anonimato y confidencialidad. Resultados: fueron 103 varones y 105 mujeres; 48 % tienen uso problemático del celular y 46% tiene uso problemático del teléfono móvil. Conclusiones: Las estudiantes universitarias muestran uso problemático frecuente que deriva en dependencia en el uso de internet y teléfono celular.

Palabras clave: Uso problemático, nuevas tecnologías, Estudiantes Universitarios.

¹ Correspondencia remitir a: Profesora de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia, Michoacán efetakumi@gmail.com

² Profesora de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia, Michoacán.

³ Profesora de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia, Michoacán.

⁴ Profesora de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Morelia, Michoacán.

⁵ Enfermera del Hospital Regional 1, Instituto Mexicano del Seguro Social, Charo, Michoacán

⁶ División de Ciencias de la Salud e Ingenierías del Campus Celaya Salvatierra de la Universidad de Guanajuato

⁷ Correspondencia remitir a: revistacientificaureka@gmail.com o norma@tigo.com.py “Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica”, de Asunción-Paraguay.

Abstract

The use of new technologies determines a problem when the activity is excessive and causes a pathological hobby that leads to dependence on some technological device. The objective of this work was: to establish the level of use (without problem, occasional problems, problematic use or dependency) of internet and mobile phone in university students from Morelia, Mexico. Methodology: quantitative, descriptive and cross-sectional study. The sample was non-probabilistic for the convenience of 208 students. Three instruments were used: sociodemographic variable schedule, CERI instrument ($\alpha = 0.77$) and CERM ($\alpha = 0.80$). The ethical standards and criteria of anonymity and confidentiality were followed. Results: there were 103 men and 102 women; 48% have problematic cell phone use and 46% have problematic mobile phone use. Conclusions: University students show frequent problematic use that leads to dependency on the use of the internet and cell phones.

Key words: Problematic use, new technologies, University Students

A nivel mundial el uso de la tecnología e internet ha favorecido el desarrollo en todos los ámbitos de la humanidad. Ha supuesto una auténtica revolución en la vida de la especie humana y sin duda forman una herramienta fundamental en la vida de las personas. Las nuevas tecnologías se han posicionado de mejor manera en los jóvenes, dejando de utilizar poco a poco medios de comunicación como radio, teléfono fijo, telégrafo y servicios postales, que para una gran parte de la población siguen siendo atractivas, generalmente para adultos mayores, acostumbrados a una tecnología tradicional; sin embargo, al día de hoy existen generaciones que se denominan como nativos digitales, debido a que nacen en la llamada “Era Tecnológica”, etapa en que la tecnología forma parte de nuestro día a día y su vida, en lo cotidiano, gira en torno al alto flujo de información y a los distintos dispositivos electrónicos a los cuales ya son expertos a temprana edad, haciendo complicada su interacción social, aún con su entorno nuclear, debido a que en muchas ocasiones, por preferencia, anteponen su permanencia en redes sociales o juegos en línea, a actividades como pasear, estudiar, jugar con amigos, conversar e incluso dormir.

La aparición de internet se remonta a los años 60, pero es en 1990 cuando se crea la *World Wide Web*, el primer servicio de Internet que en su momento permitía una fácil comunicación en sitios distantes y diferentes del planeta. Sin embargo, fue hasta 1995 cuando se comienza a producir la primera revolución con la disponibilidad de módems en los hogares; por esto, se calcula que en los primeros 20 años el uso de Internet se ha multiplicado por 100, y sigue en expansión (Khosla, 2014).

En México en el año 2017, según cifras registradas por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), hay 74.3 millones de usuarios de Internet de seis años o más, que representan el 65.8% de la población en ese rango de edad. El 51.5% de los internautas son mujeres y 48.5% son hombres. Se observa un crecimiento de 4.2 puntos porcentuales respecto a lo reportado en 2016, cuando se registraron 71.3 millones de usuarios. Del total de la población usuaria de internet de seis años o más, el grupo de entre 25 y 34 años es el que registra la mayor proporción de usuarios de internet, las mujeres en este rango de edad representan 10.4% y los hombres 9.8%. Por otro lado, la población de 55 años o más es la que menos usa internet, registrando cifras del 4.1% para las mujeres y 4.0% para los hombres (INEGI, 2017).

El acceso a internet permite la navegación libre a una cantidad inmensurable de información alrededor del mundo, lo que favorece la educación y el ser autodidácta. También permite la interacción social, ya que desaparece fronteras y límites para favorecer la relación en cualquier parte del planeta generando lazos y acercamiento de familiares y amigos; fortalece la libre opinión, ya que sin censura, las personas se pueden expresar libremente sobre cualquier tema y así favorecer la democracia. Sin duda, la navegación en internet permite el entretenimiento, y puede ser un espacio de ocio, hobbies y diversión; por último, el acceso a internet permite el comercio y con esto favorece nuevas oportunidades de negocio. A pesar de todo lo anterior, es importante mencionar que muchas veces la información que se revisa en internet puede ser dudosa y se pueden usurpar identidades.

Según datos del INEGI, el 91.8% de los niños y niñas entre 10 y 15 años son usuarios habituales de la red. Este rango de edad es el más vulnerable de la población por las características propias que tiene, lo que permite identificar riesgos tales como: acceder a contenidos inapropiados, riesgo de aislamiento, contacto con desconocidos, acoso o pérdida de intimidad y alteraciones de conducta; también se puede producir una confusión entre lo íntimo, privado y público, robo de contraseñas, datos personales y problemas como el ciberbullying, grooming y sexting (INEGI, 2013).

El realce de la tecnología llega con los teléfonos móviles etiquetados como inteligentes, al integrar a su servicio el internet, las redes sociales y juegos de entretenimiento, lo que evolucionó el uso, abuso y dependencia hacia los teléfonos móviles. Estos dispositivos pueden tener un gran potencial educativo y comunicativo, pero su uso inadecuado puede acarrear importantes consecuencias negativas para niños, jóvenes y adultos como la adicción y la ansiedad, así como trastornos del sueño.

Según los datos más recientes aportados por la Asociación Proyecto Hombre (APHE, 2015) en España, alrededor del 70% de los menores de 12 años tiene a su disposición un teléfono móvil, un porcentaje que se eleva a más del 90% en mayores de 15 años. En cuanto al uso de estos dispositivos, casi la mitad de los menores lo utiliza de un modo excesivo y no controlado, con un incremento importante en las horas de conexión que generan un uso problemático en su uso.

Como antecedentes podemos retomar la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares en México (2018) realizada con la participación de 43, 942 personas, se confirmó que a partir del uso de internet 25% de los participantes han disminuido el tiempo de dormir; 13.8% redujo el tiempo dedicado al estudio, 10.1% el tiempo a salir con amigos y 6.1% ha encogido el tiempo laboral.

En este mismo estudio, se dio a conocer que 65% de los encuestados afirma que las conexiones a la red han hecho disminuir el tiempo dedicado a ver la televisión, y 58.3% afirma que la red ha llenado un tiempo vacío dedicado al ocio.

Otro dato significativo proporcionado por este informe es que solo 9.5% de los usuarios encuestados utiliza la red con finalidades principalmente académicas. Del resto, 39.1% la utiliza con fines profesionales o laborales, y 50.2% lo hace con fines personales. Esta situación pone de manifiesto que los jóvenes estudiantes encausan la energía física y mental hacia el uso de las tecnologías y fragmentan el tiempo dedicado a las labores académicas, eligiendo el uso de NT. Los usuarios de nuevas tecnologías de dieciséis años o más alcanzaron en 2018 los 50.8 millones, equivalentes al 45% del total de la población en este rango de edad. Esta estimación es menor en 0.3 puntos porcentuales respecto del registrado en 2017, cuando fue de 45.3%. (Secretaría de Comunicaciones y Transportes [SCT], 2014).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) reconoce que una de cada cuatro personas sufre algún trastorno de conducta asociado con el uso problemático a nuevas tecnologías. Para algunos investigadores, las nuevas tecnologías forman un estilo de vida que indudablemente abarca mayoritariamente a los jóvenes quienes crean una cultura tecnológica, enseñando a las personas que carecen de esta habilidad para transformar sus conocimientos y adaptarse a esta nueva era.

La problemática de las nuevas tecnologías se encuentra en reconocer que van en aumento, con ello crece el riesgo de tener un uso problemático de las mismas. Sin duda los jóvenes son la población más vulnerable a experimentar la dependencia a nueva tecnologías, por la falta de control y límite en su uso, situación que desencadena dependencia. Es un problema manifiesto el uso y abuso de las nuevas tecnologías, específicamente en universitarios, porque se ha demostrado en estudios previos el tiempo que disminuyen a sus actividades académicas, por enajenarse en revisar el celular, ver televisión, entretenerse en videojuegos o navegar en internet.

La dependencia o uso problemático a nueva tecnologías, se caracteriza por mostrar una incapacidad de controlar su manejo y así, los recursos tecnológicos se convierten en un fin y no en un medio, dando lugar a la aparición de importantes consecuencias negativas que interfieren en la vida diaria como el aislamiento social, dificultades para mantener el puesto de trabajo, bajo rendimiento escolar y relaciones sociales insatisfactorias, que son algunas de estas posibles consecuencias negativas (INEGI 2013).

Al identificar los problemas asociados al uso y abuso de nuevas tecnologías y relacionarlos con el uso de internet y teléfono móvil, se pueden observar en las personas algunos indicadores que la caracterizan. Del Barrio Fernández y Ruíz Fernández (2014) señalan las siguientes características con respecto al uso y abuso de redes sociales y teléfono móvil en las personas: 1) está dominado por el uso de las redes sociales, a nivel de sus pensamientos, sentimientos y conducta; 2) invierte grandes cantidades de tiempo y esfuerzo en la actividad; 3) altera sus estados emocionales mostrando ansiedad y enojo como consecuencia de implicarse en la actividad; 4) se perturba cuando es interrumpido en la actividad o se le reduce el acceso, mostrando actitudes de abstinencia; 5) comienza a enfrentar problemas con las personas que le rodean o consigo mismo, motivado por la persistencia de la actividad o deja de atender las responsabilidades asumidas o impuestas en el trabajo, la escuela o el hogar; en el caso de la interacción social fuera de las redes sociales, ésta se va reduciendo; 6) no acepta tener consecuencias por el uso y abuso de redes sociales y teléfono celular e internet y se jacta de poderla controlarlo en cualquier momento, y sin embargo no lo hace.

El mismo autor describe la existencia de otras conductas ante el uso problemático de nuevas tecnologías, que pueden servir como señales de alarma; indicadores como aislamiento social cara a cara priorizando las de tipo virtual; bajo rendimiento escolar a consecuencia del excesivo uso de las tecnologías; descuido de responsabilidades o actividades (escolares, familiares, etc.); cambios inesperados en el estado de ánimo, irritación y ansiedad cuando no es posible conectarse al internet, uso o contenido de las redes sociales; pérdida de la noción del tiempo o del espacio cuando está conectado a una red social y alteraciones en el sueño; además es característico que los contenidos de la conversación estén orientados a temas constantes sobre las redes con compañeros, familiares, conocidos, etc. (Del Barrio Fernández y Ruíz Fernández, 2014).

Regularmente se han visto que estas y otras conductas están relacionadas con problemas personales, y con dificultades en la relación con los demás, considerando el uso de las redes sociales como una forma de encontrar atención y poder relacionarse en busca del sentido de pertenencia al grupo (Del Barrio Fernández y Ruíz Fernández, 2014).

Otros problemas asociados al uso de nuevas tecnologías e internet son: 1) problemas de audición; ya que el uso de auriculares puede producir daño auditivo al utilizarlos de manera constante y a un alto volumen; 2) sobrepeso y obesidad ya que evitan la actividad física, lo que pudiera provocar un aumento de peso y un estilo de vida sedentario; 3) alteración en los hábitos de alimentación; 4) disminución en las horas de sueño (insomnio) debido a que el uso de dispositivos electrónicos justo antes de dormir dificulta la conciliación del sueño, 5) alteraciones del estado de ánimo: al no dormir lo suficiente, pudiera causar desánimo, estrés, ansiedad y depresión. Puede surgir ansiedad o impaciencia cuando la conexión es lenta, por no encontrar a algún amigo conectado o irritabilidad cuando los padres lo interrumpen; 6) falta de concentración su repercusión principal se observa en el ámbito escolar y en su ejecución académica ya que se reducen las horas de estudio y además, lo aleja del mundo real; 7) dolores musculares causados por permanecer en una mala posición cuando utilizan la computadora o los videojuegos; 8) pudiera presentar una visión borrosa y/o vista cansada derivado de la resequeidad en los ojos (Gonzalez, 2016). De esta manera se identifica que el uso problemático frecuente deriva en dependencia a las nuevas tecnologías.

Por todo lo anteriormente revisado surge como pregunta de investigación: ¿cuál es el nivel de uso de internet y teléfono móvil en estudiantes universitarios de Morelia, México?. Y como respuesta a este planeamiento supusimos encontrar que existe un nivel de uso problemático frecuente o dependencia hacia el internet y teléfono móvil en los estudiantes universitarios de Morelia, Michoacán.

El objetivo general de esta investigación fue: establecer el nivel de uso hacia el internet y teléfono móvil en estudiantes universitarios de Morelia, México.

MÉTODO

Se trató de un estudio con enfoque cuantitativo con un alcance descriptivo y un diseño transversal (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Participantes

Los participantes fueron jóvenes universitarios entre 18 y 24 años, que se encontraran inscritos en el programa de licenciatura en Enfermería incorporado a la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo durante el periodo 2019-2020 en Morelia, México. La muestra fue no probabilística por conveniencia logrando así, una muestra conformada por 208 ($n=208$) jóvenes universitarios.

Instrumentos

Las técnicas para la recolección de la información fueron las siguientes:

- a) Cédula de Factores Personales: su finalidad fue proporcionar información sobre elementos personales (edad, género y estado civil). Se elaboró por medio de una cédula de identificación general que consta de 3 reactivos para identificar variables sociodemográficas y caracterizar a la población.

- b) Experiencias relacionadas con el uso de Teléfono Celular (CERM), para medir la dependencia al uso del teléfono celular. Se utilizó el Cuestionario de experiencias relacionadas con el Móvil desarrollado por Beranuy y cols (2009) que evalúa las experiencias en relación con el teléfono celular. Se encuentra estructurado por 10 items tipo likert con cuatro opciones de respuestas, que van del 1 al 4 ordenadas de menor a mayor. Comprende dos subescalas que son: conflictos y uso comunicativo o emocional. Tiene una confiabilidad de $\alpha=.805$.

- c) Cuestionario de experiencias relacionadas con el uso del internet (CERI). Fue desarrollado por Beranuy, Chamarro, Graner y Carbonell (2009). Este cuestionario consta de 10 items que abarcan los criterios de DSM-IV por abuso de sustancias y juegos patológicos. Incluye información con respecto a la tolerancia, efectos negativos sobre la conducta, relaciones sociales y familiares, reducción de actividades debido al abuso del internet, pérdida de control y deseo intenso de estar conectado. Todas las preguntas tienen una escala graduada tipo likert con cuatro respuestas de menor a mayor (1-4) y tiene dos factores que son conflictos intrapersonales y conflictos interpersonales. Tuvo un $\alpha= 0.76$.

Procedimiento

El procedimiento llevado a cabo se muestra en la tabla número 1 y fue el siguiente:

Tabla 1
Descripción del procedimiento

Fases:	Descripción:
Fase I: Planeación	En esta etapa se realizó un protocolo de investigación y fue sometido a revisión del comité de investigación y bioética de la Facultad de Enfermería de la Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo (UMSNH). Una vez aprobado se programó un día específico para invitar a los estudiantes de la comunidad. Se realizó el pilotaje de los instrumentos que se utilizaron, la cédula de variables sociodemográficas y los instrumentos CERM y CERI. Se realizó un día antes de la aplicación de instrumentos una campaña de promoción para invitarlos a participar.
Fase II: Recolección de la Información	El día programado se acudió a la Facultad de Enfermería en horario de 8 de la mañana a 8 de la noche, para el llenado de los instrumentos a través de invitación personalizada captando a estudiantes en la entrada de la facultad que, aceptaran participar. Se les dio a firmar el consentimiento informado; los cuestionarios fueron autoaplicados y totalmente anónimos. El tiempo aproximado de respuesta fue de quince a veinte minutos.
Fase III: Finalización	Al finalizar el llenado del instrumento se les agradeció a los participantes, resolviendo y contestando dudas que tuvieran con respecto al estudio.

Nota:Elaboración propia

Se llevó a cabo la captura y el procesamiento de datos utilizando el paquete estadístico SPSS V. 21 (*Software Statical Package for the Social Sciences*). A través de la generación de una base de datos se utilizó estadística descriptiva e inferencial para llevar a cabo el análisis de los datos. Se acataron todos los principios, las normas y criterios éticos de anonimato y confidencialidad.

RESULTADOS

En lo que corresponde a variables sociodemográficas se identificó que, la edad que predominó fue de 20 años, 103 (49.5 %) participantes pertenecen al género masculino y 105 (50.4%) del género femenino. Se encontró que el 96.2 % de la población de estudio son solteros, mientras que el resto, vive en unión libre. En cuanto al grado de estudios en el que se encontraban, se evidenció que la mayoría de los estudiantes se encontraba en el quinto semestre (36.53%).

En lo que corresponde al *uso de internet*, se identificaron algunos elementos descriptivos como la disponibilidad de la tecnología y se encontró que, el 100% de los participantes tienen acceso al internet, el 89% lo utiliza desde casa y el 11% tiene que salir a buscarlo. En cuanto al uso y tiempo de internet se obtuvo que el 84% de los encuestados utiliza internet todos los días de la semana y más de 6 horas al día.

En lo que corresponde al *uso del celular*, cuando se cuestionó sobre su disponibilidad se identificó que, el 100% de los participantes tienen teléfono móvil y lo utilizan mayormente en casa. También mencionaron que 100% utiliza el celular todos los días de la semana y se identificó que lo usan más de 10 horas al día.

Para dar cumplimiento al objetivo general e identificar el nivel de uso que tienen los estudiantes universitarios con respecto al internet y uso del celular se presenta lo siguiente:

Tabla 2

Distribución en el uso del internet en estudiantes universitarios de Morelia, México.

	<i>f</i>	%
Sin problemas	37	17.7%
Problemas ocasionales	71	34.1%
Problemas frecuentes	100	48.07%
Total	208	100%

Nota: Instrumento CER1

En la tabla 2 se muestra que el 48% ($n=100$) de los estudiantes presentan problemas frecuentes en el *uso del internet*, lo que deriva en dependencia hacia el uso del internet (Gonzalez, 2016). Para identificar el nivel de uso en cuanto al consumo del celular se presenta lo siguiente:

Tabla 3

Distribución del uso del celular en estudiantes universitarios de Morelia, México.

	$f(n)$	%
Sin problemas	29	13.94%
Problemas ocasionales	82	39.42%
Problemas frecuentes	97	46.63%
<i>Total</i>	$n= 208$	<i>100%</i>

Nota: Instrumento CERM

En la tabla 3 se muestra que el 46.63% ($n=97$) de los estudiantes universitarios presentan problemas frecuentes en *el uso del celular*, lo que deriva en dependencia hacia los teléfonos inteligentes (Gonzalez, 2016). Al identificar el uso problemático frecuente o dependencia en los estudiantes universitarios se propuso conocer el uso del internet y teléfono móvil por género, en cuanto al *uso del internet* y *género* se muestra lo siguiente:

Tabla 4

Distribución por género en el uso del internet en estudiantes universitarios de Morelia, México.

	Sin problemas	Problemas ocasionales	Problemas frecuentes	Total
Hombres	24 (23.3%)	35 (33.9%)	44 (42.7%)	103 (49.5%)
Mujeres	13 (12.38%)	36 (34.2%)	56 (52.33%)	105 (50.4%)
Total	37 (17.7%)	71 (34.1%)	100 (48.07%)	208 (100%)

Nota: Se retomó información de la Cédula de variables sociodemográficas e Instrumento CERI para su elaboración

En la tabla 4, se observa que el género que predomina y presenta problemática frecuente en el uso del internet es la mujer (52.33%), es decir, más de la mitad de las mujeres encuestadas tienen problemas frecuentes con el uso del internet que derivan en dependencia.

Con lo que respecta a los varones 44 de ellos (42.7%) presentaron problemas frecuentes con su uso. De ambos generos, el femenino es el que presenta mayormente problemas con el uso del internet que deriva en dependencia, los resultados muestran significancia estadística con una $p=0.005$ con lo que se comprueba la hipótesis planteada. Al identificar el nivel de uso en cuanto al *teléfono celular* y *género* se tienen los siguientes resultados:

Tabla 5

Distribución por género del uso del celular en estudiantes universitarios de Morelia, México

Género	Sin problemas	Problemas ocasionales	Problemas frecuentes	Total
Hombres	21 (% 20.38)	43 (%41.75)	39 (37.86%)	103 (%)
Mujeres	8 (7.62%)	39 (37.14%)	58 (55.24%)	105 (%)
Total	29 (13.94%)	82 (39.42%)	97 (46.63%)	208 (%)

Nota: Cédula de variables sociodemográficas e Instrumento CERM

En la tabla 5 se muestra que ante la comparación del nivel de uso del celular entre hombres y mujeres, son las mujeres, quienes presentan problemas frecuentes que derivan en dependencia en el uso del teléfono móvil, con un 58% (58) y los hombres con un porcentaje de 37.86% (39). De ambos generos, el femenino es el que presenta mayormente problemas con el uso del teléfono celular que deriva en dependencia, los resultados muestran significancia estadística con una $p=0.005$ con lo que se comprueba la hipótesis planteada.

Discusión

Se evidencia a través de los resultados que los estudiantes tienen problemas frecuentes o dependencia en el uso del internet y del teléfono móvil, utilizándolos todos los días, hasta por más de seis horas cada uno. Estas cifras difieren de lo encontrado por Pedrero-Pérez (2018) en su estudio titulado “Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): uso problemático de Internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC”, donde refiere que el 50% de la población en estudio no hace abuso del uso de las tecnologías.

Existe similitud con respecto al estudio ejecutado por Domínguez e Ybañez (2016) al mencionar que cerca de la mitad de los alumnos manifiestan que el celular es el aparato del que más les costaría desprenderse. Esta expresión lleva inmersa la carga de dependencia o el uso problemático que se manifiesta también en este estudio, cuando más de la mitad de los estudiantes responden que se sienten inquietos cuando no reciben llamadas y mensajes.

Son interesantes los resultados de Pulido, Berrenchea y cols. (2013), quienes demostraron la relación que existe entre el uso de las nuevas tecnologías y los problemas mentales. Esta relación tiene que ver con las actitudes de dependencia que el ser humano manifiesta al necesitar cubrir carencias muchas veces afectivas y que se encauzan en el uso y abuso de tecnologías que llevan a crear una realidad diferente.

Esta investigación al ser descriptiva permite la apertura a nuevos estudios que se proyecten a partir de evidenciar que existen problemas frecuentes en el uso del internet y del teléfono celular específicamente, y que estos problemas frecuentes quedan de manifiesto en el género femenino.

Conclusiones

A partir del tratamiento de datos realizado en esta investigación, se evidencia que los jóvenes universitarios que conformaron la muestra tienen problemas frecuentes con el uso del internet y teléfono celular. Lo que manifiesta una dependencia en cuanto al uso y tiempo en el que se utilizan estas tecnologías. Un hallazgo importante en esta investigación, fue descubrir que, son las mujeres quienes puntúan con la frecuencia más alta en cuanto al consumo de estas tecnologías; sin embargo, los varones no están exentos de tener un riesgo ya que se encuentran en problemas ocasionales generados a partir del uso de internet y celular.

Por último, los estudiantes de tercer semestre son los que se encuentran con problemas frecuentes por el uso de tecnologías, lo que puede ser derivado por la falta de actividad en este semestre ya que no acuden a prácticas hospitalarias y esto deriva en tener más tiempo de ocio.

Todo lo anterior permite sugerir la realización de campañas de dependencia a NT para informar a la población en general que el uso de las NT también implican un riesgo que puede traer como consecuencias alteraciones físicas y emocionales. También se sugiere promover actividades al aire libre y buscar la cercanía entre personas, debido a que diversos estudios han demostrado el aislamiento que genera el uso del internet y del teléfono celular. Es importante reafirmar que las NT son únicamente un medio que facilita el aprendizaje y el estilo de vida en la cotidianidad, pero no son un fin; la importancia de la vida se encuentra en el disfrute de una realidad tangible y no en un entorno virtual.

Declaración de conflicto de interés

El autor declara no tener conflicto de interés con respecto a la publicación de este artículo.

Referencias

- Beranuy, M., Chamarro, A., Graner, C. y Carbonell, X. (2009). Validación de dos escalas breves para evaluar la adicción a Internet y el abuso de móvil. *Psicothema*, 21(3), 480-485.
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X. y Chamarro, A. (2009). Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behaviour*, 25, 1182–1187.
- Del Barrio Fernández, A., Ruiz Fernández, I. (2014). Los adolescentes y el uso de las redes sociales. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 571-576.
- Domínguez, J. e Ybañez, J. (2016). Adicción a las redes sociales y habilidades sociales en estudiantes de una institución educativa privada. *Propósitos y Representaciones*, 4(2), 181-230. Doi: [10.20511/pyr2016.v4n2.122](https://doi.org/10.20511/pyr2016.v4n2.122)

- Fundación Aldaba Proyecto Hombre (30 de junio del 2016) *Presentación del Informe 2015 del observatorio proyecto hombre*. Recuperado de: <http://www.proyctohombrevea.org/presentacion-del-informe-2015-del-observatorio-proyecto-hombre-sobre-el-perfil-de-las-personas-con-problemas-de-adiccion-en-tratamiento/>
- González, W.C. (07 de marzo del 2017). *Consecuencias del uso excesivo de la tecnología*. Recuperado de: <https://buenavida.pr/consecuencias-del-uso-excesivo-de-la-tecnologia/>
- Hernandez, S.R., Fernández, C. y Baptista, L.P. (2014). *Metodología de la Investigación 4ta. Edición*. México: Mc GrawHill.
- Instituto Federal de Telecomunicaciones (IFT). (2015). Instituto federal de comunicaciones. <http://www.ift.org.mx/>
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI). (2013). INEGI. <https://www.inegi.org.mx/>
- Instituto Nacional de Geografía y Estadística (INEGI). (2018). *Encuesta nacional sobre disponibilidad y uso de tecnologías de la información en los hogares (ENDUTIH) 2018*. Recuperado de: <https://www.inegi.org.mx/programas/dutih/2018/>
- Khosla, S. (04 abril del 2014). *The history of internet use, in 3 GIFS*. Recuperado de: <https://www.pri.org/stories/2014-04-04/history-internet-use-3-gifs>
- Organización mundial de la Salud (s.f) Organización mundial de la salud. <https://www.who.int/es>
- Secretaría de Comunicaciones y Transportes (SCT). (2014). SCT. <https://www.gob.mx/sct>
- Pedrero Pérez E. (2018). Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC): uso problemático de Internet, videojuegos, teléfonos móviles, mensajería instantánea y redes sociales mediante el MULTICAGE-TIC. *Adicciones*, 30(1), 19-32.
- Pulido Rull, M.A., Berrenchea Velasco, A., Huguez Meraz, J., Velázquez Terrazas, M.A., Quiroz Estrada, F. y Yunes Arriega, C. (2013). Uso problemático de las nuevas tecnologías en estudiantes universitarios. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 16(4), 1119-1140