

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), julio-agosto 2025,
Volumen 9, Número 4.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v9i2

USO Y DEPENDENCIA DEL CELULAR: IMPLICACIONES ECONÓMICAS Y SOCIALES

**CELL PHONE USE AND DEPENDENCE: ECONOMIC AND
SOCIAL IMPLICATIONS**

Liriol Miranda Pino
Universidad de Panamá

Diana Jaramillo
Universidad de Panamá

Perla G. Ruíz Cortez
Universidad de Panamá

Estefany Abrego Jaén
Universidad de Panamá

Nayeli Michelle Santamaría Murillo
Universidad de Panamá

Uso y dependencia del celular: implicaciones económicas y sociales

Liriol Miranda Pino¹

liriol.miranda@up.ac.pa

<https://orcid.org/0009-0003-0045-2920>

Universidad de Panamá

Panamá

Diana Jaramillo

dianab.jaramillo@up.ac.pa

<https://orcid.org/0009-0006-6930-6253>

Universidad de Panamá

Panamá

Perla G. Ruíz Cortez

perla.ruiz@up.ac.pa

<https://orcid.org/0009-0004-2974-2486>

Universidad de Panamá

Panamá

Estefany Abrego Jaén

estefanyjaen09@gmail.com

<https://orcid.org/0009-0004-6401-7562>

Universidad de Panamá

Panamá

Nayeli Michelle Santamaría Murillo

nayeli.santamaria@up.ac.pa

<https://orcid.org/0009-0007-9625-015X>

Universidad de Panamá

Panamá

RESUMEN

Esta investigación analiza el uso y la dependencia del teléfono celular en el distrito de Santiago, Veraguas, y su impacto en la economía y vida cotidiana de sus habitantes. Mediante un enfoque mixto, se aplicaron encuestas digitales a 70 participantes, revelando que el 64 % admite algún nivel de dependencia y el 44.3 % utiliza su celular más de seis horas al día. El estudio identifica efectos negativos en la productividad, las relaciones personales, la salud emocional y los gastos familiares, aunque también reconoce que el celular mejora la calidad de vida para muchos usuarios. Se observa una preferencia por teléfonos de gama media y planes prepago, reflejando una tendencia nacional. La investigación se fundamenta en teorías como el Comportamiento Planeado y el Modelo de Adicción Tecnológica, proponiendo recomendaciones educativas y económicas para fomentar un uso más consciente. Los resultados se contrastan con datos de ASEP y Trustonic, confirmando la alta penetración móvil en Panamá y el predominio del modelo prepago. Es importante destacar que, aunque el celular es una herramienta útil, su uso excesivo genera desafíos económicos y sociales que deben abordarse desde una perspectiva local. Además, se destacan aspectos como la inseguridad en las transacciones digitales y las infracciones por uso del celular al conducir. También se analiza cómo los santiagueños manejan sus presupuestos en un contexto de ingresos limitados, desempleo e inflación, abriendo el camino para futuras investigaciones.

Palabras clave: celular, dependencia tecnológica, economía personal, productividad, salud emocional

¹ Autor principal.

Correspondencia: liriol.miranda@up.ac.pa

Cell phone use and dependence: economic and social implications

ABSTRACT

This research analyzes cell phone use and dependence in the district of Santiago, Veraguas, and its impact on the economy and daily lives of its inhabitants. Using a mixed-method approach, digital surveys were administered to 70 participants, revealing that 64% admit to some level of dependence and 44.3% use their cell phone more than six hours a day. The study identifies negative effects on productivity, personal relationships, emotional health, and family expenses, although it also recognizes that cell phone use improves quality of life for many users. A preference for mid-range phones and prepaid plans is observed, reflecting a national trend. The research is based on theories such as Planned Behavior and the Technology Addiction Model, proposing educational and economic recommendations to encourage more conscious use. The results are compared with data from ASEP and Trustonic, confirming the high mobile penetration in Panama and the predominance of the prepaid model. It is important to highlight that, although cell phones are a useful tool, their excessive use generates economic and social challenges that must be addressed from a local perspective. Additionally, aspects such as insecurity in digital transactions and violations for using a cell phone while driving are highlighted. It also analyzes how Santiago residents manage their budgets in a context of limited income, unemployment, and inflation, paving the way for future research.

Keywords: cell phone, technological dependence, personal finances, productivity, emotional health

Artículo recibido 07 julio 2025

Aceptado para publicación: 08 agosto 2025



INTRODUCCIÓN

El teléfono celular es definido por la Real Academia Española [RAE] (s.f.), como un aparato portátil para comunicarse mediante ondas electromagnéticas. El teléfono celular es uno de los instrumentos más influyentes en las últimas décadas que ha permitido un cambio radical en la evolución tecnológica, porque ha transformado la vida de todas las personas existentes en el planeta tierra. El teléfono celular, es una herramienta poderosa cuando se usa atinadamente. Desde su invención por Martin Cooper en 1973 (Gegersen, 2025), el celular ha dejado de ser un lujo para convertirse en una necesidad básica, integrándose en la rutina diaria como reloj, agenda, cámara, red social, fuente de información y herramienta de trabajo. En el distrito de Santiago, esta transformación ha modificado hábitos familiares, relaciones sociales, métodos de estudio y patrones de consumo, generando una dependencia tecnológica que afecta la economía personal y el bienestar social. Según datos del INEC (2023) y la Autoridad de Innovación Gubernamental (AIG), más del 95% de los habitantes del distrito posee un celular, lo que evidencia una penetración tecnológica significativa. Sin embargo, esta masificación también ha traído consecuencias negativas como ansiedad, estrés, distracción, gastos excesivos y un gran deterioro de las relaciones interpersonales (Delgado et al., 2024; Cortés, 2015).

El presente estudio tiene como objetivo analizar el impacto del uso y la dependencia del teléfono celular en la economía y vida cotidiana de los ciudadanos de Santiago, Veraguas. Para ello, se planteó el problema desde una perspectiva local, considerando cómo esta tecnología influye en el comportamiento de consumo, las relaciones sociales, la salud psicológica y el rendimiento académico y laboral. La pregunta guía que se hace en el planteamiento del problema se centra en responder: ¿Qué impacto tiene el uso y la dependencia del teléfono celular en la economía y vida cotidiana de los ciudadanos del distrito de Santiago? Cabe destacar que revisando documentos, periódicos y artículos sobre el tema, se ha encontrado escasez de investigaciones locales sobre el tema, a pesar de su relevancia en la vida diaria. Como lo señala Saavedra (2025), el teléfono celular se ha convertido en una plataforma de gestión empresarial, personal y económica, lo que exige una regulación centrada en el consumidor.

La investigación se delimita al distrito de Santiago, durante el período comprendido entre abril y julio de 2025, con una muestra de 70 ciudadanos seleccionados mediante muestreo por conveniencia. El



alcance del estudio incluye todas las etapas del proceso investigativo, desde la fundamentación teórica hasta la presentación de resultados, con el propósito de generar propuestas prácticas que mitiguen los efectos negativos del uso excesivo del celular y se pueda tener niveles de productividad en los parques empresariales.

Cabe señalar que la metodología empleada es de enfoque mixto, con predominio cuantitativo, de tipo descriptivo, transversal y exploratorio. Se aplicaron encuestas digitales a través de *Google Forms*, con preguntas cerradas para evitar sesgos, y se analizaron los datos mediante estadística descriptiva y escala *Likert*. Este enfoque permitió identificar patrones de uso, niveles de dependencia y efectos económicos, sociales y emocionales, como lo evidencian los resultados: el 64% de los encuestados admite algún nivel de dependencia y el 44,3% utiliza su celular más de seis horas al día.

A pesar de que el 65.7% de los encuestados percibe mejoras en su calidad de vida, los resultados también revelan que el 64% admite algún nivel de dependencia y el 44.3% utiliza su celular más de seis horas al día, lo que coincide con los efectos descritos por Turkle (2011) sobre el aislamiento y la desconexión con la realidad. No obstante, este fenómeno se siente entre los estudiantes, que apenas dejan de dar clases lo primero que toman es el celular, y hasta los niños, jubilados han asumido actitudes y costumbres raras faltando a los valores básicos como el saludo, gracias, decir buenas tardes o buenas noches entre otras. Todo un tema, que se ha convertido en un deterioro en las personas que abusan de este dispositivo.

Además, el marco teórico sustentado en la Teoría del Comportamiento Planeado (Ajzen, 1991) y el Modelo de Adicción Tecnológica (Griffiths, 2005), se refleja en los hallazgos del estudio, donde se evidencian síntomas como cansancio, pereza y somnolencia, asociados al uso compulsivo del dispositivo.

Por otro lado, Galperín (2017), ha señalado en el informe técnico “Sociedad digital: brechas y retos para la inclusión digital en América Latina y el Caribe” para la UNESCO, que el acceso desigual a tecnologías móviles, genera brechas económicas y sociales, lo que refuerza la necesidad de comprender este fenómeno desde una perspectiva comunitaria.

En síntesis, esta investigación, busca comprender de forma integral cómo el uso intensivo del celular afecta la economía familiar, la productividad, las relaciones sociales y la salud emocional,

proponiendo estrategias educativas, económicas y tecnológicas para fomentar un uso más consciente y equilibrado del dispositivo. Además, se proyecta que este estudio, sirva como base para futuras investigaciones, y presentaciones académicas, contribuyendo al desarrollo de políticas públicas y al fortalecimiento del perfil profesional de los autores.

METODOLOGÍA

Tipo de investigación

Diseño: la presente investigación adoptó un enfoque mixto, integrando herramientas cuantitativas y cualitativas con el propósito de lograr una comprensión integral del fenómeno del uso y dependencia del celular y su impacto económico y social dentro de la población del distrito de Santiago. El enfoque cuantitativo permitió analizar de manera objetiva diversas variables mediante encuestas estructuradas, mientras que el enfoque cualitativo facilitó la exploración de percepciones, experiencias y contextos laborales mediante entrevistas semiestructuradas, enriqueciendo así la interpretación de los hallazgos (Hernández et al., 2014, p. 536).

El diseño metodológico contempla cuatro etapas: revisión bibliográfica, que sustenta y guía el estudio y elaboración de un diagnóstico con todos sus elementos en donde se analicen los beneficios operativos y rentable que conlleva para el tejido productivo el uso del celular, pero también la dependencia y efectos negativos como: la procrastinación, sueño, pereza, ansiedad y desconexión total del espacio en donde se habita.

Los ejes temáticos que permiten el desarrollo de la investigación son: gasto mensual destinado a telefonía móvil y datos, inversiones en equipos, accesorios tecnológicos, afectación en la productividad diaria, bajo rendimiento académico, laboral y cambios en la calidad del sueño o tiempo libre.

Los resultados del estudio servirán para conocer el tiempo diario de uso del celular, principales actividades realizadas con el celular, frecuencia de consulta del dispositivo, sensación de necesidad constante de tener el celular a mano y dificultad para dejar de usarlo.

Métodos de recolección de la información

Se utilizan fuentes primarias y secundarias. Respecto a la fuente secundaria con el servicio de mapas digitales que ofrece *Google maps* cuya aplicación tiene todo móvil, es posible ubicar los principales

negocios en la vía principal del distrito de Santiago, se contó de manera observable con ochenta parques empresariales que operan en la vía principal del distrito de Santiago

También se aplicó la encuesta de manera virtual; de esta manera la información suministrada fue válida y veraz que es lo que se pretende conseguir.

En cuanto a la información primaria se utiliza una fuente; la encuesta aplicada a las personas que demandan el servicio del teléfono celular, entre jóvenes, adultos y niños que tuvieron dispuestos a cooperar con la encuesta compuesta por diez preguntas. Todos tuvieron muy ánimos a ser encuestados, porque quieren mejorar la forma de usar el celular, otros comentan que el rendimiento de sus hijos en los estudios ha disminuido y algunos encuestados comentaron que por usar el celular al manejar han tenido accidentes de tránsito. También se busca conocer la dependencia económica en cuanto a lo que gastan los Santiaguenses con el uso del celular y el grado de dependencia que se tiene, así como, el aumento de su presupuesto con ingresos constantes. Este último aspecto, da la pauta para que se continúe con otra investigación más profunda de estas variables.

Tipo de Muestreo

Población y muestra

La población objetivo estuvo compuesta por ciudadanos residentes en el distrito de Santiago que utilizan teléfono celular de manera habitual. Se aplicó un muestreo por conveniencia, seleccionando una muestra de 70 participantes con criterios de diversidad en edad, género y nivel socioeconómico. Esta estrategia permitió captar distintas realidades y asegurar la representatividad de los datos dentro del contexto local.

Por otro lado, también se visitó a las escuelas y universidades para aplicar la encuesta.

La encuesta está compuesta por 10 preguntas y se hizo de manera virtual, través de link utilizando *Google forms*, mediante un código QR que permite al encuestado elegir como llenarla. Si es elegida de manera virtual es enviada y la misma cae en el correo electrónico de la investigadora que generó el *link*.

Procedimiento

La recolección de datos se llevó a cabo entre abril y julio de 2025. Los investigadores contactaron a los participantes mediante visitas presenciales en barrios y establecimientos comerciales del distrito,

así como a estudiantes universitarios. Se explicó el propósito del estudio, garantizando la confidencialidad y la voluntariedad de la participación. Las encuestas se aplicaron tanto de forma presencial como virtual, logrando una tasa de respuesta del 70%.

Variables y tratamiento de la información

La información secundaria contempla indicadores con respecto al tiempo de uso celular, edad, sexo, preferencias de marcas de teléfono celular, cantidad de celular por familia, gasto de tarjetas, recargas o contratos en que incurren para estar en línea, precio de los servicios de celular, así como los accesorios y tiempo en que cambia el dispositivo.

Las Variables principales de la encuesta son: Uso y dependencia del teléfono celular (variable independiente) e impacto en la economía y vida cotidiana (variable dependiente).

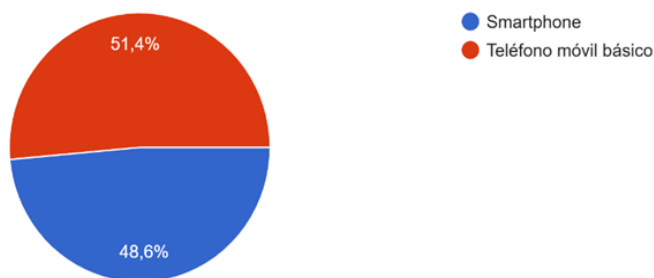
El análisis de datos se hizo a través de la **estadística descriptiva**, utilizando gráficos y tablas para identificar patrones de uso y dependencia. Además, se aplicó la **escala Likert** para medir actitudes y comportamientos, lo que permitió categorizar los síntomas reportados por los encuestados. Los resultados obtenidos se compararon con el marco teórico, evidenciando una correlación entre el uso excesivo del celular y efectos negativos en la productividad, relaciones personales y salud emocional, tal como lo señalan Karila et al. (2025) y Castells (2006). Esta metodología permitió validar las ocurrencias encontradas y generar recomendaciones contextualizadas para mitigar los efectos de la hiperconectividad en la comunidad santiagueña.

Consideraciones éticas

El estudio respetó los principios éticos de la investigación social, asegurando el **anonimato**, la **confidencialidad** de la información y el **consentimiento informado** de los participantes. No se recolectaron datos sensibles ni se expuso a los encuestados a riesgos físicos o psicológicos. Los estudiantes que aplicaron la encuesta llevaban su seguro por cualquier eventualidad y todo el tiempo estuvieron monitoreados por la investigadora principal.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN:

Figura 1 ¿Qué tipo de teléfono móvil utiliza?



Nota. Elaborado por *Google forms*.

Los resultados revelan una distribución casi equilibrada en cuanto al tipo de teléfono móvil utilizado por los encuestados, con una leve mayoría del 51,4% que prefiere dispositivos básicos, frente a un 48,6% que opta por *smartphones*. Este dato resulta interesante, ya que refleja que, pese al avance y la omnipresencia de la tecnología inteligente en la vida cotidiana, una parte significativa de la población aún elige equipos más sencillos. Esta preferencia podría explicarse por diversos factores, como el alto costo de adquisición y mantenimiento de los *smartphones*, particularmente de marcas reconocidas como *Apple* y *Samsung*, cuyos precios han aumentado notablemente en el mercado, así como por una menor necesidad de funciones avanzadas o una inclinación por la simplicidad y la facilidad de uso.

Los resultados obtenidos en esta investigación pueden ser contrastados con los datos estadísticos publicados por la Autoridad Nacional de los Servicios Públicos (ASEP) en su informe técnico de 2024. Según este organismo, Panamá contempla **6,127,200 abonados móviles**, de los cuales **5,009,787 son prepago** y **1,117,413 están bajo contrato**, lo que confirma que el modelo prepago es el más popular en el país (ASEP, 2025, p. 1).

Esta tendencia se refleja en los resultados de la encuesta aplicada en Santiago, donde una mayoría significativa de los participantes utiliza teléfonos móviles básicos o de gama media, lo que sugiere una preferencia por planes accesibles y flexibles.

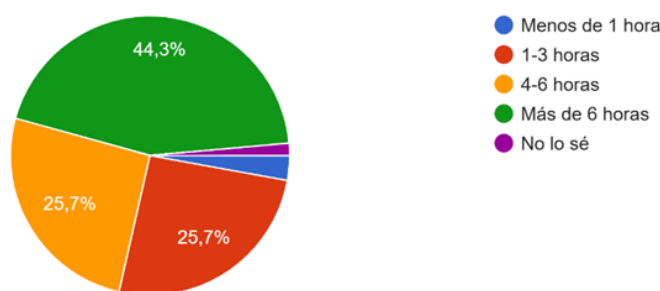
Es importante destacar que aquí se observa una distribución casi equilibrada entre teléfonos básicos y *smartphones*. Este resultado se complementa con el informe de TruSTONIC (2024), que indica

que **Samsung lidera el mercado panameño con una participación del 36%**, seguido por *Apple* (20%), *Xiaomi* (18%), *Honor* (10.5%) y *Huawei* (6%)

La preferencia por marcas accesibles como *Xiaomi* y *Honor* coincide con el uso de dispositivos de gama media entre los encuestados, lo que sugiere una relación directa entre el nivel socioeconómico y el tipo de celular adquirido.

En cuanto al modelo de contratación, la encuesta reveló que muchos ciudadanos utilizan celulares con planes prepago, lo cual se confirma en el informe de Trustonic (2024), que señala que el 82% de las líneas móviles en Panamá son prepago. Esto refleja que hay en el distrito de Santiago una gran brecha digital en cuanto acceso de tecnología de punta, que impide, que muchos panameños no compartan información relevante de lo que sucede en el país y el mundo.

Figura 2 ¿Cuántas horas al día utiliza su teléfono móvil?



Nota. Elaborado por *Google forms*.

El tiempo de uso diario del teléfono móvil revela una notable dependencia tecnológica entre los ciudadanos encuestados, destacándose que un 44,3% afirma utilizar su celular por más de seis horas al día. Este dato, que representa casi la mitad de los participantes, refleja una profunda integración del dispositivo en la rutina cotidiana, tanto en lo personal como en lo laboral. Además, tanto el grupo que lo utiliza entre una y tres horas como aquel que lo hace entre cuatro y seis horas registra un 25,7% cada uno, lo que significa que más del 95% de los encuestados dedica al menos una hora diaria frente a la pantalla de su teléfono. Solo un 2,9% reporta un uso inferior a una hora, y un 1,4% admite no saber con precisión cuánto tiempo lo utiliza.

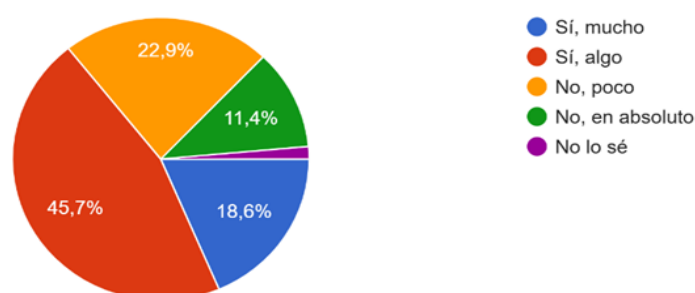
Los resultados obtenidos en esta investigación sobre el uso y dependencia del teléfono celular en el distrito de Santiago encuentran puntos de similitud con estudios previos realizados a nivel nacional.

En particular, el artículo publicado por Lasso (2015) en *La Estrella de Panamá*, titulado: *Panameños son los que más demandan plan celular*. Esto revela, que los ciudadanos panameños, lideran el gasto en telefonía móvil en América Latina, con un promedio mensual de \$71, Este dato es significativo, ya que contrasta con el bajo promedio de minutos utilizados en llamadas (165. 4 minutos mensuales), lo que indica que el gasto está más relacionado con el consumo de datos móviles que con la comunicación tradicional.

Este hallazgo se relaciona directamente con los resultados de la presente investigación, donde se evidencia que el 44.3% de los encuestados utiliza su celular por más de seis horas al día, y el 64% admite algún nivel de dependencia. La mayoría de los participantes emplea el celular principalmente para fines personales, como redes sociales, entretenimiento y comunicación informal, lo que implica un alto consumo de datos móviles. Además, se identifican gastos recurrentes en recargas, accesorios, consumo eléctrico y suscripciones, lo que confirma la existencia de gastos hormigas que afectan el presupuesto familiar.

Ambos estudios coinciden en que el uso del celular en Panamá está orientado hacia el consumo digital, más que a la comunicación por voz. Mientras Lasso (2015), advierte que el 88% de los usuarios podría ahorrar si eligiera un plan más adecuado a sus hábitos, esta investigación propone la necesidad de fomentar la educación digital y el uso consciente del celular, especialmente entre jóvenes y adultos productivos.

Figura 3 ¿Se siente dependiente de su teléfono móvil?



Nota. Elaborado por Google forms.

Los resultados sobre la percepción de dependencia hacia el teléfono móvil revelan una tendencia clara entre los ciudadanos hacia cierto nivel de apego constante a esta tecnología. Un 18,6% de los

encuestados admite sentirse muy dependiente de su dispositivo, mientras que el 45,7% señala una dependencia moderada. En conjunto, más del 64% reconoce que el celular ocupa un lugar significativo en su rutina diaria, lo que evidencia cómo este dispositivo se ha transformado en una herramienta prácticamente indispensable para una gran parte de la población. Esta situación puede explicarse por el creciente papel del teléfono en múltiples aspectos de la vida cotidiana: trabajo remoto, educación en línea, servicios financieros digitales, socialización en redes sociales o comunicación inmediata por mensajería instantánea.

En contraste, un 22,9% considera tener una baja dependencia, y un 11,4% afirma no depender en absoluto del teléfono móvil. Este grupo minoritario probablemente está menos inmerso en las dinámicas digitales intensas, ya sea por preferencia personal, tipo de empleo, edad o simplemente por utilizar dispositivos más básicos. Solo un 1,4%, expresó no tener certeza sobre su nivel de dependencia, lo cual es comprensible considerando que, en muchos casos, la tecnología se ha integrado tanto a la vida diaria que su uso pasa desapercibida.

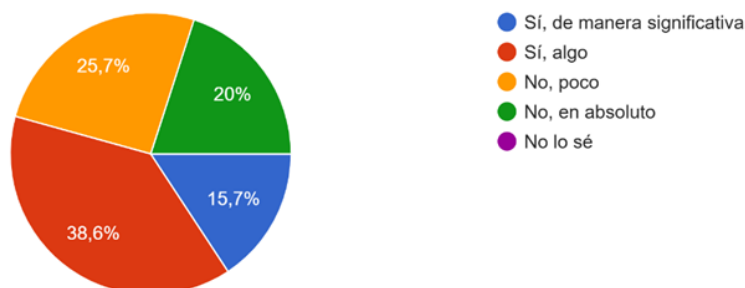
Cabe señalar que la ASEP (2025), reporta una **penetración móvil del 135.9%**, Esta tendencia se alinea con el panorama nacional descrito por Trustonic (2024), donde se reporta una **penetración móvil del 157%** lo que indica que hay más líneas celulares activas que habitantes en el país. Todo esto refleja una saturación del mercado y una fuerte integración del celular en la vida cotidiana, especialmente en contextos urbanos como Santiago.

Este dato se alinea con el hallazgo de la investigación, donde el **64% de los encuestados admite algún nivel de dependencia** y el **44.3% utiliza su celular más de seis horas al día**, lo que evidencia una integración profunda del dispositivo en la vida cotidiana. La alta penetración también sugiere que muchas personas poseen más de un dispositivo o línea, lo que podría estar vinculado a actividades laborales, comerciales o recreativas. Esto marca un precedente para otro estudio en donde se descubriría la realidad de este fenómeno, exceso de dispositivos y en que se usa: ocio o *networking*.

Más allá de la percepción individual, estos datos permiten intuir una relación directa entre el nivel de dependencia y el impacto económico o emocional que genera el uso constante del dispositivo. A mayor grado de apego, es probable que aumenten los gastos en datos móviles, dispositivos actualizados o servicios relacionados, así como también la presión psicológica de estar siempre

disponibles o atentos a las notificaciones. En este contexto, el celular deja de ser un simple aparato para convertirse en una extensión funcional, emocional y casi inseparable de la vida moderna.

Figura 4 ¿Cree que el uso del teléfono móvil afecta su productividad diaria?



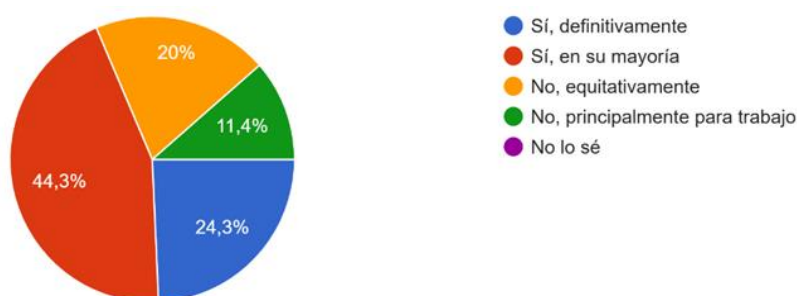
Nota. Elaborado por *Google forms*.

En cuanto a la influencia del teléfono móvil en la productividad diaria, los resultados de la encuesta reflejan una percepción generalizada de impacto. Un 15,7% de los encuestados considera que el uso del celular afecta significativamente su rendimiento, mientras que un 38,6% reconoce que lo perjudica en cierta medida. En conjunto, más del 54% señala algún tipo de afectación, lo que evidencia una conciencia creciente sobre cómo el uso constante del dispositivo puede interferir con las tareas cotidianas, provocar interrupciones frecuentes o fomentar hábitos de distracción, como la navegación en redes sociales, el consumo de contenido irrelevante o la atención dispersa por mensajes no prioritarios.

En contraste, un 25,7% indica que el impacto en su productividad es mínimo, y un 20% asegura no experimentar ninguna afectación. Este grupo parece haber logrado una relación más equilibrada con su dispositivo, posiblemente al integrarlo como una herramienta funcional que apoya su organización, comunicación o gestión de tareas, sin que interfiera en su rendimiento.

Estos hallazgos invitan a reflexionar sobre la dualidad del teléfono móvil: puede ser un aliado valioso cuando se utiliza con propósito y moderación, o una fuente constante de distracción si no se establecen límites claros.

Figura 5 ¿Utiliza su teléfono móvil más para fines personales que laborales?

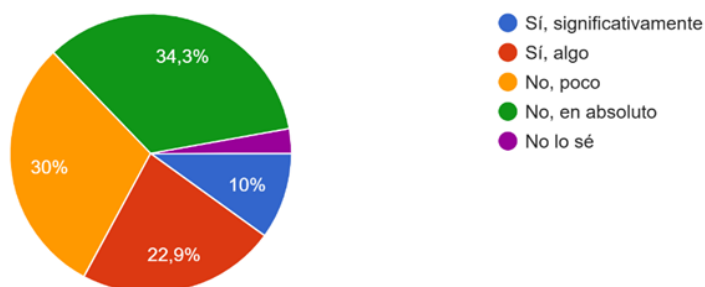


Nota. Elaborado por *Google forms*.

Los datos recopilados evidencian que una mayoría significativa de los encuestados utiliza su teléfono móvil principalmente con fines personales, lo que refleja una tendencia clara en la forma en que esta tecnología se integra en la vida cotidiana. Un 24,3% afirmó emplearlo exclusivamente para asuntos personales, y un 44,3% indicó que su uso se orienta mayoritariamente en esa misma dirección. En conjunto, el 68,6% prioriza actividades como redes sociales, comunicación con familiares y amigos, entretenimiento o gestión de temas privados, por encima de los usos laborales o profesionales.

Por otro lado, solo un 11,4% reportó utilizar su celular principalmente para fines de trabajo, mientras que un 20% declaró mantener un equilibrio entre ambos ámbitos. Estos resultados sugieren que, aunque el teléfono móvil se reconoce como una herramienta versátil, su aplicación práctica se inclina marcadamente hacia lo recreativo o personal.

Figura 6 ¿Ha reducido sus gastos en actividades presenciales (como salir a comer, ir al cine, hacer compras, transporte o actividades de ocio) debido al uso del teléfono móvil?



Nota. Elaborado por *Google forms*.

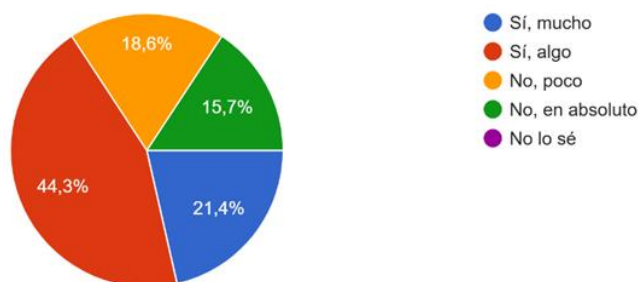
Los resultados obtenidos revelan una realidad diversa respecto al impacto económico que tiene el uso del teléfono móvil sobre los hábitos de consumo presencial de los encuestados. Aunque algunos participantes reconocen que el celular ha influido en la reducción de sus gastos en actividades fuera de casa, este no es un comportamiento mayoritario. Solo un 10% afirmó haber disminuido significativamente sus gastos en salidas a comer, cine, compras físicas, transporte u ocio, y un 22,9% señaló una reducción leve. En conjunto, el 32,9% percibe algún nivel de cambio económico derivado del uso del celular, posiblemente relacionado con un mayor consumo de entretenimiento digital, compras en línea o una tendencia al aislamiento social que puede acompañar al uso excesivo de esta tecnología. Este hallazgo de solo 32.9% contrasta con el crecimiento del comercio electrónico y la banca móvil reportado por Trustonic (2024), que indica que **el 63% de los panameños ha adoptado billeteras móviles y aplicaciones de pago, y que el 39% realiza pagos digitales con frecuencia.**

No obstante, la mayoría considera que esta influencia ha sido mínima (30%) o inexistente (34,3%), lo que sugiere que para un amplio grupo de personas el teléfono no ha reemplazado sus experiencias presenciales ni ha limitado de forma significativa su participación en actividades sociales. Este dato es importante, porque señala que pese al aumento en la dependencia tecnológica, no todos los usuarios han trasladado sus interacciones o gastos al entorno digital. Por otro lado, un 2,9% manifestó no saber si su comportamiento de consumo ha cambiado, lo que podría reflejar una falta de percepción o análisis sobre el impacto financiero indirecto que puede tener el uso del celular en su estilo de vida.

Ahora la población tiene más gastos hormigas porque no han dejado su recreación y otras actividades, aparte de que el consumo de luz es alto porque hay oligopolios de luz controlando el servicio a la población. Aparte de ser mal servicio, porque muchas comunidades se quedan sin luz por largos días. Es importante recalcar que el sector móvil genera 2% del producto interior bruto nacional, lo que subraya su importancia económica para el país.

Hay que ver que la compra del celular disminuye el presupuesto familiar si su ingreso es constante hay un incremento marginal mayor y por lo tanto el gasto.

Figura 7 ¿Considera que su teléfono móvil mejora su calidad de vida?



Nota. Elaborado por Google forms.

Los resultados de esta pregunta reflejan que una mayoría significativa de los encuestados percibe que el teléfono móvil tiene un impacto positivo en su calidad de vida, aunque con distintos grados de intensidad. Un 21,4% considera que el celular mejora su vida mucho, mientras que un 44,3% señala que la mejora es algo notable. Esto indica que, para casi dos tercios de los participantes, el teléfono móvil representa una herramienta valiosa que aporta beneficios tangibles en su día a día, ya sea facilitando la comunicación, el acceso a información, el entretenimiento, o incluso el desarrollo laboral y social.

Por otro lado, un porcentaje considerable, el 18,6%, siente que el móvil mejora su calidad de vida poco, y un 15,7% manifiesta que no mejora en absoluto.

En cuanto al **tráfico saliente en minutos**, ASEP (2025) señala una disminución progresiva en el uso de llamadas tradicionales, pasando de 84 minutos en 2020 a solo 46 minutos en 2024 (p. 4)

Este descenso coincide con los resultados de la encuesta, donde se observa que el celular se utiliza principalmente para fines personales, como redes sociales, entretenimiento y mensajería instantánea, más que para llamadas. Esta transformación en los hábitos de uso refuerza la idea de que el celular ha dejado de ser un medio de comunicación verbal para convertirse en una herramienta multifuncional.

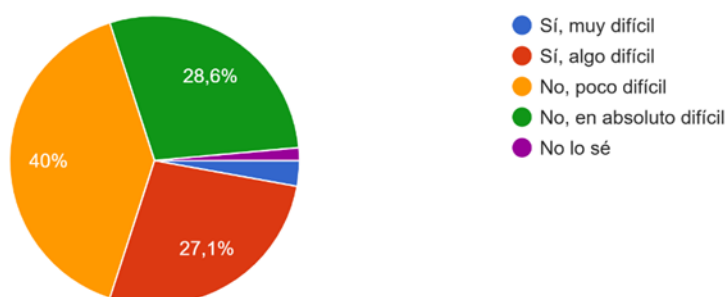
Por otro lado, el informe de ASEP (2025) destaca que la **cobertura poblacional del servicio móvil se mantiene en 96%**, mientras que la **cobertura territorial ha aumentado a 68%** (p. 1).

Estos datos son relevantes para la investigación, ya que explican la facilidad de acceso al servicio en comunidades como Santiago, donde se aplicaron las encuestas. La mejora en la cobertura territorial también puede estar relacionada con el crecimiento del comercio electrónico, la educación virtual y la banca móvil, actividades que fueron mencionadas por los encuestados como parte de su rutina diaria.

Finalmente, la encuesta reveló que **más del 38% de los participantes percibe un impacto negativo del celular en sus relaciones personales**, y que muchos presentan síntomas como **cansancio, pereza y somnolencia**, lo que sugiere una afectación en la salud física y emocional. Aunque ASEP no aborda directamente estos aspectos en su informe, la alta penetración y el uso intensivo del celular podrían estar contribuyendo a estos efectos, lo que refuerza la necesidad de promover un uso más consciente y equilibrado del dispositivo.

Estos resultados sugieren que, para una parte importante de los usuarios, la dependencia o uso del teléfono no siempre se traduce en una mejora clara o significativa, y en algunos casos puede incluso ser percibido como una fuente de distracción, estrés o impacto negativo en la productividad y las relaciones personales. El teléfono móvil es una herramienta esencial y beneficiosa para la mayoría, pero también puede tener limitaciones o impactos negativos que afectan la percepción de calidad de vida en una porción importante de la población encuestada.

Figura 8 ¿Le resulta difícil desconectarse de su teléfono móvil durante el día?



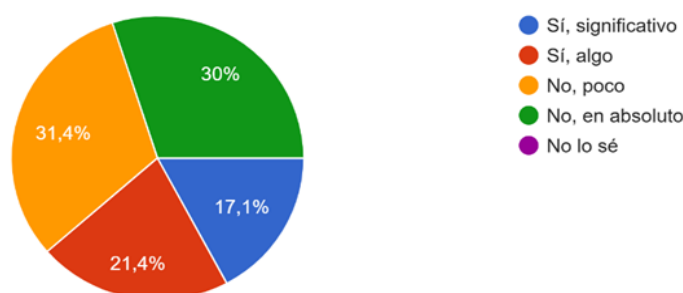
Nota. Elaborado por Google forms.

Los resultados de esta pregunta reflejan que una mayoría significativa de los encuestados percibe un impacto positivo del teléfono móvil en su calidad de vida, aunque con distintos niveles de intensidad. Un 21,4% considera que el celular mejora su vida de forma notable, y un 44,3% opina que lo hace en cierta medida. En conjunto, casi dos tercios de los participantes ven en el dispositivo una herramienta útil que les aporta beneficios concretos en su rutina diaria, ya sea al facilitar la comunicación, el acceso a información, el entretenimiento o incluso apoyar actividades laborales y sociales.

En contraste, un 18,6% indica que la mejora es mínima, y un 15,7% afirma no percibir ninguna mejora en su calidad de vida. Estas cifras revelan que, para una parte considerable de los usuarios, el uso del

celular no siempre se asocia con bienestar, y en algunos casos podría ser visto más como una fuente de distracción, estrés o afectación a la productividad y las relaciones personales. Aunque el teléfono móvil se posiciona como un recurso esencial y valorado por la mayoría, también es evidente que no todos experimentan sus efectos de forma positiva. Su influencia en la calidad de vida depende del modo en que se integra al día a día, lo que abre espacio para reflexionar sobre la importancia de fomentar un uso equilibrado y consciente.

Figura 9 ¿Cree que el uso excesivo del teléfono móvil tiene un impacto negativo en sus relaciones personales?



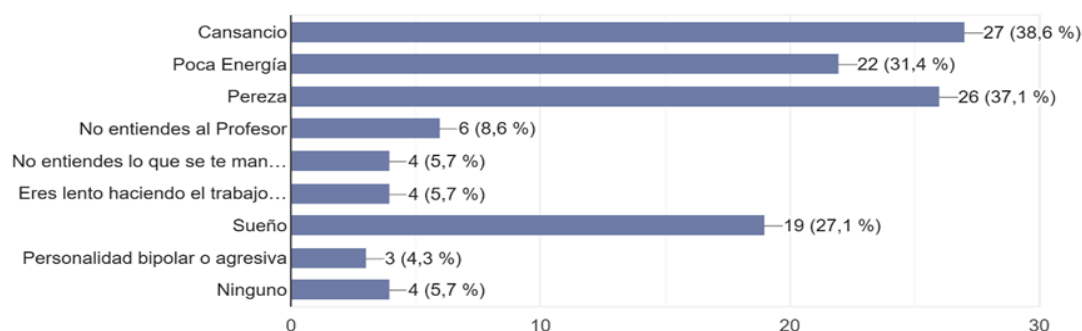
Nota. Elaborado por Google forms.

Un 17,1% de los encuestados percibe un impacto negativo significativo en sus vínculos sociales, y un 21,4% considera que esta afectación es moderada (Algo). En conjunto, cerca del 40% de los participantes admite que el celular ha influido de alguna forma en la calidad de su interacción con los demás, lo que sugiere una preocupación latente sobre cómo la tecnología puede interferir en la conexión humana.

Sin embargo, la mayoría de los encuestados no comparte esta percepción. Un 31,4% cree que el impacto es mínimo, mientras que un 30% no nota ningún efecto negativo. Esto indica que más de la mitad de los participantes considera que el uso del celular no ha deteriorado sus relaciones personales. Esta visión podría estar asociada al desarrollo de hábitos de uso más equilibrados o a la aceptación de que las formas de interacción han evolucionado, trasladándose en gran parte a plataformas digitales sin que eso represente una pérdida en la calidad del vínculo afectivo. Mientras algunos reconocen consecuencias adversas, otros lo integran como un recurso que complementa y no reemplaza el contacto humano. Las diferencias en estas percepciones probablemente estén influidas por el contexto,

la frecuencia de uso y la capacidad de cada persona para establecer límites saludables en su relación con la tecnología.

Figura 10 ¿Cuáles de estos síntomas tienes a cada rato?



Nota. Elaborado por Google forms.

Los resultados revelan que una parte considerable de los encuestados presenta síntomas frecuentes que podrían estar asociados al uso constante del teléfono móvil, lo que influye en su bienestar y en su rendimiento diario. Entre los malestares más comunes destacan el cansancio, reportado por el 38.6 % de los participantes, y la sensación de pereza, mencionada por el 37.1 %. También se señalaron niveles bajos de energía y somnolencia frecuente, con un 31.4 % y 27.1 % respectivamente. Estas señales apuntan a un posible agotamiento físico y mental, que puede comprometer tanto la productividad como la calidad de vida de quienes lo experimentan.

En menor medida, algunos indicaron tener dificultades para comprender explicaciones académicas o laborales, así como lentitud al realizar tareas cotidianas, lo que sugiere que la distracción o la falta de enfoque, posiblemente derivadas del uso excesivo del celular y están afectando su desempeño en distintos ámbitos.

Un grupo reducido, correspondiente al 4.3 %, manifestó síntomas más delicados como cambios bruscos de humor (bipolaridad) o actitudes agresivas, lo que podría estar vinculado a afectaciones emocionales que también merecen atención. Por otro lado, el 5.7 % afirmó no presentar ninguno de estos síntomas, lo que indica que no todos los usuarios se ven perjudicados de la misma manera.

CONCLUSIONES

Alta penetración tecnológica: El 64% de los encuestados reconoce dependencia al celular, lo que coincide con la penetración móvil del 157% reportada por Trustonic, evidenciando una saturación del mercado y una integración profunda del dispositivo en la vida cotidiana.

Preferencia por prepago: La mayoría de los participantes utiliza planes prepago, en línea con el 82% de líneas móviles prepago en Panamá (Trustonic), lo que refleja una estrategia de consumo basada en el control del gasto, aunque limitada en beneficios.

Impacto económico indirecto: Aunque solo el 32.9% reporta reducción de gastos presenciales, se identifican gastos hormiga (recargas, accesorios, consumo eléctrico), lo que confirma que el celular representa una carga económica constante.

Uso personal sobre laboral: El 68.6% utiliza el celular principalmente para fines personales, lo que coincide con la baja en tráfico de llamadas reportada por ASEP, y sugiere una transformación del celular en herramienta de entretenimiento y socialización más que de productividad.

Desafíos en salud y relaciones: Síntomas como cansancio, pereza y somnolencia fueron frecuentes entre los encuestados, lo que indica que el uso excesivo del celular afecta el bienestar físico y emocional, un aspecto no abordado por ASEP, pero es evidente en el contexto local. La salud mental es de relevancia en estos tiempos y necesita atención por estas instituciones, como la Autoridad de los Servicios Públicos.

La investigación marca un precedente de relevancia al brindar información acerca de la inseguridad en las transacciones digitales, así como en las infracciones que incurren los panameños al usar el celular cuando manejan. Todo esto permite abrir el campo a otras investigaciones en donde se tomen en consideración hallazgos como estos.

Estos hallazgos invitan a reflexionar sobre los efectos que puede tener el uso del teléfono móvil en la salud física, emocional y cognitiva de las personas. Más allá de ser una herramienta útil, su uso sin control puede interferir con el equilibrio diario, afectando la estabilidad personal, social y económica de quienes lo utilizan de forma continua.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ajzen, I. (Diciembre de 1991). La teoría del comportamiento planificado. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211. doi: [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- ASEP. (2025). *Telecomunicaciones*. Obtenido de Autoridad Nacional de los Servicios Públicos: https://www.asep.gob.pa/wp-content/uploads/telecomunicaciones/estadisticas/2024/106-107_2024.pdf
- Castells, M. (2006). *La sociedad red : una visión global*. Madrid, España: Alianza Editorial. Obtenido de https://www.alianzaeditorial.es/primer_capitulo/la-sociedad-red-una-vision-global.pdf
- Cortés, E. (23 de Julio de 2015). *La adicción al teléfono celular*. Obtenido de UP INFORMA, Diario Digital: <https://upinforma.com/nuevo/info.php?cat=opinion&id=3>
- Delgado, J., Vargas, M., & Santos, E. (2024). Dependencia al teléfono móvil y su relación con la procrastinación académica y ansiedad en estudiantes de la Facultad de Psicología. *Revista Especializada de Psicología*, 3(1), 81–98. doi: <https://doi.org/10.48204/red.v3n1.4545>
- Galperín, H. (2017). *Sociedad digital: brechas y retos para la inclusión digital en América Latina y el Caribe*. Montevideo, Uruguay: UNESCO. Obtenido de <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000262860/PDF/262860spa.pdf.multi>
- Gregersen, E. (1 de Julio de 2025). *Martin Cooper*. Obtenido de Enciclopedia británica : <https://www.britannica.com/technology/mobile-telephone>
- Griffiths, M. (2005). Un modelo de componentes de la adicción dentro de un marco biopsicosocial. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197. doi: <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (Sexta ed.). España: McGraw Hill . Obtenido de https://apiperiodico.jalisco.gob.mx/api/sites/periodicooficial.jalisco.gob.mx/files/metodologia_de_la_investigacion_-_roberto_hernandez_sampieri.pdf
- Karila, L., Scher, N., Draghi, C., Lichte, D., Darmon, I., Boudabous, H., . . . Toledano, A. (6 de Marzo de 2025). Comprensión del uso problemático de teléfonos inteligentes y redes sociales entre



adultos en Francia: estudio transversal. *JMIR Mental Health*, 12. doi:
<https://doi.org/10.2196/63431>

Lasso, M. (9 de Diciembre de 2015). Los panameños son los que más gastan en su plan celular. *La Estrella de Panamá*. Obtenido de <https://www.laestrella.com.pa/economia/son-plan-gastan-panamenos-AKLE125467>

Real Academia Española [RAE]. (s.f.). *teléfono*. Obtenido de Real Academia Española, Diccionario de la Lengua Española: <https://dle.rae.es/tel%C3%A9fono>

Saavedra, M. (31 de Enero de 2025). *El teléfono móvil omnipresente: la economía del 'touch' y del desplazamiento indefinido*. Obtenido de Pontificia universidad católica del Perú: <https://puntoedu.pucp.edu.pe/voces-pucp/el-telefono-movil-omnipresente-la-economia-del-touch-y-el-desplazamiento-indefinido/>

Trustonic. (31 de Octubre de 2024). *Panamá: así está el mercado de la telefonía móvil*. Obtenido de Trustonic: <https://www.trustonic.com/la-es/opinion/panama-mercado-telefonía-movil/>

Turkle, S. (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other*. Basic Books. Obtenido de https://books.google.com.pa/books/about/Alone_Together.html?hl=es&id=hc7SYAPVIXwC&redir_esc=y

