

Nomofobia y su relación con las habilidades sociales en adolescentes

Richard Manuel Salcedo Cadena

rsalcedo5738@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-6799-3938>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato-Ecuador

Mariela- Lara Salazar

cristinamlara@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-1314-6901>

Universidad Técnica de Ambato

Ambato-Ecuador

RESUMEN

La nomofobia, es el pánico que sienten las personas a estar sin el teléfono móvil, a tal punto que los sujetos prefieren construir redes de sociabilidad en la virtualidad, limitando de esta manera el desarrollo de las habilidades sociales dentro de su entorno. El estudio tuvo como objetivo determinar la relación que existe entre la nomofobia y las habilidades sociales en los adolescentes de una Unidad Educativa de la ciudad de Ambato - Ecuador. Para este propósito se aplicó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) en la versión en español y el Test Escala de habilidades sociales a 171 estudiantes, de los cuales 86 son mujeres y 85 son varones. El estudio tiene un enfoque cuantitativo; es de tipo descriptivo y correlacional. Para establecer la población se utilizó el muestreo no probabilístico. Los resultados obtenidos indican que el 69% de los encuestados presentan un nivel moderado de nomofobia; mientras que el 79% muestran un nivel medio en relación al desarrollo de las habilidades sociales. Existe una correlación negativa entre las variables, puesto que cuanto mayor sea el nivel de nomofobia, menor será la capacidad para desarrollar las habilidades sociales en los sujetos.

Palabras clave: *nomofobia; relaciones sociales; adolescentes; teléfono móvil; dispositivos electrónicos.*

Correspondencia: rsalcedo5738@uta.edu.ec

Artículo recibido 15 octubre 2022 Aceptado para publicación: 15 noviembre 2022

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

Todo el contenido de **Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar**, publicados en este sitio están disponibles bajo

Licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) 

Cómo citar Salcedo Cadena, R. M., & Lara Salazar, M. (2022). Nomofobia y su relación con las habilidades sociales en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 10554-10565.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4148

Nomophobia and its relationship with social skills in adolescents

ABSTRACT

Nomophobia is the panic that people feel when they are without a mobile phone, to such an extent that subjects prefer to build sociability networks in virtuality, thus limiting the development of social skills within their environment. The objective of the study was to determine the relationship between nomophobia and social skills in adolescents from an Educational Unit in the city of Ambato - Ecuador. For this purpose, the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) in the Spanish version and the Social Skills Scale Test were applied to 171 students, of whom 86 are women and 85 are men. The study has a quantitative approach; It is descriptive and correlational. Non-probabilistic sampling was used to establish the population. The results obtained indicate that 69% of those surveyed present a moderate level of nomophobia; while 79% show a medium level in relation to the development of social skills. There is a negative correlation between the variables, since the higher the level of nomophobia, the lower the ability to develop social skills in the subjects.

Keywords: *nomophobia; social relationships; teenagers; mobile phone; electronics devices.*

INTRODUCCIÓN

La inclusión de las nuevas tecnologías y el uso de los dispositivos electrónicos se han convertido en instrumentos fundamentales que las personas utilizan para comunicarse y establecer relaciones sociales. Pero cuando los seres humanos se vuelven dependientes para realizar gran parte de sus actividades cotidianas se produce el efecto llamado Nomofobia (Pascual, E. et al., 2020).

El término nomofobia, hace referencia a la dependencia del teléfono móvil y describe el miedo irracional a no tener acceso a este recurso a la hora de interactuar. Esto se agrava cuando los adolescentes sienten pánico de no tener entre sus manos el teléfono; ante esta situación entran en un alto grado de estrés, y esto a su vez provoca cambios en su conducta, lo cual promueve la pérdida de la capacidad para establecer relaciones interpersonales (Sosa Manchego L. M., 2020).

Este término es concebido a partir de un estudio demoscópico en Gran Bretaña y es una abreviatura que nace de la contracción del término británico No-mobile-phonophobia (Quesada Varela & Carballo Pintos, 2017); con lo que se crea una nomenclatura que está orientada a representar las sensaciones y sentimientos observados en las personas a través de la interacción con los dispositivos móviles y las nuevas tecnologías (Maziero, M. et al., 2016).

El estudio de este tema cobra gran relevancia por ser de actualidad, debido a que gran parte de la población adolescente dispone de un teléfono celular, al cual tienen acceso en edades muy precoces y a través del tiempo se vuelve parte indispensable en su vida cotidiana, afectando el desarrollo de las habilidades sociales (García Martínez, V. et al., 2014).

Investigaciones relacionadas sobre la nomofobia dan cuenta que, desde la integración de los ordenadores y los dispositivos móviles dentro de las actividades cotidianas, las personas han cambiado significativamente sus costumbres, sus hábitos y las formas de relacionarse, derivados de experimentar nuevas formas de comunicarse, influyendo en su comportamiento y en la expresión de sus emociones (García Umaña, 2017).

Según el informe emitido por Ditrienda (2020), el 90% de las personas en el mundo tiene un teléfono inteligente y el 95% lo utiliza a diario, en un promedio de 3 horas con 22 minutos, de este porcentaje el 91% de los usuarios utilizan los dispositivos móviles para acceder al internet.

Se conoce que cada vez el uso de los teléfonos móviles se inicia desde temprana edad, puesto que los niños y los adolescentes acceden a los dispositivos móviles de sus padres, se conectan a internet, y a las redes sociales sin ningún tipo de restricciones; lo que se constituye en un factor de riesgo promoviendo que los sujetos se vuelvan dependientes de los dispositivos móviles, y como producto de esto se afecte el establecimiento de las relaciones interpersonales (Carrasco Rivas & et al., 2017).

Un estudio realizado en dos universidades de México sobre la monofobia compara el nivel de adicción al teléfono celular entre los estudiantes de la Universidad de Autónoma del Estado de Hidalgo (UAEH) y la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco; llegándose a determinar que el uso excesivo del celular, ha repercutido en el desempeño académico de los estudiantes, así como en su bienestar socioemocional porque presentan síntomas y ansiedad al encontrarse lejos de su dispositivo móvil; además se reconoce que el uso excesivo los ha alejado de su realidad (Medina Morales & Veytia Bucheli, 2022).

En el contexto ecuatoriano y en un estudio realizado por el INEC (2021) sobre indicadores de tecnología de la información y comunicación en el Ecuador el 62,9% disponen de celular activado y de este número él y 81,8% es un teléfono inteligente. De este grupo el 11% a escala nacional son menores de 15 años que posee un dispositivo móvil y lo emplean por lo menos una vez al día en un 61% y a la semana en un 36,5%. Esto trae consigo un alto riesgo de que la población adolescente pueda desarrollar rasgos de nomofobia y aislamiento social, desconectándose de la realidad manteniéndose conectados al internet.

METODOLOGÍA

La investigación tiene un enfoque cuantitativo debido a que se utilizó la recolección y análisis de datos relacionados con las variables nomofobia y habilidades sociales, y mediante cálculos estadísticos establecer patrones de comportamiento en la población objeto de estudio. El tipo de investigación es descriptiva puesto que este brinda la posibilidad de recopilar información cuantificable y determinar las características de la población investigada, a través de la clasificación, análisis e interpretación de los resultados. Es correlacional, ya que busca determinar cuál es la relación que existe entre dos variables.

El estudio sobre la nomofobia y la relación con las habilidades sociales en los adolescentes, fue realizado entre los meses de septiembre a diciembre del 2022. El

número total de participantes fue 171 estudiantes de la Unidad Educativa Ambato de los Ángeles, cuyas edades se encuentran entre los 13 y 18 años de edad. De este grupo 86 son mujeres que corresponden al 51% y 85 son hombres, los mismos que representan al 49% de la población.

Para determinar la población se utilizó el muestreo por conveniencia o conocido también como muestreo no probabilístico; este se lo empleó para establecer la población en donde los sujetos son seleccionados por la conveniente accesibilidad y proximidad para el investigador. Los criterios para la selección del grupo que participó en el estudio fueron: (1) que pertenezcan a la institución educativa en la que se realiza la investigación, (2) que dispongan de teléfono celular y (3) que se encuentren en una edad comprendida entre los 13 y 18 años.

Para la recolección de los datos relacionados con la nomofobia se utilizó el Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) en la versión en español, el mismo que consta de 20 ítems y emplea la escala de Likert en un formato de respuesta con un rango de 1 a 7, en donde “1” representa totalmente en desacuerdo, mientras que el “7” es totalmente de acuerdo. Con este instrumento se evalúa cuatro dimensiones; incapacidad para comunicarse (6 ítems); pérdida de conexión (5 ítems); no ser capaz de acceder a la información (4 ítems); renunciar a la comodidad (5 ítems). La puntuación presenta una calificación en tres niveles: medio, moderado y severo. El instrumento de acuerdo al Alfa de Cronbach tiene un coeficiente de 0,95% que, de acuerdo a la interpretación de los niveles de confiabilidad, se evidencia que tiene una confiabilidad muy alta (Guanilo & Guerra, 2022). Mientras que para obtener la información referente a las habilidades sociales se utilizó el Test de habilidades sociales, EHS. Este instrumento consta de 33 ítems, y evalúa seis factores; siendo estos: auto expresión en situaciones sociales (8 ítems); defensa de los propios derechos como consumidor (5 ítems); expresión de enfado o disconformidad (4 ítems); decir no y cortar interacciones (6 ítems); hacer peticiones (5 ítems); iniciar interacciones positivas con el sexo opuesto (5 ítems). La puntuación está representada en tres niveles, bajo, medio y alto, dependiendo del puntaje obtenido. Este instrumento de acuerdo a la interpretación de los niveles de confiabilidad del Alpha de Cronbach es equivalente al coeficiente de 0.90% (Gismero González, 2022); que al igual que el anterior tiene índice de confiabilidad muy alta.

Para obtener la información se aplicó los instrumentos en el aula bajo la supervisión del Departamento de Consejería Estudiantil y la guía del investigador. Aquí se recomendó que las respuestas deben ser contestadas con la mayor objetividad y no detenerse demasiado tiempo en ninguna pregunta; en el momento en que se presentó dudas e inquietudes el investigador les proporcionó la información necesaria para continuar el desarrollo del test. El tiempo necesario para completar los cuestionarios se estima de ente 15 a 20 minutos cada uno.

La participación fue voluntaria, anónima y además para la aplicación de los test se contó con la autorización del rectorado, previo el análisis de los instrumentos por del DECE, en el que se recomienda su aplicación por presentar enunciados que no afectan la sensibilidad ni la privacidad de los encuestados.

RESULTADOS

En relación al nivel de nomofobia se observa que el 19% (33) presenta una nomofobia leve; el 69% (118), nomofobia moderada; y el 12% (20) nomofobia severa.

Tabla No. 1: Niveles de nomofobia

Niveles de nomofobia		
Nivel Leve de Nomofobia (NLN)	Nivel Moderado de Nomofobia (NMN)	Nivel Severo de Nomofobia (NSN)
19%	69%	12%
(n=33)	(n=118)	(n=20)

Según los resultados el 19% presenta un nivel leve de nomofobia, aquí los sujetos pueden sentirse levemente ansiosos al no disponer de su teléfono celular o quedarse sin señal por un determinado tiempo; es posible que sientan la necesidad de buscar alguna alternativa para acceder a su dispositivo o conectarse a una red inalámbrica. En este caso no se presenta una dependencia de mayor magnitud, únicamente se evidencia algo impaciente (Luy Montejo et al., 2020). El 69% muestra un nivel moderado de nomofobia, que, en relación al resultado obtenido, este se traduce en que los encuestados tiene un alto grado de tendencia a la ansiedad o miedo de no tener acceso al teléfono móvil (Matoza et al., 2016). El 12% de la muestra presenta un nivel severo de nomofobia; en este caso el excesivo uso del teléfono celular está relacionado íntimamente con la pérdida del sentido del tiempo, así como también el descuido de las actividades básicas, entre las

que se encuentra las relaciones sociales, cuyos efectos negativos están representados por discusiones, calumnias, aislamiento social, cansancio, entre otros (Mathey, 2017).

Para la establecer los niveles de nomofobia en base a los resultados obtenidos se toma en consideración el rango de puntualizaciones que varía entre 20 y 140 puntos. Si se evidencia un valor ≤ 20 , el nivel de nomofobia es leve; si el valor es ≤ 59 , el nivel de nomofobia es moderado y si el valor es ≤ 140 el nivel de nomofobia es severo.

Tabla No. 2: Interpretación de los niveles de nomofobia

Interpretación de los niveles de nomofobia			
Ausencia de nomofobia	Nivel leve de nomofobia	Nivel moderado de nomofobia	Nivel severo de nomofobia
≤ 20	≤ 59	≤ 99	≤ 140

Los resultados referentes al desarrollo de habilidades sociales, una vez aplicado el Test EHS, indican que el 10% (17) presenta un nivel bajo; el 79% (135) muestra un nivel medio y el 11% (19) indica un nivel alto de habilidades sociales.

Tabla No. 3: Niveles de desarrollo de habilidades sociales

Niveles de desarrollo de habilidades sociales		
Nivel Bajo de EHS	Nivel Medios de EHS	Nivel Alto de EHS
10%	79%	11%
(n=17)	(n=135)	(n=19)

Para la identificar el nivel de desarrollo de las habilidades sociales se toma como referencia el valor del percentil alcanzado; de ahí que si el Pc es ≤ 25 se presenta un nivel bajo de EHS; si el Pc es ≤ 75 , el de EHS es medio; y si el Pc es > 75 , el nivel de EHS es alto..

Tabla No. 4: Interpretación de los niveles de habilidades sociales

Interpretación de los niveles de habilidades sociales		
Nivel bajo de habilidades sociales	Nivel medio de habilidades sociales	Nivel alto de habilidades sociales
≤ 25	≤ 75	> 75

De acuerdo a los resultados obtenidos se evidencia que existe una estrecha relación entre los niveles de nomofobia y el nivel de desarrollo de las habilidades sociales; esto se

determina en concordancia a los resultados obtenidos de las dos variables y expresados en la siguiente tabla:

Tabla No. 5 Tabla de contingencia nomofobia – habilidades sociales

Tabla de contingencia nomofobia – habilidades sociales			
Variables		Niveles	
Nomofobia	NLN	NMN	NSN
	19%	69%	12%
Habilidades sociales	NAHS	NMHS	NBHS
	10%	79%	11%

Los resultados muestran que cuando se observa un nivel leve de nomofobia (NLN = 19%) el nivel de habilidades sociales es alto (NAHS = 10%); al existir un nivel moderado de nomofobia (NMN = 69%), el nivel de habilidades sociales es medio (NMHS = 79%); y si se evidencia un nivel severo de nomofobia (NSN = 12%), el nivel de habilidades sociales es bajo (NBHS = 11%).

DISCUSIÓN

Una vez analizados los resultados se evidencia que los sujetos que participaron en la investigación presentaron un alto porcentaje de niveles moderados tanto de nomofobia (69%) como el desarrollo de las habilidades sociales (79%), esto como consecuencia de la dependencia excesiva que tienen los adolescentes al teléfono móvil, ya que por estar conectados a los dispositivos móviles en un entorno virtual interactuando con otros, los sujetos llegan a ignorar a las personas cercanas a ellas. Esto guarda relación con lo manifestado por Osio Flores et al., (2014) en el artículo titulado ¿Es la nomofobia, un problema del siglo XXI?; puesto que en este estudio se pone de manifiesto que tecnificación y el acceso indiscriminado a la internet, las redes sociales y a los dispositivos móviles está generando patologías adictivas relacionadas con el mal uso que los adolescentes hacen de la telefonía móvil; que en casos severos se puede observar a los individuos caminar distraídos y sin prestar atención a los eventos que se presentan en su entorno inmediato, disminuyendo con esto la posibilidad de establecer relaciones interpersonales, y la capacidad para comunicarse dentro de un grupo social.

En este mismo sentido el estudio efectuado por Barros Bernal et al., (2017) demuestra que en la actualidad el acceder a la internet, redes sociales y teléfonos celulares resulta

muy fácil para los adolescentes, y al ser estos una población en edad vulnerable, el abuso descontrolado de los dispositivos móviles repercute directamente en las relaciones que estos mantienen a nivel personal, familiar, académico y social; limitando con ello un apropiado desarrollo de las habilidades sociales y es así que el 89,2 % de los sujetos que participan en la investigación presentan problemas significativos relacionados con el uso del celular y las relaciones interpersonales. Bajo estas consideraciones y por el elevado porcentaje de nomofobia y el limitado desarrollo de las habilidades sociales que se presenta en los resultados, se establece que a mayor dependencia al móvil existe una disminución significativa en las relaciones sociales.

En el reporte de investigación presentado por Sosa Manchego L. (2020) se pone énfasis en que con la irrupción de los dispositivos móviles y la internet, ha cambiado sustancialmente la manera de establecer las relaciones sociales, pues gran parte de las personas prefieren interactuar de manera virtual, dejando de lado las relaciones interpersonales debido al uso excesivo del teléfono móvil, perdiéndose paulatinamente la capacidad de establecer conversaciones directamente. Este análisis tiene relación con los resultados obtenidos en este trabajo de investigación, pues existe un número significativo de estudiantes que padecen de nomofobia (69%) y como consecuencia de esto, los resultados reflejan que un 79% de los participantes en la investigación presentan un nivel medio en el desarrollo de habilidades sociales.

CONCLUSIONES

Relacionando las dos variables determinadas en esta investigación se establece que cuanto mayor sea el nivel de nomofobia (adicción al celular), menor será la capacidad para desarrollar las habilidades sociales en los sujetos; por lo tanto, se determina que existe una correlación negativa entre las variables.

Al existir una correlación negativa significa que ambas variables varían en sentidos opuestos; es decir cuando se presenta un nivel leve de nomofobia, el nivel de habilidades sociales es alto. al observarse un nivel moderado de nomofobia, el nivel de habilidades sociales es medio; y si se evidencia un nivel severo de nomofobia, el nivel de habilidades sociales es bajo.

LISTA DE REFERENCIAS

- Achaerandio Zuazo, L. (2017). *Iniciación a la práctica de la investigación* (Septima ed.). Ciudad de Guatemala, Guatemala: Magna Terra editores.
- Barros Bernal, S. M., et al. (2017). Adolescentes de básica superior con adicción a internet y redes sociales y relaciones interpersonales. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 20(3), 42-68.
- Carrasco Rivas, F., et al. (31 de Julio de 2017). El uso de dispositivos móviles por niños: Entre el consumo y el cuidado familiar. *CUHSO - CULTURA - HOMBRE - SOCIEDAD*, 108-137. doi:DOI 10.7770/CUHSO-V27N1-ART1191
- DITRENDIA. (2020). *Informe ditrendia: Mobile en España y en el Mundo 2020*. Informativo. Obtenido de https://www.amic.media/media/files/file_352_1050.pdf
- García Martínez, V., & Fabila Echauri, A. M. (Septiembre de 2014). Nomofilia vs nomofobia, irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de la vida de los jóvenes, un tema pendiente para las estudios de la comunicación. *Razón y Palabra*.
- García Umaña, A. (2017). Impacto social y educativo del comportamiento mediático digital contemporáneo: Nomofobia, causas y consecuencias. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 1-21.
- García, E. A. (2017). Impacto social y educativo del comportamiento mediático digital contemporáneo: Nomofobia, causas y consecuencias. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, v(1).
- Gismero González, E. (2022). Madrid, España: TEA Ediciones.
- Gismero González, E. (2022). *EHS. Escala de Habilidades Sociales* (Cuarta ed.). Hogrefe TEA Ediciones.
- González Cabrera, J., León Mejía, A., Pérez Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptación al español del cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) en una muestra de adolescentes. *Dialnet*, 45(4), 137-144.
- Guanilo, R. F., & Guerra, E. (2022). Estructura factorial, validez y confiabilidad de la escala de nomofobia en estudiantes de una universidad estatal de Lima Metropolitana. *Propósitos y Representaciones*, 10(2), 15-72. doi:<https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n2.1572>

- INEC. (2021). Boletín Técnico N°-04-2021 Indicadores de tecnología de la información y comunicación. *Dirección de Estadísticas Sociodemográficas*, 1-25.
- Inga, M. T., Inga, K. P., & Salazar, F. (2016). Métodos de recolección de datos para una investigación. Guatemala: Facultad de Ingeniería - Universidad Rafael Landívar.
- Luy Montejó, C., & et al. (2020). Nomofobia Adicción Tecnológica en Universitarios. *REVISTA STUDIUM VERITATIS*, 18(24), 43-69.
- Mathey, A. K. (14 de Marzo de 2017). Dependencia al celular entre los y las estudiantes de la Facultad de Educación de una Universidad de Chiclayo- 2016 [Tesis]. Chiclayo, Perú: Repositorio Digital.
- Matoza, C., et al. (2016). Nivel de nomofobia en estudiantes de medicina de Paraguay, año 2015. *Ciencia e Investigación Médico Estudiantil Latinamericana (CIMEL)*, 21(1), 28-30.
- Maziero, M. B., & Antunes de Oliveira, L. (2016). Nomofobia: Una revisión bibliográfica. *Unoesc & Ciência*, 8(1), 73-80.
- Medina Morales, G., & Veytia Bucheli, M. (2022). El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes univesitarios: caso dos univesridades mexicanas. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(1), 1-16. doi:https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1639p2124
- Osio Flores, A. (2014). ¿Es la nomofobia, un problema del siglo XXI? *Archivos Bolivianos de Medicina*, 22(90), 56-63.
- Pascual, E. el al. (Septiembre de 2020). Nuevas adicciones: Nomofobia o el "no sin mi móvil". *Gaceta Internacional de Ciencias Firences*(24), 41-45.
- Quesada Varela, V. J., & Carballo Pintos, I. C. (2017). Nomofobia ¿Qué es? *AGAMFEC*, 23(1), 37-39. Obtenido de <https://revista.agamfec.com/wp-content/uploads/2017/08/cadernos2017vol1.pdf>
- Rodríguez Rodríguez, J. C. (2020). Adicción a internet e inteligencia emocional: análisis de una relación. *International Journal of New Education*(6), 1-15. doi:DOI 10.24310/IJNE3.2.2020.10243
- Sosa Manchego, L. (2020). Factores problemáticos relacionados a la nomofobia. *Sinergias educativas*, 1-19.
- Sosa Manchego, L. M. (2020). Factores Problemáticos relacionados a la nomofobia. *Sinergias Educativas*, 1-19.