

**USO Y ABUSO DEL CELULAR SOBRE LOS HÁBITOS DE VIDA EN ESTUDIANTES  
Y TRABAJADORES DE LA UNIVERSIDAD CES EN EL PRIMER SEMESTRE DE  
2017**

**KAREN MELISSA SÁNCHEZ MARTÍNEZ  
CAROLINA ECHAVARRÍA ÚSUGA**

**ASESOR  
LUIS FERNANDO TORO PALACIO**

**FACULTAD DE MEDICINA  
TECNOLOGÍA EN ATENCIÓN PRE-HOSPITALARIA  
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

**GRUPO DE INVESTIGACIÓN: OBSERVATORIO DE LA SALUD PÚBLICA  
LINEA DE INVESTIGACIÓN: EMERGENCIAS Y DESASTRES**

**UNIVERSIDAD CES  
MEDELLÍN (ANTIOQUIA)  
2017**

**USO Y ABUSO DEL CELULAR SOBRE LOS HÁBITOS DE VIDA EN ESTUDIANTES  
Y TRABAJADORES DE LA UNIVERSIDAD CES EN EL PRIMER SEMESTRE DE  
2017**

**KAREN MELISSA SÁNCHEZ MARTÍNEZ  
CAROLINA ECHAVARRÍA ÚSUGA**

**ASESOR  
LUIS FERNANDO TORO PALACIO**

**FACULTAD DE MEDICINA  
TECNOLOGÍA EN ATENCIÓN PRE-HOSPITALARIA  
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN**

**UNIVERSIDAD CES  
MEDELLÍN (ANTIOQUIA)  
2017**

## TABLA DE CONTENIDO

1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA -----	Pág. 5
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA -----	Pág. 5
1.1.1 Diagrama del problema -----	Pág.7
1.2 JUSTIFICACIÓN -----	Pág. 7
1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN -----	Pág. 8
2. MARCO TEÓRICO -----	Pág. 9
2.1 MARCO CONCEPTUAL -----	Pág. 9
2.2 ESTADO DEL ARTE -----	Pág. 9
2.3 MARCO NORMATIVO -----	Pág. 19
3. OBJETIVOS -----	Pág. 20
3.1 OBJETIVO GENERAL -----	Pág. 20
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS -----	Pág. 20
4. DISEÑO METODOLÓGICO -----	Pág. 21
4.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN -----	Pág. 21
4.2 TIPO DE ESTUDIO -----	Pág. 21
4.3 POBLACIÓN Y MUESTRA -----	Pág. 21
4.4 DESCRIPCIÓN DE LAS VARIABLES -----	Pág. 21
4.4.1 DIAGRAMA DE VARIABLES -----	Pág. 21
4.4.2 TABLA OPERACIONAL DE VARIABLES -----	Pág. 22
4.5 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE LOS DATOS -----	Pág. 23
4.5.1 FUENTE DE LOS DATOS -----	Pág. 23
4.5.2 INSTRUMENTO DE RECOLECCIÓN DE LOS DATOS -----	Pág. 23
4.5.3 PROCESO DE RECOLECCIÓN DE LOS DATOS -----	Pág. 23
4.6 CONTROL DE ERRORES Y SESGOS -----	Pág. 24
4.7 TECNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN ---	Pág. 24
5. ASPECTOS ÉTICOS -----	Pág. 36

6. ANEXOS ----- Pág. 37

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS -----Pág. 41

## 1. FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

### 1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El celular es una herramienta tecnológica que fue hecha con el fin de facilitar y mejorar la comunicación del ser humano al romper las distancias entre personas en cuestión de segundos, con una sola llamada se podría contactar a alguien en casi cualquier parte el mundo de forma instantánea.

Durante su inicio, el teléfono celular era utilizado para hacer llamadas, pero con el paso del tiempo ha ido evolucionando y se ha convertido en un artículo indispensable para el diario vivir de las personas al asumir el papel de organizador personalizado, unificar los medios de comunicación, romper la barrera de la distancia y del tiempo.

Actualmente es muy común que la mayoría de la población tenga un *smartphone* a su alcance y que confíe en él datos de importancia como fotos, archivos, correos, libros, desplazando en muchos casos la necesidad de usar un computador y poniendo infinidad de información al alcance de la mano y de esta forma se convierte en una herramienta tan importante y útil cuando se es utilizada de forma correcta.

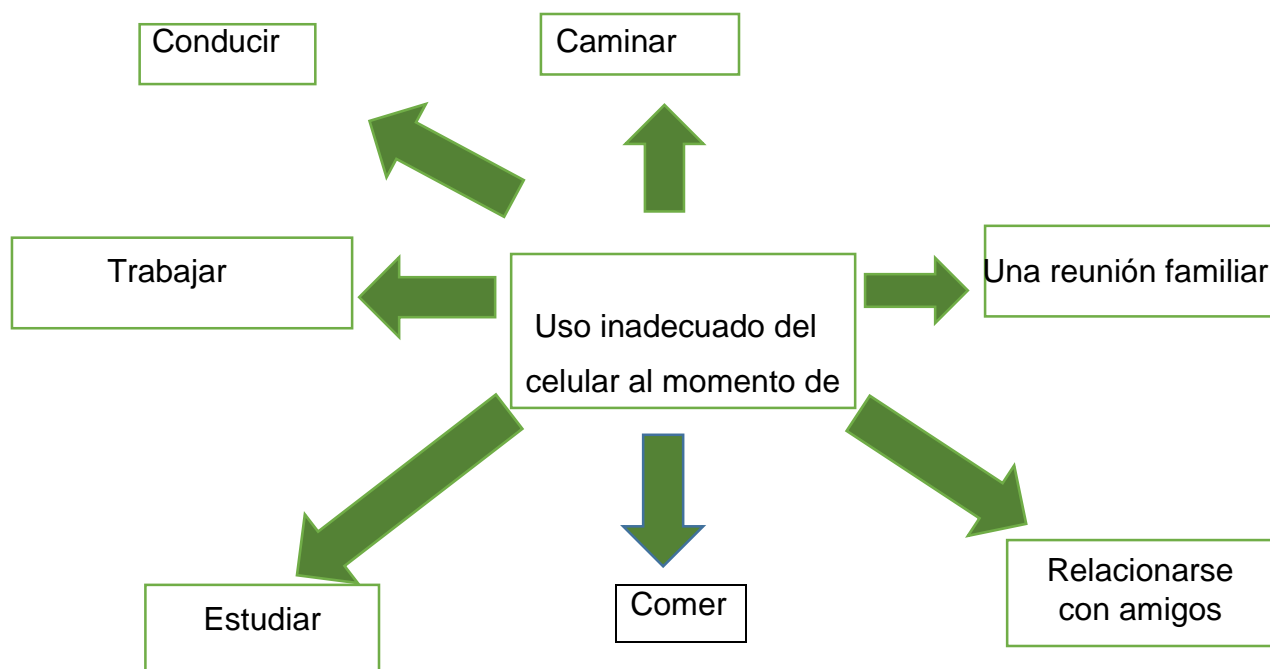
Pero con el constante uso de esta muy útil herramienta, el ser humano está generando una dependencia cada vez mayor que comienza a desplazar hasta una de las bases más primitivas del vivir en sociedad, y es relacionarlos con nuestros semejantes, al estar la vida social ligada a un dispositivo electrónico, se está dejando de lado la relación personal y cosas tan sencillas como hablar a la hora del almuerzo se han remplazado por textos y emoticones. La importancia de esto radica en la actual incapacidad para aislarse del mundo del celular, generando personas introvertidas y con trastornos de personalidad, que tienen su confianza puesta en un *smartphone*.

Se ha desarrollado la necesidad de tener el teléfono celular en todo momento y utilizarlo, aunque no sea lo más adecuado hacerlo, al realizar ciertas actividades, por ejemplo: en

clase, al conducir, al caminar, al estudiar, al comer, al leer, entre otras actividades de rutina. Lo cual crea el problema en sí, y es la tendencia a usar este dispositivo en todo momento aun cuando no es necesario implementarlo, todo esto con el fin de suplir la constante necesidad de estar conectados en el mundo digital creando falsas relaciones y siendo un fuerte distractor para realizar actividades que requieren de nuestra concentración y de esta manera aislándonos de nuestro entorno social y personal a causa de la sensación de confianza otorgada al dispositivo se concluyó que “la pérdida del celular puede ocasionar una fuerte sensación de angustia, miedo y estrés relacionado” según un estudio de la Universidad de McMaster en Hamilton (Canadá) (1)

Es justo aclarar que si bien el uso del teléfono celular se ha incrementado y la mayoría de la población posee uno de estos no todos los usuarios de esta tecnología son adictos a su uso, pero de forma inconsciente han involucrado el uso de este dispositivo en la mayoría de actividades, y en algunas de ellas su uso es poco recomendado y hasta puede significar un peligro.

### 1.1.1 Diagrama del problema.



## 1.2 JUSTIFICACIÓN

Mediante la realización de este estudio se pretende replantear el uso del celular en ciertas actividades de la vida cotidiana y sugerir un uso más controlado del dispositivo durante ellas, además se debe resaltar lo fundamental del uso de este dispositivo y lo benéfico que de su uso ya que provee muchas ventajas en el estilo de vida de la humanidad siempre y cuando se utilice de forma consciente y no interfiera con el adecuado desarrollo de la vida en sociedad y en el caso de que su uso sea excesivo determinar algunos de los cambios más importantes que se generan sobre los hábitos de vida de la persona.

### **1.3 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

¿De qué manera el uso inadecuado del teléfono celular genera cambios en los hábitos de vida y perjudica la interacción de las personas con los demás y con su entorno?



## 2. MARCO TEÓRICO.

### 2.1 MARCO CONCEPTUAL

Adicción: La adicción es la entrega incondicional de una persona a determinadas cosas, sustancias, sentimientos o hechos que se apoderan de su voluntad y la controlan, haciéndolas dependientes de ellas, aun cuando ponen en peligro su salud física o mental. Es una enfermedad que afecta la voluntad, y hace que todo el esfuerzo se dedique al objeto de la adicción sin establecer prioridades. El sujeto pierde su libertad y se convierte en esclavo de su adicción, y hacia ella encamina todos sus esfuerzos, de modo incontrolable (1)

Dependencia: Estado mental y físico patológico en que una persona necesita un determinado estímulo para lograr una sensación de bienestar. La dependencia es el uso de una sustancia para evitar los efectos que tendría su carencia. En este sentido, los diabéticos que deben utilizar insulina, constituyen un grupo dependiente pero por ello son adictos. Asimismo, hay ciertas sustancias psicoactivas, como las benzodiazepinas, que provocan dependencia. Un sujeto que lleva un tiempo consumiéndolas para poder dormir, tendrá luego grandes dificultades para conciliar el sueño sin consumirlas. Es decir, se ha hecho dependiente. (2)

### 2.2 ESTADO DEL ARTE

“El celular se ha convertido en un artículo indispensable en la vida de adulto y cada vez más entre los niños. Y es que no sólo es un medio para recibir y contestar llamadas, ahora los *smartphones* nos permiten hacer múltiples actividades como navegación por internet, interacción en redes sociales, chatear, tomar fotos, grabar videos, etc.

Los fabricantes de teléfonos están desarrollando celulares dirigidos a niños como es el caso de Nokia C3 que es un blackberry para niños o el teléfono MO1 -desarrollado por Imaginarium, una compañía de juguetes, y Telefónica en España-.

Según la nación.com, este hecho ha provocado que algunos grupos de padres en Europa demandaran una prohibición oficial sobre la comercialización dirigida a niños. En Francia, la ministra de Salud emitió una advertencia contra el uso excesivo de teléfonos celulares por parte de niños pequeños.

En el portal de [Geosalud](#), se afirma que los últimos años, en Europa se han venido realizando estudios sobre los posibles efectos negativos que puede provocar el excesivo uso de celular en niños.

Un estudio del Consejo Nacional de Protección Radiológica de Gran Bretaña (NRPB por sus siglas en inglés) dirigido por sir William Stewart dijo que los niños menores de ocho años edad nunca deberían usar celulares. Y los que están entre los nueve y los 14 años deben restringir su uso al mínimo y sustituir buena parte de las llamadas por el envío de mensajes de texto.

Las razones son muchas y son muy claras para Stewart "el cráneo de los niños no es suficientemente grueso, su sistema nervioso no está totalmente desarrollado y la radiación penetra con más fuerza en sus cerebros".

Esta debe de ser una razón de fuerza mayor para que los padres de familia analicen que tan provechoso es comprar estos aparatos a sus hijos pequeños ya que los daños en su salud podrían afectarles negativamente a corto o largo plazo.

Otras de las desventajas que puede presentar el uso excesivo del celular son las siguientes:

- .Puede causar ensimismamiento, desconexión con la realidad y soledad.
- .Alto grado de dependencia.
- .Desmotiva la actividad física y los juegos al aire libre pudiendo causar desinterés en otras formas de entretenimiento.
- .Puede difundir material obsceno, perjudicial o comentarios agresivos para las personas.
- .Problemas de salud como los que se mencionan al principio (más en niños)

Personalmente, considero que son más las ventajas que se tienen, entre las cuales enumero:

- .Ayuda a cortar distancias y a estar en contacto con personas de todo el mundo
- .Por su portabilidad, podemos ubicar a las personas donde ellas se encuentren en forma inmediata.
- .Su bajo costo. Actualmente, hay celulares que integran programas de video y audio conferencia como el Skype donde llamar a cualquier usuario en el mundo resulta gratis.
- .Puedo combinar múltiples aplicaciones, como mensajes de texto, mensajes de voz, acceso a redes sociales, cámara de fotos, etc.
- .Han difundido noticias y hechos relevantes a nivel mundial

.Cuando los medios convencionales han sido silenciados, las redes sociales a través de los celulares han ayudado a despejar la verdad.

Estamos en un mundo globalizado donde las tecnologías son parte ya de nuestras vidas, sin embargo debemos prestar atención y cautela en el uso excesivo de los celulares en adultos y en especial de los niños.”<sup>7</sup>

“El celular se ha convertido en un elemento tan cotidiano como la ropa que vestimos. Sin embargo, con su uso generalizado vienen dudas sobre el impacto que esta tecnología puede tener en la salud humana.

Hay estudios que sugieren que el uso excesivo del celular puede llegar a modificar el cerebro humano y, en algunos casos, llegar a dañarlo con un efecto similar al de algunas drogas. Aún más, los dispositivos móviles –incluidas las tabletas– pueden generar padecimientos físicos entre los que se encuentran el síndrome del túnel carpiano y el ojo seco, así como trastornos psicológicos como el cibermareo, el síndrome de la vibración fantasma, fobias y adicciones. Un estudio de la Universidad de McMaster en Hamilton (Canadá) concluyó que, en casos extremos, la pérdida del celular puede ocasionar una fuerte sensación de angustia, miedo y estrés relacionado, principalmente, con no poder acceder a los datos personales en el aparato. Al respecto, la psicóloga Ana María Cardona Jaramillo, directora de programas de la especialización en Psicología Educativa de la Universidad de la Sabana, dijo: “Claramente existe la posibilidad de generar una adicción al uso de esta tecnología, especialmente frente al hecho de estar siempre conectados”.

Uno de los efectos psicológicos más comunes es el trastorno de adicción a internet, más conocido como IAD. Este genera anomalías en la integridad de la materia blanca en las regiones cerebrales que involucran la creatividad y el procesamiento de emociones, atención, toma de decisiones y control cognitivo.

En función de constatar los efectos del trastorno de adicción a internet, un informe de la operadora británica Sky Broadband reveló que un 51 por ciento de 2.000 usuarios encuestados afirmó sufrir ansiedad, enfado y/o tristeza al no poder revisar sus correos o entrar a sus redes sociales debido a problemas técnicos.

Según el mismo estudio, la mayoría de las personas se conecta más de 6 horas al día. El 32 por ciento de los encuestados siente la necesidad de comprobar sus correos más de 6 veces al día (sin contar las horas de trabajo), un 5 por ciento lo hacía unas 20 veces y más del 14 por ciento de los encuestados declaró la necesidad de acceder y consultar las novedades de los diferentes servicios sociales por lo menos 6 veces al día. Quitarles el acceso al móvil, la tableta o a internet produjo síntomas psicológicos negativos en tan solo 24 horas. Entre ellos, dice el estudio, se cuentan “la sensación de adicción, depresión y ansiedad, sensación de que han perdido una parte importante de sí mismos, sentimientos de soledad, angustia y aislamiento y, por último, imposibilidad de encontrar recursos alternativos para pasar el tiempo y entretenerse”.

Los jóvenes son los más expuestos a estos posibles efectos adversos. Como su cerebro puede adaptarse al cambio constante, expuestos como están desde temprana edad a la tecnología moderna, no logran discernir las consecuencias de sus actividades diarias y permanentes con el terminal.

Según Cardona, entre las soluciones prácticas a este problema, sobre todo cuando se trata de niños y adolescentes, se encuentra declarar como ‘libres de celulares’ momentos y espacios definidos. “Hay que establecer límites claros, como que en espacios de familia –como cenas o similares– no se usa el celular. Especialmente de noche es importante restringir el uso de estos aparatos, pues pueden interrumpir el sueño”.(3)

“Los expertos alertan del riesgo de desvirtuar las relaciones cara a cara por un exceso de conexión a estas plataformas. Hay tres grandes fantasías que nos brinda la tecnología: sensación de omnipresencia, atención 24 horas y la creencia de no estar solos.

Además, los psicólogos aseguran que los más jóvenes no entienden ya sus diferentes experiencias sin compartirlas por móvil, algo que si no ocurre les puede provocar

ansiedad. Poco a poco, buscamos a los demás únicamente para no estar solos, no para crear lazos verdaderos, argumentan, según el portal [digital.20minutos.es](http://digital.20minutos.es). El ser humano nunca había estado tan conectado y a la vez tan solo. Los expertos apuntan que aplicaciones como WhatsApp o Facebook están mermando la intensidad de las relaciones personales, a la vez que ponen en peligro a una nueva generación que va camino de olvidar el arte de la conversación.

La imagen de dos personas comiendo juntos en silencio mientras miran sus teléfonos móviles podría convertirse en una peligrosa realidad que, según la profesora del Instituto Tecnológico de Massachusetts (MIT) Sherry Turkle, supone "un verdadero problema, tanto en la manera de relacionarnos con los demás como con nosotros mismos" apunta la psicóloga en una conferencia de la plataforma TED.

La autora del bestseller *Alone Together* (Juntos en soledad) lleva años investigando cómo la sociedad estadounidense se relaciona con las nuevas tecnologías, y ha observado que cada vez son más los jóvenes que sienten ansiedad cuando no tienen su teléfono móvil, pues han aprendido a compartir cómo se sienten las 24 horas del día.

Turkle considera que, a pesar de las infinitas posibilidades que brinda la tecnología, ésta acaba erosionando la capacidad para estar solos, de tal forma que buscamos a los demás únicamente para no estar solos, no para crear lazos verdaderos.

La posibilidad de estar en varios lugares a la vez gracias a la tecnología se produce en un espacio que paradójicamente ha sido apodado como el "no lugar" por el antropólogo francés Marc Augé, que usa este término para describir lugares de transitoriedad que no tienen suficiente importancia para ser considerados lugares reales.

Este espacio virtual en el que se producen millones de conversaciones al minuto tiende a minar la intensidad de las relaciones personales, apunta el sociólogo de la Universidad Complutense Javier de Rivera, que sometió a dos jóvenes a un experimento que consistía en pasar un mes sin WhatsApp ni Facebook.

Resulta llamativo el hecho de que hay mucha gente con pareja o amigos que se siente sola y deprimida. Al final de la primera semana, los dos dijeron que habían descubierto una nueva realidad de las relaciones personales como algo más intenso que les

emociona y que les llena, relata Javier, a la vez que confirma su hipótesis de que las personas se están olvidando de la importancia de una conversación cara a cara.

Es llamativo el hecho de que tenían problemas para quedar con sus amigos porque hacían cambios de última hora como si la conexión constante hiciera que los compromisos perdieran valor porque siempre los puedes cambiar, explica.

Esta realidad está afectando especialmente a los jóvenes, a quienes los académicos llaman nativos digitales, puesto que han crecido interactuando con móviles inteligentes frente a los cuales experimentan problemas para el autocontrol del tiempo que dedican a las nuevas tecnologías, apunta el psicólogo Alfredo Oliva.

Este investigador de la Universidad de Sevilla comenta que, aunque las nuevas tecnologías presentan grandes oportunidades comunicativas, algunos jóvenes están sufriendo una adicción a sus dispositivos móviles, una patología cuya única cura está, asegura el investigador, en el afecto y el control de los padres.

Hay tres grandes fantasías que nos brinda la tecnología: omnipresencia, atención 24 horas y la sensación de no estar solos, relata en su conferencia la investigadora del MIT, al asegurar que estas fantasías provocan que las personas acaben esperando más de la tecnología y menos de los demás.

La paradoja de la soledad asociada a un escenario de comunicación constante también ha llevado a preguntarse a psicólogos como Francisca Expósito, investigadora de la Universidad de Granada, sobre cómo la soledad aparece representada como algo negativo que la tecnología parece solucionar.

Expósito, autora la primera investigación en España sobre la soledad, asegura que le resulta llamativo el hecho de que hay mucha gente con pareja o amigos que se siente sola y deprimida, un hecho que relaciona con el estigma social que asocia la soledad como un peligro del que debemos huir.

Los expertos consideran que, lejos de condenar la tecnología como la causante de esta sensación de soledad, es importante educar en el uso funcional de los dispositivos móviles, evitando invertir emocionalmente en la tecnología, sobre todo a los jóvenes que parecen incluir la tecnología como una parte más de la relación, sostiene el sociólogo Javier de Rivera.

De lo contrario, se correrá el riesgo de sacrificar la conversación por la simple conexión, apunta Turkle, así como de acostumbrarnos a una nueva forma de estar juntos en lo solitario.” (4)

“Polémica por el uso del celular en el trabajo:

Al abordar el tema del uso de los celulares en la empresa deberíamos recordar que en el derecho rige un principio, que afirma que todo lo que no está prohibido expresamente, está permitido. La misma regla debería aplicarse en el ámbito de las relaciones laborales en el seno de la empresa. Algunas prohibiciones pueden considerarse implícitas en las obligaciones de buena fe, colaboración y solidaridad que establece la propia Ley de Contrato de Trabajo. Pero en caso de duda sobre la aplicabilidad, o no, de una prohibición genérica a un caso concreto, los jueces se inclinan por favorecer a la parte débil de la relación: el trabajador. De allí la importancia que le otorga la jurisprudencia a la existencia de reglamentos internos, o -al menos-, circulares o memorándums que dejen en claro las conductas esperadas. Ahora bien, el reglamento interno tampoco puede establecer prohibiciones que excedan el principio de razonabilidad. Veamos cómo funcionaría esto en el caso concreto que nos hemos propuesto analizar.

¿Podría prohibirse en forma absoluta el uso o la mera tenencia de esa peligrosa arma que es un celular? Decimos esto de "peligrosa" porque son tantas las funciones que tienen los *smartphones* que no sería raro que alguna aplicación descubra un uso potencialmente nocivo. Hasta sirve para hablar! Que a un cirujano se le prohíba absolutamente ingresar al quirófano con el celular parece que es de sentido común. Se me ocurre que también a los controladores aéreos les debe estar vedado portar celulares. En ambos casos no bastaría con que el móvil quede en función silenciosa, ya que un olvido podría traer gravísimas consecuencias.

"La situación más difícil de resolver, con la utilización de celulares, se presenta en las oficinas, donde no existen razones de riesgo".



Aquí parecería que no es necesario que esté previsto en un reglamento o circular. Sin embargo, es conveniente, porque si el teléfono está apagado el empleado pretendería que actúa correctamente, mientras que el empleador sostendría que la prohibición es absoluta por el riesgo que ello implica.

También es lógico que un chofer no pueda usar el teléfono mientras conduce ¿pero puede prohibírsele que lo lleve encima? Y en ese caso ¿puede prohibírsele que tenga el sonido activado? A la primera: no es razonable prohibir que lleve el celular. Inclusive ello puede resultar de utilidad para la empresa. A la segunda: lo que debe prohibirse es que atienda el teléfono con el vehículo en movimiento, esté en silencio, sonido o vibrando. Obviamente, también será sancionado si detiene el vehículo para discutir el partido del domingo.

En la industria también los empleadores alegan que el uso de los móviles causa pérdida de productividad y aumenta el riesgo de accidentes de trabajo. De hecho, hace dos o tres años la Cámara que nuclea a las empresas industriales de Córdoba decidió unilateralmente la prohibición del uso de los celulares. Desconocemos si ello motivo presentaciones judiciales. La situación más difícil de resolver se presenta en las oficinas, donde no existen razones de riesgo y por el contrario se advierte una creciente "necesidad" o dependencia social con estos aparatos." (5)

“Uso de celulares está afectando rendimiento académico de jóvenes, dice investigación:

Una investigación realizada por el Grupo de Estadística y Epidemiología de la Fundación Universitaria del Área Andina de Bogotá, analizó la dependencia del uso del celular y su influencia en el rendimiento académico de jóvenes universitarios.

En dicho estudio se concluye que el creciente uso de los celulares está desviando la atención y prioridad de los estudiantes, impactando en los resultados de sus calificaciones.

El estudio que se realizó a un grupo de 462 estudiantes, señala que el 62,1 % de los jóvenes revisa siempre su teléfono móvil antes de ir a dormir, 42,6 % lo hace mientras estudia o realiza tareas y 61,3 % ignora a otras personas para concentrarse en el celular. Así mismo, evidenció que 112 de los consultados, es decir el 23,3 %, revisa de manera obsesiva llamadas, correos, redes sociales y mensajes de texto.

“Pudimos ver que el mal uso del celular en clase y la dependencia de las redes sociales para actividades diferentes a lo académico lleva al fracaso a muchos estudiantes, quienes pierden las asignaturas que requieren de análisis, como matemáticas y lecto-escritura”, aseguró José Gerardo Cardona, director de la investigación.

El estudio también reveló que el 47,6 % de las personas encuestadas se despierta temprano a usar el celular y 83,7 % considera que le está dedicando muy poco tiempo a su preparación académica.

Asimismo 293 personas de los entrevistados, que corresponden a 60,9% del total, temen que su vida sin el celular sea aburrida y vacía, y 303 se sienten ansiosos, nerviosos o deprimidos si no lo utilizan.

“Actualmente el teléfono móvil ha modificado el estilo de vida de adultos, jóvenes y niños, cuyo fin es el de facilitarnos la vida. El problema actual que tenemos es que, en lugar de tener contacto personal, éste se realiza por medio de él, causando problemas adictivos y dependencia al uso del móvil llamado ‘nomofobia’”, agregó Cardona.” (6)

¿Por qué crece tanto el uso de teléfonos celulares?

Este artículo lo que quiere dar a conocer es como en los últimos años ha aumentado el uso del celular y que ese aumento se ve marcado más en jóvenes menores de 24 años y hacen un estudio evalúan el uso del celular en varias situaciones de nuestro diario vivir de las personas. (El espectador, Redacción Economía y Negocios, 12 Ene 2016)  
 (7) El teléfono celular: “Un buen aliado del Hombre, pero no tanto...”

Lo que quiere dar a conocer este artículo son las desventajas que se dan por el mal uso del celular y a su vez da unas pautas para educar a la gente sobre el uso del celular. (Domingo, 4 de septiembre de 2011) (8)

El celular, un obstáculo para la comunicación familiar

El objetivo de este artículo es dar a conocer al lector que no importa cuál sea el escenario que estemos presente el celular siempre nos va a volver útil y por ende olvidamos ciertas cosas. (Periódico El Tiempo) (9)

### **2.3 MARCO NORMATIVO**

Ley No. 143-01

Que prohíbe el uso de Teléfonos Celulares o Móvil a toda Persona Mientras esté Conduciendo un Vehículo de Motor en las Vías Públicas.

### **3. OBJETIVOS**

#### **3.1 OBJETIVO GENERAL**

Determinar como el uso inadecuado que las personas le dan al celular puede modificar desfavorablemente sus hábitos de vida y constituirse en un factor de riesgo para su salud y sus relaciones interpersonales.

#### **3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- 3.2.1 Identificar las variables socio demográficas de las personas a las cuales se les realizará el estudio.
- 3.2.2 Describir los factores de riesgo asociados al uso excesivo del teléfono celular, y sus posibles consecuencias al tomar como base estudios que hablen sobre las repercusiones del uso inadecuado y excesivo del teléfono celular.
- 3.2.3 Describir algunas de los aspectos negativos del uso inadecuado del teléfono celular y cómo estos afectan los hábitos de vida y el correcto desarrollo de las relaciones interpersonales.
- 3.2.4 Crear y divulgar un folleto, en el cual se expongan de forma breve las ventajas y desventajas del uso del teléfono celular, advirtiendo sobre las consecuencias de su uso inadecuado.

## **4. DISEÑO METODOLÓGICO**

### **4.1 ENFOQUE DE LA INVESTIGACIÓN**

Esta investigación se realizará con un enfoque de investigación empírico analítico o cuantitativo.

### **4.2 TIPO DE ESTUDIO**

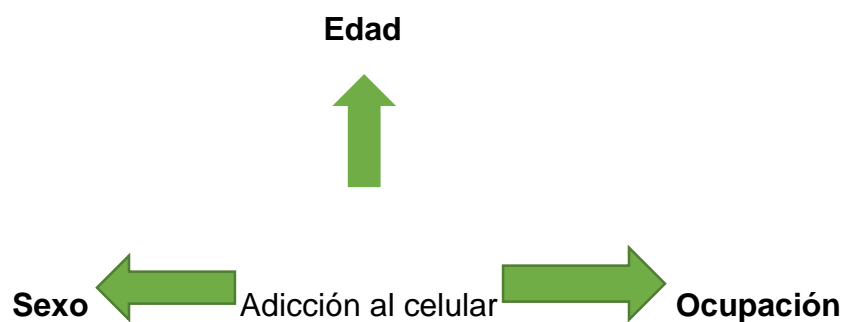
El estudio será de tipo observacional descriptivo.

### **4.3 POBLACIÓN Y MUESTRA**

El estudio está dirigido a la población residente en el Área Metropolitana del Vallé de Aburrá, de forma más explícita a miembros de la comunidad de la Universidad CES, y para la implementación de la encuesta requerida para el estudio, se realizará un muestreo por conveniencia.

### **4.4 DESCRIPCIÓN DE LAS VARIABLES**

#### **4.4.1 Diagrama de variables.**



#### 4.4.2 Tabla operacional de variables.

NOMBRE DE LA VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL	NATURALEZA	NIVEL O ESCALA DE MEDICIÓN	UNIDAD DE MEDIDA
<b>Edad</b>	Tiempo de vida	Cuantitativa	Razón	Años cumplidos
<b>Sexo</b>	Género biológico	Cualitativa	Nominal	1.Femenino 2.Masculino
<b>Ocupación</b>	Actividad laboral o trabajo	Cualitativa	Nominal	1.Trabaja 2.Estudia 3.Trabaja y estudia
<b>Caminar</b>		Cualitativa	Nominal	1.Si 2.No
<b>Trabajar</b>		Cualitativa	Nominal	1.Si 2.No
<b>Conducir</b>		Cualitativa	Nominal	1.Si 2.No
<b>Estudiar</b>		Cualitativa	Nominal	1.Si 2.No

<b>Relacionarse con amigos</b>		Cualitativa	Nominal	1.Si 2.No
<b>Reunión familiar</b>		Cualitativa	Nominal	1.Si 2.No

## 4.5 TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE LOS DATOS

### 4.5.1 Fuentes de los datos

Para realizar el estudio se utilizará una fuente primaria.

### 4.5.2 Instrumento de recolección de datos

Para realizar la recolección de los datos se implementará una encuesta enfocada al tema del estudio, la encuesta se encuentra en: Anexo 1.

### 4.5.3 Proceso de recolección de los datos.

Para el proceso de recolección de datos inicialmente se elaborará una encuesta con preguntas correspondientes al tema de la investigación, se seleccionará a la población mediante un muestreo por conveniencia y los datos obtenidos serán computados y luego serán analizados para obtener un consolidado de las respuestas de la población en el estudio.

#### **4.6 CONTROL DE ERRORES Y SESGOS**

Para evitar en la medida de lo posible la aparición de errores y sesgos de selección, información y confusión, se evitará realizar preguntas muy elaboradas que dificulten su comprensión, al momento de registrar las variables en la tabla destinada para ello se optará por un mismo sistema de unidad de medida, es decir si 1. Corresponde a femenino y 2. Corresponde a masculino, serán estos mismos dígitos utilizados por todos los investigadores para llenar la tabla correspondiente respetando los números asignados a cada variable para evitar pérdida y confusión en los datos recolectados.

#### **4.7 TÉCNICAS DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN**

Para realizar un adecuado procesamiento y análisis de la información se seguirán tres pasos una vez se tengan los datos recolectados mediante la encuesta.

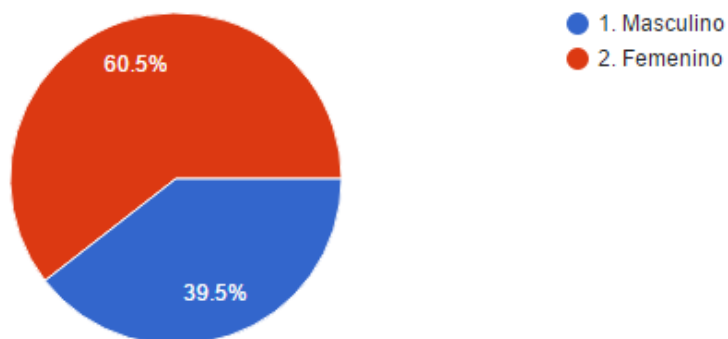
- 1.- Revisión y Organización de la Información
- 2.- Clasificación y Compilación de los datos.
- 3.- Presentación mediante gráficos y tablas, implementando herramientas de la aplicación de Encuestas Google.

Luego de la realización de la encuesta se obtuvieron los siguientes resultados:



## 2. Sexo:

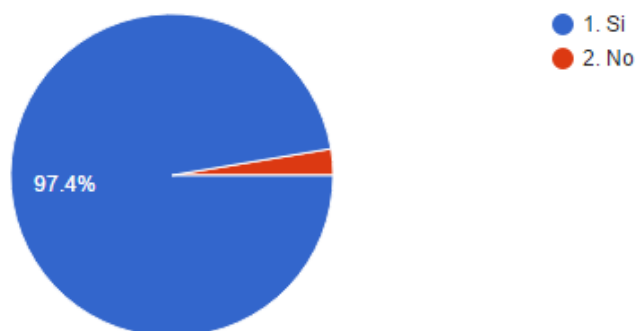
76 respuestas



1. Masculino (30 personas)
2. Femenino (46 personas)

## 3. ¿A usted le parece que el celular es una buena herramienta tecnológica?

76 respuestas

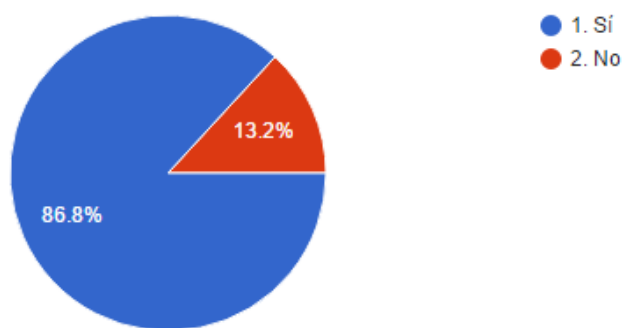


1. Si (74 personas)

2. No (2 personas)

4. ¿Usted considera que el celular puede ser una distracción para el desarrollo de algunas actividades, por ejemplo: prestar atención en clase?

76 respuestas

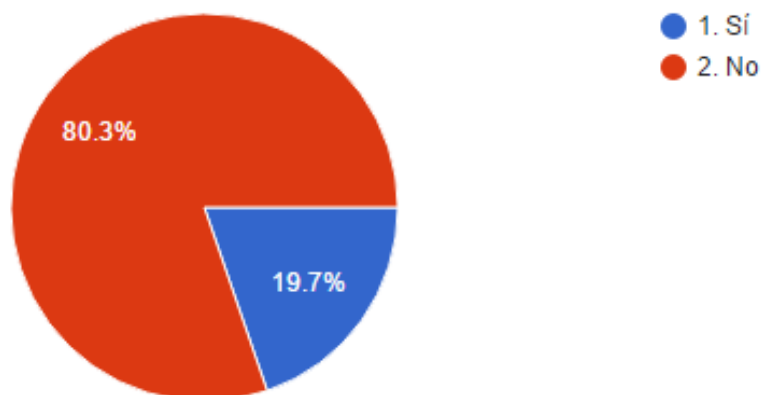


1. Si (66 personas)

2. No (10 personas)

## 5. ¿Usted apaga el celular cuando está en clase o en el trabajo?

76 respuestas

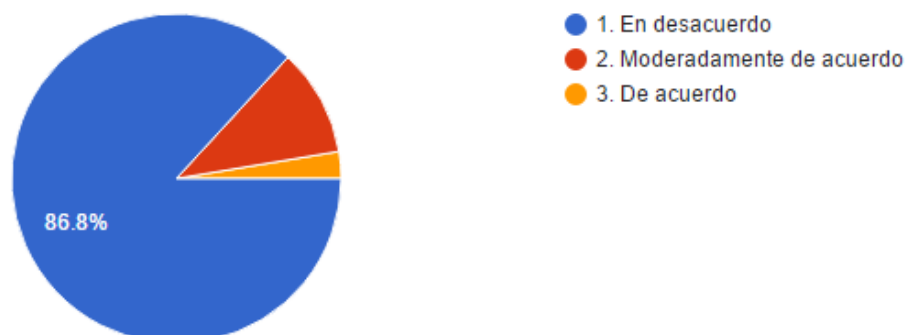


1. Si (15 personas)
2. No (61 personas)

Usted está de acuerdo con que el celular debe usarse mientras:

## 6. Usted conduce un vehículo

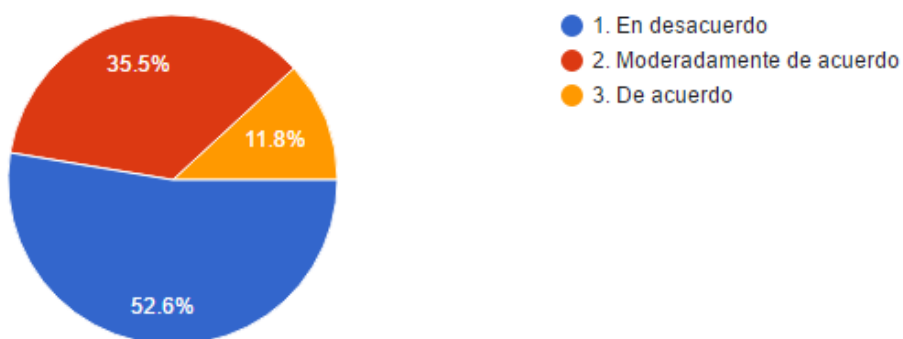
76 respuestas



1. En desacuerdo (66 personas)
2. Moderadamente de acuerdo (8 personas)
3. De acuerdo (2 personas)

## 7. Usted está comiendo

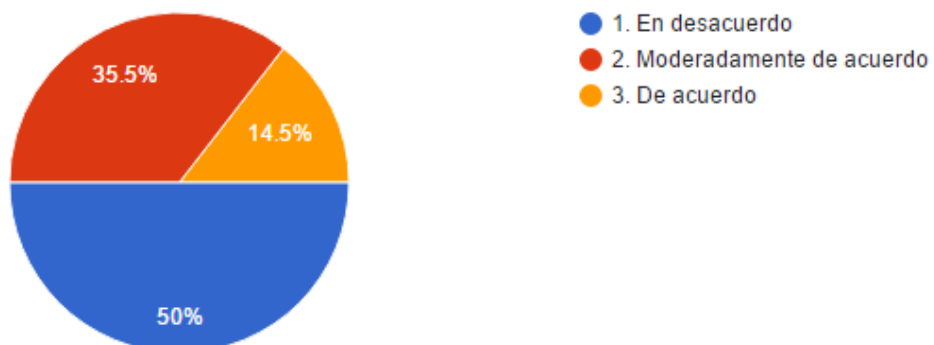
76 respuestas



1. En desacuerdo (40 personas)
2. Moderadamente de acuerdo (27 personas)
3. De acuerdo (9 personas)

## 8. Usted está en clase

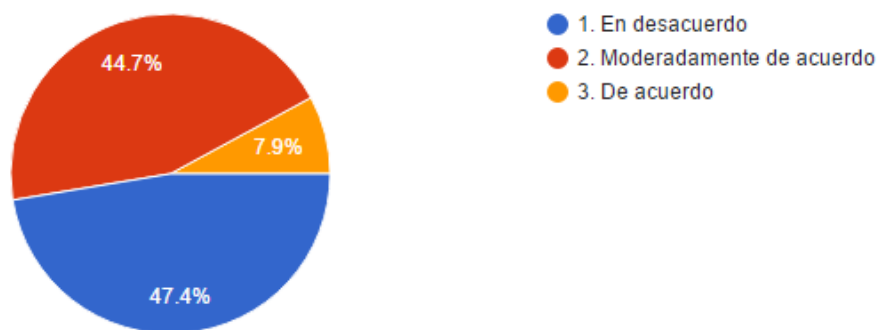
76 respuestas



1. En desacuerdo (38 personas)
2. Moderadamente de acuerdo (27 personas)
3. De acuerdo (11 personas)

## 9. Usted está trabajando

76 respuestas

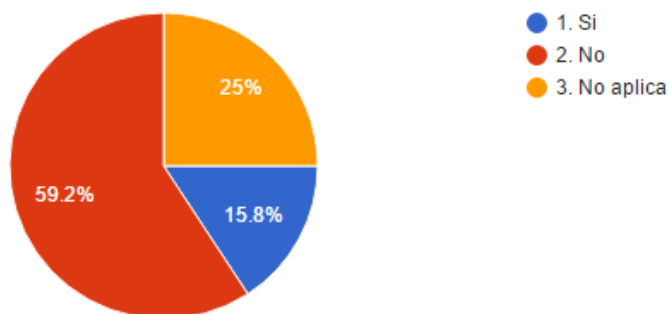


1. En desacuerdo (36 personas)
2. Moderadamente de acuerdo (34 personas)
3. De acuerdo (3 personas)

Responda si usted ha usado el celular durante alguna de estas actividades por lo menos una vez.

## 10. Al conducir

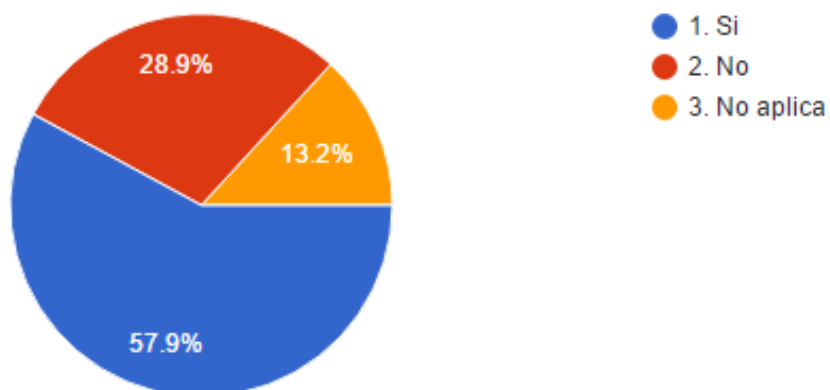
76 respuestas



1. Si (12 personas)
2. No (45 personas)
3. No aplica (19 personas)

## 11. Al trabajar

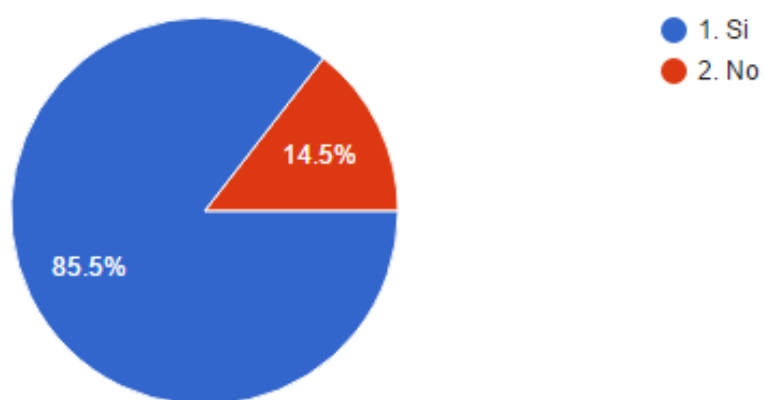
76 respuestas



1. Si (44 personas)
2. No (22 personas)
3. No aplica (10 personas)

## 12. Al estar en clase

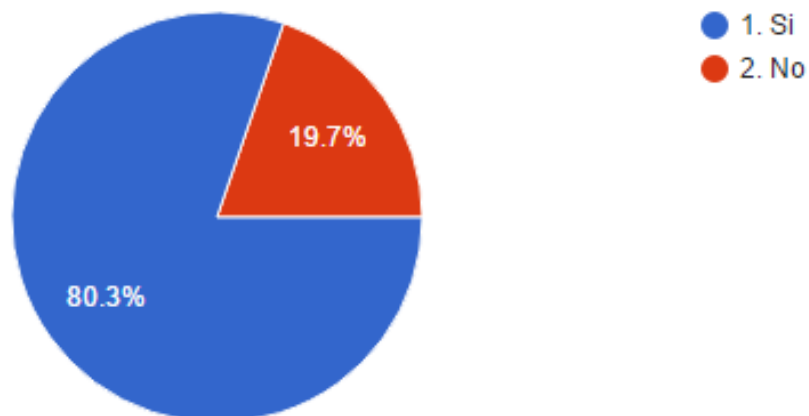
76 respuestas



1. Si (65 personas)
2. No (11 personas)

### 13. Al comer

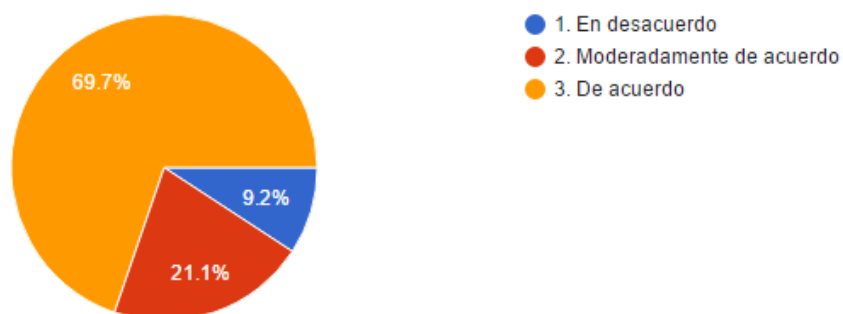
76 respuestas



1. Si (61 personas)
2. No (15 personas)

### 14. ¿Usted está de acuerdo con que el celular se puede usar para guardar cualquier tipo de información?

76 respuestas

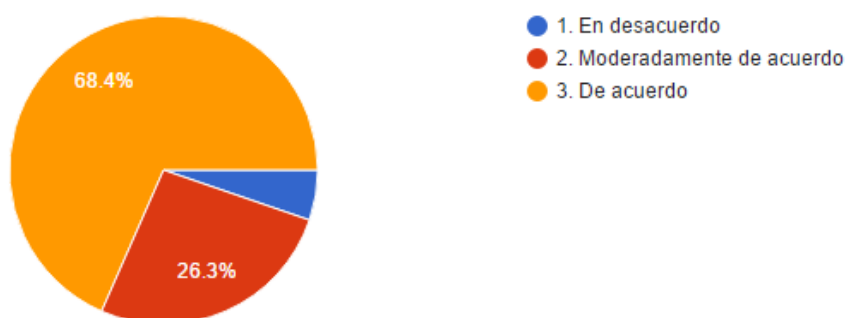




1. En desacuerdo (7 personas)
2. Moderadamente de acuerdo (16 personas)
3. De acuerdo (53 personas)

### 15. ¿Considera que el uso excesivo del celular tiene algún efecto negativo?

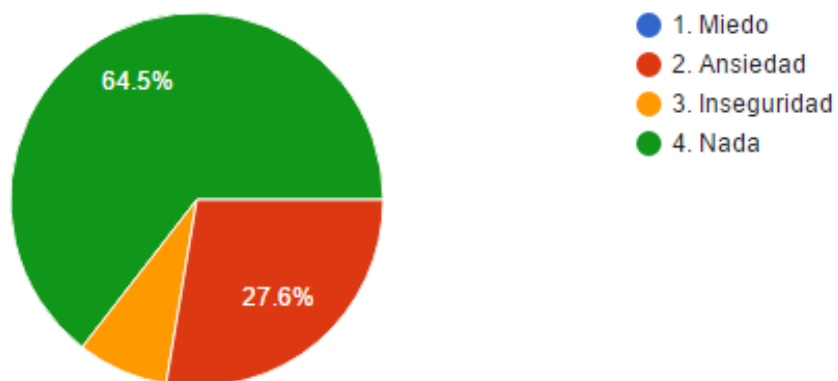
76 respuestas



1. En desacuerdo ( 4 personas)
2. Moderadamente de acuerdo (20 personas)
3. De acuerdo (52 personas)

## 16. Cuando usted está sin celular ¿Qué siente?

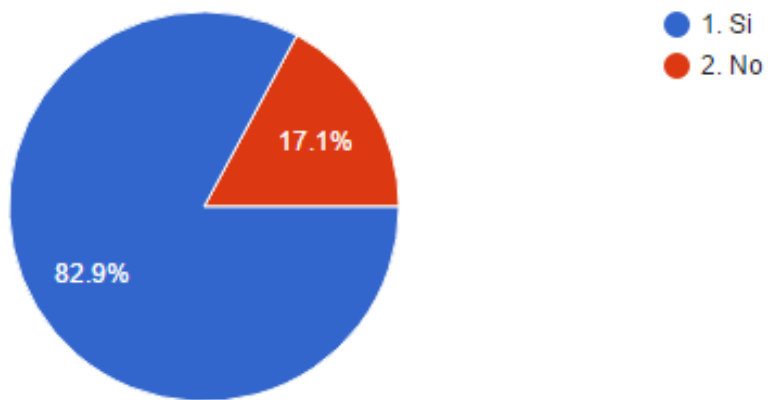
76 respuestas



1. Miedo (0 personas)
2. Ansiedad (21 personas)
3. Inseguridad (6 personas)
4. Nada (49 personas)

## 17. ¿Usted sería capaz de pasar un día sin celular?

76 respuestas



1. Si (63 personas)
2. No (13 personas)

## 5. ASPECTOS ÉTICOS

Luego de una revisión a la Resolución 8430 del 93 según el artículo 11. En el párrafo a nuestra investigación se cataloga como Investigación sin riesgo debido a que, no posee conflictos éticos debido a que no trata con poblaciones especiales, no realiza procesos o procedimientos que puedan atentar de forma física con los sujetos de estudio, no provoca daños o lesiones a los individuos, no implementará el uso de medicamentos o tejidos, ni atenta contra los principios de la ética: Beneficencia, No malevolencia, Justicia y Autonomía.

## 6. ANEXOS

### Anexo 1. ENCUESTA SOBRE EL USO DEL CELULAR.

Esta encuesta se realiza para conocer los hábitos y la frecuencia del uso del teléfono celular, si está de acuerdo con este estudio, por favor responda el cuestionario sinceramente, marcando con una **X** la casilla que considere apropiada.

1. Edad en años cumplidos: \_\_\_\_\_

2. Sexo:

1. Femenino ( )

2. Masculino ( )

3. ¿A usted le parece que el celular es una buena herramienta tecnológica?

1. Si

2. No

4. ¿Usted considera que el celular puede ser una distracción para el desarrollo de algunas actividades, por ejemplo: prestar atención en clase?

1. Si

2. No

5. ¿Usted apaga el celular cuando está en clase o en el trabajo?

1. Si
2. No

Usted está de acuerdo con que el celular debe usarse mientras:

6. Usted conduce un vehículo

1. En desacuerdo
2. Moderadamente de acuerdo
3. De acuerdo

7. Usted está comiendo

1. En desacuerdo
2. Moderadamente de acuerdo
3. De acuerdo

8. Usted está en clase

1. En desacuerdo
2. Moderadamente de acuerdo
3. de acuerdo

9. Usted está trabajando

1. En desacuerdo
2. Moderadamente de acuerdo
3. De acuerdo

Responda si usted ha usado el celular durante alguna de estas actividades por lo menos una vez

10. Al conducir

1. Si
2. No
3. No se conducir

11. Al trabajar

1. Si
2. No

12. Al estar en clase

1. Si
2. No

13. Al comer

1. Si
2. No

14. ¿Usted está de acuerdo con que el celular se puede usar para guardar cualquier tipo de información?

1. En desacuerdo
2. Moderadamente de acuerdo

3. De acuerdo

15. ¿Considera que el uso celular tiene algún efecto negativo?

1. En desacuerdo
2. Moderadamente de acuerdo
3. De acuerdo

16. Cuando usted está sin celular ¿Qué siente?

1. Miedo
2. Ansiedad
3. Inseguridad
4. Nada

17. ¿Usted sería capaz de pasar un día sin celular?

1. Si
2. No



## 7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. De la página de internet DeConceptos. Lee todo en: Concepto de adicción - Definición en DeConceptos.com <http://deconceptos.com/cienciasnaturales/adiccion#ixzz4LKU3LKeq>
2. De la página Psicobloga Blog de una licenciada en psicología Publicado el día Miércoles 17 de Julio de 2013 <http://psicobloga.blogspot.com.co/2013/07/diferencia-entre-adiccion-y-dependencia.html>
3. De la página del periódico El Tiempo, publicado el 22 de Septiembre de 2014 <http://app.eltiempo.com/tecnosfera/novedades-tecnologia/efectos-por-uso-excesivo-del-celular/14568660>
4. De la página últimahora.com, publicado el 15 de junio del 2014 <http://m.ultimahora.com/los-peligros-del-excesivo-uso-del-celular-n803718.html>
5. De la página El Tribuno, por Walter Neil Bühler, publicado el 3 de Febrero de 2016 <http://www.eltribuno.info/polemica-el-uso-del-celular-el-trabajo-n669804>
6. De la página Periódico El País publicado el 24 de junio de 2016, por Colprensa <http://www.elpais.com.co/elpais/colombia/noticias/uso-celulares-esta-afectando-rendimiento-academico-jovenes-dice-investigacion>

7. De la página del periódico El Espectador, publicado el 12 de Enero de 2016  
<http://www.elespectador.com/noticias/economia/crece-tanto-el-uso-de-telefonos-celulares-articulo-610170>
  
8. Publicado el 4 de Septiembre de 2011  
<http://malusodelatecnologiaysusconsecuencias.blogspot.com.co/2011/09/el-telefono-celular-un-buen-aliado-del.html>
  
9. De la página del periódico El Tiempo  
<http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-14708103>
  
10. <http://formared.blogspot.com.co/2011/05/ventajas-y-desventajas-del-uso-del.html>