



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA**

**LA NOMOFOBIA Y SU RELACIÓN EN LOS TRASTORNOS PSICOSOCIALES EN LOS
ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA
ELENA 2020**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
LICENCIADA EN ENFERMERÍA.**

AUTOR:

BACUSOY MUÑOZ JENNIFER RAQUEL

TUTORA:

LIC. ELSIE ANTONIETA SAAVEDRA ALVARADO, MSc

PERÍODO ACADÉMICO 2020-1

TRIBUNAL DE GRADO



Econ. Carlos Sáenz Ozaetta, Mgt
**DECANO DE LA FACULTAD
DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA
SALUD**




Lic. Alicia Cercado Mancera, PhD
**DIRECTORA DE LA CARRERA
DE ENFERMERÍA**



Ing. Juan Enrique Fariño Cortez, PhD
PROFESOR DE ÁREA



Lic. Elsie Saavedra Alvarado, MSc
TUTOR



Ab. Víctor Coronel Ortíz, Mgt.
SECRETARIO GENERAL (E)

La Libertad, 03 de septiembre del 2020

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de tutora del proyecto de investigación, titulado: **“LA NOMOFOBIA Y SU RELACIÓN EN LOS TRASTORNOS PSICOSOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA 2020.”**, elaborado por el Srta. **Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel**, estudiantes de la Carrera de Enfermería, Facultad de Ciencias Sociales y de la Salud, perteneciente a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del Título de **LICENCIADO/A EN ENFERMERÍA**, me permito declarar que luego de haber orientado, estudiado y revisado, **APRUEBO** en todas sus partes.

Atentamente.



The image shows a handwritten signature in blue ink. Below the signature, there is a printed name and the word 'IMPRIMIDA'.

Lic. Saavedra Alvarado Elsie Antonieta Mgs
TUTORA

AGRADECIMIENTO

A Dios por ser mi guía en esta meta, por permitirme tener salud, ser mi fuente de sabiduría y fortaleza, por no permitir que me rindiera a pesar de los obstáculos que se me presentaron en el camino. A mi familia, en especial a mis padres por apoyarme siempre en todo, por impulsarme a seguir mi camino y alcanzar el éxito, ustedes son mi mayor motivo por estar aquí cumpliendo este propósito de vida.

En especial a mi tía Cecilia Muñoz que a pesar de ya no estar conmigo, siempre me impulso a no desistir en conseguir esta meta, que Dios me daría fortaleza para no rendirme nunca, que no desista y siguiera con ese sueño que me había propuesto.

A la Lic. Elsie Saavedra Alvarado, Msc, tutora de mi proyecto de investigación, que me ha ayudado mucho impartíendome sus conocimientos, apoyándome en todo a lo largo de este proyecto. A la Universidad Estatal Península de Santa Elena, por abrirme las puertas para adquirir conocimientos científicos, ser una escuela de aprendizaje ético y moral, logrando luego aplicarlos en la vida profesional.

Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

DECLARACIÓN

El contenido del presente proyecto de graduación es de mi responsabilidad, el patrimonio intelectual del mismo pertenece únicamente a la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

A handwritten signature in blue ink that reads "Jennifer Bacusoy". The signature is written in a cursive style with a horizontal line underlining the name.

Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

C.I: 2450041047

ÍNDICE GENERAL

TRIBUNAL DE GRADO

APROBACIÓN DEL TUTOR

AGRADECIMIENTO

DECLARACIÓN

ÍNDICE GENERAL	I
RESUMEN	III
ABSTRACT	IV
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	3
1. El problema	3
1.1 Planteamiento del problema.....	3
1.2 Formulación del problema	5
2. Objetivos	5
2.1 Objetivo General	5
2.2 Objetivos Específicos.....	5
3. Justificación.....	6
CAPÍTULO II	7
2. Marco teórico	7
2.1 Marco referencial	7
2.2 Marco Teórico.....	9
2.3 Fundamentación de enfermería.....	15
2.4 Marco legal	17
2.5 Hipótesis, Variables y Operacionalización.....	18
2.7 Operacionalización de variables	19
CAPÍTULO III	23
3. Diseño Metodológico	23
3.1 Tipo de investigación.....	23
3.2 Métodos de investigación	23
3.3 Población y muestra	23
3.5 Técnicas de recolección de datos.....	24

3.6 Instrumento de recolección de datos.....	24
3.7 Aspectos éticos.....	24
CAPÍTULO IV	25
4. Presentación de resultados	25
4.1 Análisis e interpretación de los resultados.....	25
CONCLUSIONES	30
RECOMENDACIONES	31
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	32
ANEXOS	39

RESUMEN

La Nomofobia se define como un trastorno psicológico cuya característica es la dependencia desmedida al celular, ya que por medio de esta actividad los individuos permanecen distraídos y muy poco se relacionan con su entorno, lo cual conduce a varios factores psicosociales que deterioran la calidad de vida debido al uso inapropiado y exagerado de teléfonos inteligentes. El objetivo principal de este estudio fue determinar la relación que existe entre la nomofobia y los trastornos psicosociales en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena 2020. La metodología aplicada fue un estudio cuantitativo, de tipo descriptivo, correlacional, observacional-transversal. Se escogió una muestra de 201 estudiantes para realizar la investigación. La recolección de datos se realizó mediante la aplicación de una encuesta en modalidad virtual. Como resultado se obtuvo que un 54% de los estudiantes del primer a cuarto semestre respondieron que tienen una dependencia a su celular dando a entender que existe nomofobia en los estudiantes de la carrera de enfermería. Entre los trastornos psicosociales en relación a la nomofobia, los estudiantes manifestaron el 60% sienten ansiedad o nerviosismo cuando la batería de su celular se está agotando, Sin embargo, el 55% tienen problemas con sus familiares ya que se desconectan del entorno al momento de estar usando el móvil, lo que provoca los trastornos afectivos. Así mismo un 41% de los estudiantes encuestados pierden sus horas de sueño por utilizar su celular. En conclusión, existe nomofobia en los estudiantes de la carrera de enfermería, lo cual conlleva a tener insomnio, ansiedad, problemas afectivos que se relacionan con los trastornos psicosociales presentes en los estudiantes por la dependencia desmedida al celular.

Palabras claves: Nomofobia, uso del celular, trastornos psicosociales, adicción.

ABSTRACT

Nomophobia is the irrational fear of not being with the cell phone, since through this activity individuals remain distracted and very little relate to their environment, which leads to several psychosocial factors that deteriorate the quality of life due to inappropriate use and exaggerated smartphone. The main objective of this study was to determine the relationship between nomophobia and psychosocial disorders in Nursing students at the Santa Elena Peninsula State University. 2020. The study population was represented by 231 students from the first to the fourth semester of the nursing career, of which a sample of 201 students was chosen to carry out the research. The applied methodology was a quantitative, descriptive, observational-cross-sectional study. Data collection was carried out through the application of a virtual survey. As a result, it was obtained that 54% of students from the first to fourth semester responded that they sometimes have a dependence on their cell phone. Among the psychosocial disorders in relation to nomophobia, the students expressed 60% feel anxiety or nervousness when their cell phone battery is running low, 57% feel annoyed when they are with their cell phone and interrupt them. However, 55% have problems with their relatives since they disconnect from the environment when using the mobile. Likewise, 41% of the surveyed students lose their sleep hours by using their cell phone. In conclusion, there is nomophobia in nursing students, which leads to insomnia, depression, anxiety, affective problems that are related to psychosocial disorders present in students due to excessive dependence on cell phones.

Key words: Nomophobia; cell phone use; psychosocial disorders; addiction

INTRODUCCIÓN

La sociedad actual se ve influenciada por los cambios y los avances tecnológicos como el teléfono celular, día a día se observa como varias personas otorgan gran parte de su tiempo en usar sus móviles, en la mayoría su vista se mantiene fija en la pantalla olvidándose de lo que está a su alrededor. Según publicaciones periodísticas, los más propensos son los jóvenes de 18 a 24 años y las mujeres más que los hombres. (Gamboa, 2018)

A pesar de las ventajas y la popularidad de los teléfonos inteligentes, también pueden afectar negativamente el estilo de vida de las personas cuando el uso se vuelve excesivo y/o dependiente, la nomofobia puede tener efectos físicos, psicológicos, conductuales, sociales y afectivos (Gezgin, 2016) sin embargo, la dependencia al celular, está interfiriendo en varios aspectos de la vida cotidiana, alterando su comportamiento, que puede interferir en la vida de las personas y de los que la rodean.

Citando a Gaya, el tener la necesidad de mantenerse constantemente comunicado con el mundo a través del celular puede llegar a considerarse una adicción. Esta dependencia psicológica causa en algunos individuos la incapacidad para controlar o interrumpir el uso del móvil, viéndose reflejado en el día a día. Otros factores de tipo psicológico, que conducen a la nomofobia son la autoestima baja y poca capacidad de resolución de conflictos. (Peñaloza, 2016)

Los trastornos psicosociales a nivel mundial según la Organización Mundial de la Salud (OMS), considera los trastornos psicológicos y psicosociales como un problema de salud pública, pero frecuentemente son pasados por alto, debido a que no se les diagnostica ni se les brinda el trato adecuado.

En el Ecuador los trastornos psicosociales, según el Ministerio de Salud Pública (MSP), tiene como referencia la salud mental, generando diferentes síntomas como depresión, ansiedad, trastornos del sueño y el apoyo social familiar.

Según el autor Peñalosa, citando a Rascón (2014), manifiesta que entre otras afectaciones se encuentran aquellas de tipo fisiológicas. Pues la cantidad de movimientos repetitivos de las articulaciones que más se utilizan para la manipulación del celular afecta de manera significativa, ocasionando rigidez muscular y articular.

La posición que se adquiere al sentarse en una silla y permanecer en dicha postura por un periodo prolongado de tiempo trae consecuencias a mediano plazo, pues los dolores en partes del cuerpo como cuello y espalda empiezan a hacer estragos en las labores diarias del individuo. (Peñaloza, 2016)

El presente trabajo de investigación pretende que los estudiantes de la carrera de enfermería, entienda que el uso del celular no es malo, sino que el uso excesivo del mismo puede provocar daños psicosociales, llegando a dañar la relación familiar, laboral y social de la persona. A través de esta problemática se trata buscar que las personas hagan conciencia sobre los factores, causas y efectos que podría tener la Nomofobia ya que este es un trastorno comportamental, donde el ser humano se vuelve dependiente de su teléfono móvil y le cuesta desprenderse de él, viéndolo como un objeto muy valioso ya que guarda recuerdos, o datos muy importantes para la persona.

Esta investigación busca generar un espacio de concientización acerca de las consecuencias de la dependencia al celular y así evitar la aparición de los trastornos psicosociales.

CAPÍTULO I

1. El problema

La nomofobia y su relación en los trastornos psicosociales en los estudiantes de enfermería. Universidad Estatal Península de Santa Elena. 2020.

1.1 Planteamiento del problema

La Nomofobia se define como un trastorno psicológico es muy común en la actualidad cuya característica es la dependencia desmedida al teléfono móvil, por sus siglas en inglés “no-mobile-phone-phobia” que traducido al español “nomofobia” (Osio, 2014).

A nivel del Ecuador se nota que muchos usuarios no pueden estar sin el celular y sin saldo, por lo cual es necesario tratar este tipo de problema psicosocial, investigar que problemas ocasiona la tecnología celular, ya que este fue creado con el fin de mejorar la comunicación a grandes distancias. Claramente el uso del teléfono celular tiene muchas ventajas, pero el inconveniente se da cuando se abusa de este servicio, siendo este muy común en nuestro país a pesar de las condiciones económicas. En Ecuador en el 2017 el 90,6% de los habitantes poseen un celular, donde 9 de cada 10 hogares en el país poseen al menos un teléfono celular, 8,8 puntos más de lo que se registró en el 2012. En la provincia de Santa Elena el 53,4 % de la población tiene una línea celular activa en el año 2017. (Instituto Nacional de Estadísticas y Censo, 2017)

Podemos entender a la nomofobia como la dependencia al celular, ya que por medio de esta actividad los individuos permanecen distraídos y muy poco se relacionan con su entorno. Los nomofóbicos comienzan a sentir ansiedad, intranquilidad e inestabilidad emocional, cuando se encuentran en lugares donde no hay cobertura móvil o en el peor de los casos cuando han perdido su objeto tecnológico (Barrios-Borjas, 2017)

Por otra parte, también existen términos que científicos califican al miedo de no usar estos aparatos tecnológicos hasta el punto de temer estar sin un móvil al cual se ha catalogado como “Nomofilia”. (Áviles, 2017)

La aparición de cefaleas (dolores de cabeza), tener cuero cabelludo muy sensible o una molestia detrás del ojo, son signos de que estás haciendo un mal uso de los aparatos tecnológicos en especial del celular. Los expertos manifiestan que cada vez son mucho más comunes los casos de cefaleas relacionados con las tensiones en el cuello provocados por mala postura a la hora de mirar la pantalla del celular. (British Broadcasting Corporation, 2015)

Citando a Vera (2018) afirma que, “para que una persona presente esta adicción al celular móvil solo le basta ser una de tantas personas con problemas afectivos, con muchas dificultades para entablar conversación con los demás, o que estén en una época difícil de su vida”, lo que conlleva a encerrarse en el mundo virtual, huyendo de los problemas y evitando solucionarlos.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), considera los trastornos psicológicos y psicosociales como un problema de salud pública, pero frecuentemente son pasados por alto, no se les diagnostica ni se les brinda el trato adecuado.

Los trastornos psicosociales tienen como referencia la salud mental que opta cada persona referente a esta patología generando diferentes síntomas como depresión, ansiedad, insomnio, irritabilidad, entre los aspectos físicos presentan dolores de cabeza, dolor en mano y tensiones en el cuello. Es importante reconocer que los trastornos psicosociales afectan a la población sin distinción de género, edad o nivel sociocultural. (Contreras, 2017)

Los trastornos psicosociales que trae consigo la nomofobia son los trastornos de ansiedad, ya que al no tener el celular cerca manifiestan sentir nerviosismo e inquietud. También el insomnio, debido a que, al no apagar el celular por la noche, se siguen contestando los mensajes, a la hora que sea, así interrumpiendo el ciclo natural del sueño. (Ureña & Vilcacundo, 2017).

Según De la Orden (2018), manifiesta que, dormir a deshoras fruto de esta adicción provoca cambios en el carácter relacionados con la irritabilidad y también físicos asociados al cansancio por un descanso irregular. (Carlos De la Orden, 2018)

En las aulas de la Facultad de Enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, se puede desarrollar fácilmente este tipo de tema, porque es una realidad que a diario se puede notar, la mayoría de los estudiantes centran su atención en su celular, ya que el celular es una constante que los estudiantes usan, les basta con tener segundos de libertad

para sacar el celular y simplemente prenderlo para saber la hora, revisar si le ha llegado algún mensaje en sus redes sociales, pero hay otros casos que ni los sueltan y pasan todo el tiempo con el celular en la mano. Los trastornos psicosociales que trae consigo la nomofobia que se pueden observar con mayor frecuencia son ansiedad, trastornos del sueño, problemas afectivos, que pueden llegar a estar relacionados con la dependencia al celular. (Gonçalves, 2020).

1.2 Formulación del problema

En base a lo anteriormente expresado se enuncia el siguiente problema: ¿Cuál es la relación que existe entre la nomofobia y los trastornos psicosociales en los estudiantes de enfermería. Universidad Estatal Península de Santa Elena 2020?

Objeto de estudio

Nomofobia en los estudiantes de enfermería

Campo de acción

Carrera de enfermería de la Facultad de ciencias sociales y de la salud de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE).

2. Objetivos

2.1 Objetivo General

- Determinar la relación que existe entre la nomofobia y los trastornos psicosociales en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena 2020

2.2 Objetivos Específicos

- Identificar la incidencia de nomofobia en los estudiantes de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.
- Describir las consecuencias de la nomofobia en los estudiantes de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.
- Analizar la relación que existe entre la nomofobia y los trastornos psicosociales en los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

3 Justificación

La presente investigación realizada en la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, pretende conocer si los estudiantes están adquiriendo hábitos adictivos hacia el celular y saber de qué manera está afectando en su salud. La cual requiere una atención significativa para enfrentar problemáticas recientes como los trastornos de ansiedad, trastornos del sueño (insomnio) y depresión, en la cual la dependencia y el uso inadecuado del dispositivo móvil podría repercutir en la calidad de vida del estudiante.

La nomofobia es considerada una adicción comportamental. Mediante esta investigación se pretende saber si existe Nomofobia en los estudiantes de enfermería, así como se relaciona con los trastornos psicosociales. Según varios estudios nacionales e internacionales, la nomofobia ocasiona consecuencias en la parte psicológica tales como ansiedad, depresión, disminuye la comunicación y aísla al individuo de las otras personas. Desde el punto de vista físico, puede traer alteraciones en las muñecas, la tendinitis, dolor de cuello debido a la inadecuada posición, entre las consecuencias biológicas se puede evidenciar desgaste visual, disminución del ciclo del sueño, mareos, enrojecimiento de los ojos, entre otros. (Denis, 2017)

El identificar los trastornos psicosociales que trae consigo la nomofobia se puede observar con mayor frecuencia son ansiedad, nerviosismo, temblores, sudoración, entre otros, que pueden llegar a estar relacionados con la dependencia al celular. (Gonçalves, 2020) En particular, los trastornos afectivos (depresión, aislamiento), la ansiedad y los trastornos del sueño son muy frecuentes.

La importancia y contenido de este trabajo radica en que se dé a conocer mediante esta investigación la importancia del conocimiento y entendimiento de la percepción sobre como la nomofobia se relaciona con los trastornos psicosociales, identificando si existe la nomofobia, los síntomas que se presentan en esta enfermedad y su relación en los factores psicosociales que se manifiestan frente a esta problemática.

En vista, de los distintos aspectos mencionados, esta investigación es un gran aporte que busca contribuir no solo a mejorar la calidad de vida de las estudiantes, sino que busca generar un espacio de concientización acerca de las consecuencias de la dependencia al celular (nomofobia) y evitar la aparición de los trastornos psicosociales.

CAPÍTULO II

2. Marco teórico

2.1 Marco referencial

De acuerdo con (Aker, Sahin, Sezgin, & Oguz, 2017), realizaron un estudio transversal sobre: Factores psicosociales que afectan la adicción a los teléfonos inteligentes en estudiantes universitarios.

El estudio se realizó entre estudiantes de la Facultad de Salud Samsun de la Universidad Ondokuz Mayıs (Samsun, Turquía) entre octubre y diciembre de 2015. Con el fin de evaluar los factores psicosociales que afectan la adicción a los teléfonos inteligentes en estudiantes universitarios. Se incluyeron cuatrocientos noventa y cuatro estudiantes que poseían teléfonos inteligentes y que aceptaron participar. A través de la encuesta que se realizó el 64.7% de los estudiantes fueron significativamente altos. El análisis reveló que la depresión, la ansiedad y el insomnio, y el apoyo social familiar, estadísticamente, predijeron significativamente la adicción a los teléfonos inteligentes. (pág. 215-219).

Otro estudio realizado en Corea del Sur por (Jeong & Oh, 2020) realizaron una investigación sobre: Patrón de uso de teléfonos inteligentes y factores psicosociales que controlan la dependencia excesiva de teléfonos inteligentes en mujeres de mediana edad.

Los estudios sugieren que la prevalencia de la dependencia excesiva de los teléfonos inteligentes ha aumentado en las personas de mediana edad; sin embargo, se sabe poco sobre los factores que pueden influir en la dependencia excesiva de los teléfonos inteligentes entre las mujeres de mediana edad. Este estudio tuvo valor como primer paso para examinar la dependencia excesiva de los teléfonos inteligentes y sus factores predictivos psicosociales entre las mujeres de mediana edad. (pág. 39-46)

Además, en un estudio realizado en Taiwán se describen algunas características psicosociales que pueden tener las personas que padecen de nomofobia, menciona que la depresión y las emociones negativas (agresividad) son el resultado de la adicción al celular. También en una encuesta realizada por Stewart Fox Mills en Gran Bretaña, el 77% de los jóvenes presentan ansiedad y nerviosismo al no tener su móvil a la mano. (Puga Solbas, Benavente Velázquez, & Sedeño Ri, 2016)

Según Muñoz en el artículo titulado Atados al celular, modernidad que trajo a la nomofobia, aparece en la página de internet titulada Prensa libre, manifiesta que “si usted es

una de las personas que consulta el teléfono móvil cada cierto tiempo y si lo olvida o se queda sin batería experimenta una serie de sensaciones como ansiedad, angustia, mal humor, falta de concentración e incluso malestar físico, puede que padezca de nomofobia.” (Muñoz G. , 2016), esto conlleva a que presente un problema psicosocial, puesto que el depender de su celular móvil los convierte en esclavos de la tecnología, debido a que hoy en día hay muchas personas que por estar pendientes de su celular pierden sus horas de sueño, le afecta en la concentración y aprendizaje, también los excluye del ámbito social, ya no interactúan con las personas, viven en su mundo virtual sin darse cuenta que presentan esta adicción con más frecuencia.

Un estudio realizado por Denis, Barradas y Delgadillo (2017), en su artículo “Alteraciones psicosociales y agresividad en individuos con dependencia al teléfono móvil”, menciona que la dependencia al teléfono móvil se ha relacionado con trastornos de ansiedad, alteraciones del sueño y trastornos depresivos. (Denis, 2017)

En este estudio realizado por Demirci, Akgönül y Akpınar, llevaron a cabo un estudio sobre: Relationship of Smartphone Use Severity with Sleep Quality, Depression, and Anxiety in University Students o Relación de la severidad del uso de teléfonos inteligentes con la calidad del sueño, la depresión y la ansiedad en estudiantes universitarios, el cual tuvo como finalidad el investigar la relación entre la gravedad del uso de teléfonos inteligentes y la calidad del sueño, la depresión y la ansiedad en estudiantes universitarios. Dando como resultado que el 39.8% tenían un nivel alto de dependencia a su celular móvil, y que se relacionaba con los trastornos del sueño, ansiedad y depresión. (Demerci, Akgönül, & Akpınar, 2015)

Otro estudio que es de interés es “Características psicológicas relacionado a nomofobia en estudiantes del centro pre universitario de la Universidad Tecnológica de los Andes – Andahuaylas, enero – marzo 2017” por Jessica Gamboa en el 2018. Según esta autora, en las entrevistas realizadas a los estudiantes de ambos géneros del Centro Pre Universitario, se pudo evidenciar que la incidencia de nomofobia es alta, las cuales relaciona con la baja autoestima y la personalidad extrovertida, lo cual conlleva a la dependencia del móvil. (Gamboa, 2018)

Según Denis, Barradas y Delgadillo, citando a Augner, menciona que en diversos estudios “han intentado vincular al uso desmedido de los teléfonos móviles con la aparición de síntomas y síndromes psicosociales (...).” Cabe mencionar que entre las preocupaciones más importantes está el hecho que la mayor parte de las personas con nomofobia son adolescentes, que constituyen una población emocionalmente cambiante.

Según Ángela María Orozco-Gómez, y Lucía Castiblanco en sus escritos relatan que los trastornos psicosociales son considerados para el Ministerio de Salud Pública como salud mental y se una hace referencia de cómo estos han sido tratados con poca importancia y nos demuestra los diferentes síntomas del agravamiento. Tomando en consideración lo mencionado por los autores se puede decir que en nuestro estudio los factores psicosociales son muy evidentes la ansiedad, los trastornos del sueño y los problemas familiares. (Orozco & Castiblanco, 2015)

2.2 Marco Teórico

Nomofobia

Citando a King, Valenca, y Nardi se refieren a la nomofobia como “un temor a convertirse tecnológicamente incomunicado, distante del teléfono móvil o no conectado a la web” (p.58), es decir que las personas al agotarse la batería, al salir de casa sin el celular, quedarse sin cobertura o cuando se les extravía o pierde el celular, sienten una gran ansiedad, sienten un miedo irracional por no saber lo que los demás hacen. (King, et, al., 2014)

La nomofobia es conocida como “la enfermedad del siglo XXI”, la cual tuvo su origen en Inglaterra y se deriva de la expresión “No hay fobia móvil” (Osio, 2014), esta expresión se refiere a un desorden psicológico muy común en nuestros días, puesto que consiste en la dependencia desmedida al teléfono móvil; llamado de esta forma por sus siglas en inglés “no-mobile-phonophobia” o traducido al español “nomofobia”. (Johnson, 2019) La persona nomofóbica enloquece ante la idea de no poder contactar con alguna persona en cualquier momento en el cual se encuentre.

Un estudio reveló que la patología se identificó por primera vez en el gobierno británico en 2008 y los expertos señalan que quienes la padecen experimentan una gran ansiedad cuando se encuentran en circunstancias tales como: pérdida de celular, batería o crédito agotado y falta de señal. (Infobae, 2020)

También podemos entender a la nomofobia como la dependencia de los aparatos tecnológicos y en especial el celular, ya que por medio de esta actividad los individuos permanecen distraídos y muy poco se relacionan con su entorno. Sin embargo, también existen otros términos que científicos califican al miedo de no usar este tipo de aparatos tecnológicos hasta el punto de temer estar sin un móvil al cual han catalogado como Nomofilia. (Avilés, 2017)

Para Van Deursen, Bolle, Hegner y Kommers (2015) la dependencia a los teléfonos móviles llamada nomofobia ocurre debido a que los móviles inteligentes ofrecen muchas experiencias entretenidas que normalmente actúan como recompensas, lo cual aumenta la oportunidad de que el uso normal se convierta en un uso habitual, desencadenado por estímulos internos y externos. (pág. 411-420)

Según Mendoza y los Baena Castro (2015), señala que mediante estudios realizados se ha logrado detectar que las personas que más vulnerables a tener esta enfermedad son los jóvenes de 18 a 34 años, seguido por los adultos mayores de 55 años, el salir sin el celular provoca problemas de concentración, ansiedad, agresividad y en mayor medida preocupación. Las personas que por más de 3 horas al día utilizan el móvil, tienen un grado mayor de sufrir esta patología, en si ellos revisan más de 34 veces al día su celular.

Citando a Fisher, Bribiesca y Chávez (2015) afirman que, debido a la dependencia al celular, las personas han sido descuidadas, a menudo olvidan realizar las actividades diarias y necesarias, como leer, estudiar, dormir, comer, hablar con otras personas, o concentrarse mientras camina o conduce. El uso y la dependencia al celular tienen un impacto negativo en la salud y en el bienestar.

Características de la nomofobia

Bragazzi y Del Puente (2014) manifiestan la existencia de algunas características que presentan las personas nomofóbicas, entre ellas se encuentran el usar el celular frecuentemente, no apagar el móvil en ninguna hora del día incluso dormir con el aparato móvil encendido, revisar constantemente el celular para ver si no le ha llegado algún mensaje o notificación de la red social, preferir tener contacto vía virtual y no socializar con las personas de manera directa y lo que más afecta es en lo económico ya que gastan dinero en mantener con saldo su celular.

Sin embargo, existen otras características como “la baja autoestima, comportamientos sociales inapropiados, el miedo a relacionarse, ansiedad social, la falta de confianza en sí mismo, timidez, baja proactividad, aislamiento social, baja capacidad de afrontamiento, bajo sentido de autoeficacia, relaciones afectivas y sociales. Parece estar relacionado con esta dependencia, que puede conducir a varios deterioros en la calidad de vida debido al uso inapropiado y exagerado de teléfonos inteligentes” (Silva, Mendes, Lopes, & Da Silva, 2017)

En el año 2015 en una entrevista realizada a Oscar de la Cruz Rodríguez manifiesta que “Es un poco más común el presentar la nomofobia en el sexo femenino debido a la estructura cerebral que tienen, es decir les es más fácil el poder comunicarse, también tienen más capacidades para establecer relaciones afectivas que los hombres” (Montijo, 2015)

Síntomas

“Sentir que el celular vibra cuando ni siquiera lo tiene cerca, estar "estresado" porque se quedó sin batería o perdió la señal son algunos de los síntomas de esta nueva patología que va en ascenso” (Infobae, 2020) es importante recalcar que las personas que presentan estos síntomas están en una etapa que puede ser perjudicial tanto para su estado de salud como para su familia, debido a que no son personas estables psicológicamente.

Para Osio Flores, et al. (2014), entre los síntomas que presentan las personas nomofóbicas son sensación de ansiedad, depresión, pánico, taquicardia, sudoración y hasta problemas de insomnio. Estos síntomas se relacionan entre sí, y lo sufren la mayoría de las

personas que usan los celulares móviles, el quedarse sin acceso a este dispositivo, no tener internet, en si no pueden dejar de estar conectados lo cual llega a generar los distintos tipos de síntomas antes mencionados. (Vilcacundo, 2017)

Las personas que sufren nomofobia, normalmente tratan de estar en lugares y situaciones en las que no le esté permitido el uso del dispositivo móvil (como un avión, restaurantes, teatros y cines).

Consecuencias

Es demostrado que el uso excesivo del celular puede causar alteraciones psicosociales debido al tiempo exagerado que se le otorga al utilizar este dispositivo.

Según en un portal sobre las consecuencias físicas de abusar del móvil, manifiesta que existen consecuencias tales como tinnitus, esto se debe a la utilización del celular por más de 10 minutos lo cual aumenta en gran porcentaje de contraer esta enfermedad, dolor y rigidez en las manos y dedos, es otra de las consecuencias que puede afectar el hecho de pasar muchas horas con el teléfono celular, dolor en el cuello, dolor de cabeza que genera sensación de mareo que puede acompañarse por presión en los oídos y ojos. (Anónimo, 2020)

Según la especialista optometrista, Isabel Yuste afirmó en un artículo publicado por el diario ABC de España que el estar mirando periódicamente la pantalla de los celulares provoca que el ojo no pueda hacer el número de parpadeos promedio por minuto para mantenerlo humedecido, lo cual provoca fatiga, estrés visual, también puede causar la muerte prematura de las células de la retina, de ahí es donde se observa el enrojecimiento ocular que es común en personas que usan excesivamente este aparato electrónico. (Vanguardia, 2017)

Entre las consecuencias sociales, la falta de autoestima y la inseguridad personal, es otro efecto de la nomofobia, esto conlleva a las personas a refugiarse en su mundo virtual, huyendo de los problemas y evitando solucionarlos. La nomofobia afecta en las relaciones afectivas (noviazgo, matrimonio, familia, amistad, relaciones con los demás), ya que no permite una comunicación positiva, puesto que una o ambas partes involucradas presentan más atención al celular.

Otra consecuencia de ser nomofóbicos es que, al dedicarle mucho tiempo al celular, se les resta tiempo a otras actividades. En el caso de los universitarios, el prestar atención demasiado tiempo al celular llega a afectar su rendimiento académico, ya que ponen como prioridad el uso del celular, además, si le sumamos que no duermen bien por estar con el celular en la mano, al día siguiente no podrán concentrarse y estarán cansados. (Vilcacundo, 2017).

Tratamiento

Para que una persona nomofóbica pueda superar su adicción, en primera instancia, el afectado tiene que aceptar que tiene un problema al concebir un miedo irracional al no llevar la mano su teléfono móvil. El segundo paso a trabajar con el paciente consiste en afrontar de forma aislada las sensaciones negativas derivadas de este síndrome, como pueden ser las crisis de pánico, la ansiedad y evitar usar el celular cuando no sea necesario.

Brenda K. Wiederhold, editora de *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, manifiesta que los que sufren de nomofobia podrían beneficiarse de la terapia de exposición. Este es un método común para tratar los trastornos de ansiedad, en donde el paciente está expuesto a aquello que le causa miedo. “La terapia de exposición, en este caso, apagar la tecnología periódicamente, puede enseñar a los individuos a reducir la ansiedad y sentirse cómodos con períodos de desconexión” (Corona, 2018)

La nomofobia es un trastorno de ansiedad, y como tal, debe ser tratada por un profesional de la salud. Se recomienda la terapia cognitivo- conductual, debido a que tiene relación con la modificación de la conducta.

Prevención

La mejor manera de prevenir esta adicción y que aparezcan síndromes psicosociales es aprender a utilizar correctamente el celular. Algunas acciones que puedes hacer son:

- Algunas cosas que puedes hacer son:
- Mientras duermas apaga tu celular, así evitas que interfiera en tus horas de sueño.
- Fíjate un tiempo límite para usar el celular, disminuyendo progresivamente el tiempo de uso.
- Dedicar tu tiempo a actividades que no incluyan el celular, como leer un libro, arreglar tu cuarto, ayudar a tu mamá en alguna actividad en casa, entre otras cosas.
- Prioriza pasar tiempo con tu familia, dejando de lado el aparato tecnológico.
- Sal con tus amigos a divertirte, interactúa más con ellos.

Trastornos Psicosociales

Un Trastorno Psicosocial es una enfermedad mental causada o influenciada por experiencias de la vida, así como procesos cognitivos y conductuales inadaptados. El término psicosocial se refiere a los factores psicológicos y sociales que influyen en la salud mental. Las influencias sociales como la presión de los compañeros, el apoyo de los padres, los antecedentes culturales y religiosos, el nivel socioeconómico y las relaciones interpersonales ayudan a dar forma a la personalidad e influir en la composición psicológica.

Los síntomas observados con más frecuencia en estas situaciones son ansiedad, nerviosismo, temblores, sudoración, entre otros, que pueden llegar a estar relacionados con la imposibilidad de usar el teléfono inteligente de forma inmediata. (Gonçalves, 2020) En particular, la ansiedad, depresión, los trastornos del sueño y los problemas familiares son muy frecuentes.

La Nomofobia y los trastornos psicosociales

Los trastornos psicosociales que trae consigo la nomofobia es el insomnio, debido a que, al no apagar el celular por la noche, se siguen contestando los mensajes, a la hora que sea, así interrumpiendo el ciclo natural del sueño. (Vilcacundo, 2017) Según Roberts, et al, (2014) en un estudio realizado en una Universidad de Texas, encontraron que los estudiantes universitarios pasaban casi 9 horas diarias en sus teléfonos celulares, provocando así una dependencia desmedida provocando la aparición de esta patología llamada nomofobia.

Como se ha podido observar la nomofobia afecta a las relaciones interpersonales, lo cual puede ocasionar la aparición de sentimientos de tristeza, culpa y frustración. Por otro lado, la ansiedad, la irritabilidad y el insomnio en conjunto puede ocasionar un trastorno de ansiedad.

La nomofobia ha sido relacionada con los trastornos de ansiedad y alteraciones del sueño. En un estudio realizado a estudiantes europeos, todos en edad universitaria, la prevalencia de los síntomas de ansiedad fue 29% en aquellos con dependencia al móvil. (Denis, 2017). Sin embargo, en un estudio realizado a estudiantes asiáticos, la frecuencia de trastornos del sueño fue 61.7%, la cual ha sido vinculados con la dependencia al teléfono móvil. (Demirci, Akgönül, & Akpina, 2015).

2.3 Fundamentación de enfermería.

El cuidado de enfermería se encuentra basado en un marco teórico - conceptual el cual nos permite individualizar y jerarquizar las necesidades del cuidado del paciente. El cuidado de enfermería considera las necesidades individuales de cada usuario, e incluye a aquellos que por voluntad o capacidad no pueden mantener su salud por sí mismos.

En la presente investigación se considera como base teórica de enfermería de Hildegart Peplau-enfermería psicodinámica, esta intenta entender la conducta de uno mismo para ayudar a los demás, el que identifiquen sus dificultades e intentar aplicar los principios de las relaciones humanas a los problemas que emergen de todos los niveles de la experiencia. (Mastrapa & Lamadrid, 2016)

2.4.1 Hildegart Peplau Enfermería psicodinámica.

“Hildegart Peplau fue considerada como la enfermera del siglo y también como madre de la enfermería psiquiátrica, debido a los notables aportes teóricos que dejó en la medicina. Según Peplau, la relación entre paciente y enfermero se da en cuatro fases que tienen como objetivo el desarrollo personal de ambos en diferentes entornos”. (Cajal, 2020)

1ra fase: Orientación: En esta fase el paciente tiene una necesidad, buscando la ayuda del profesional de salud. La enfermera apoya al paciente a reconocer su problema y a determinar su necesidad de cuidado. (Sierra, 2014)

2da fase: Identificación: El paciente se identifica con los profesionales que le ayudaran. La enfermera permite que el paciente exprese sus sentimientos con la finalidad de ayudar al paciente a superar la enfermedad como experiencia que reorienta sus sentimientos, intensifica sus fuerzas positivas en su personalidad y ofrece la necesidad necesaria.

3ra fase: Exploración: El paciente en esta etapa va a intentar derivar un valor completo de lo que se le ofrece como relación. La enfermera propone nuevas metas para superar con su esfuerzo personal y transferencias de poder de la enfermera al paciente, a medida que éste retrasa su gratificación para alcanzar metas nuevamente propuestas.

4ta fase: Resolución: En esta fase el paciente va olvidando sus viejas metas y va adoptando nuevas metas. En esta fase el paciente se libera de la identificación con la enfermera.

2.4 Marco legal

La presente investigación se fundamenta en la Constitución de la República del Ecuador.

CONSTITUCIÓN DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR

La Salud en la Nueva Constitución

Sección séptima, Salud

Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir.

El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional.

Título II Derechos

Capítulo Segundo Derechos del buen vivir; Sección quinta Educación

Art. 26.- “La educación es un derecho de las personas a lo largo de su vida y un deber ineludible e inexcusable del Estado. Constituye un área prioritaria de la política pública y de la inversión estatal, garantía de la igualdad e inclusión social y condición indispensable para el buen vivir. Las personas, las familias y la sociedad tienen el derecho y la responsabilidad de participar en el proceso educativo.” (Constitucion de la Republica del Ecuador, 2008)

El Estado está en toda la obligación de brindarle a todo ciudadano ecuatoriano una educación de primer nivel, garantizándoles igualdad de condición sin ninguna discriminación, para que puedan ejercer con responsabilidad social el plan del buen vivir.

Sección II Derechos de igualdad e interculturalidad

Art. 35.- “Derecho al acceso universal a las tecnologías de la información y comunicación. Todas las personas tienen derecho a acceder, capacitarse y usar las tecnologías de información y comunicación para potenciar el disfrute de sus derechos y oportunidades de desarrollo.”

LEY ORGÁNICA DE SALUD (2015)

CAPÍTULO I Del derecho a la salud y su protección

Art. 3.- La salud es el completo estado de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Es un derecho humano inalienable, indivisible, irrenunciable e intransigible, cuya protección y garantía es responsabilidad primordial del Estado; y, el resultado de un proceso colectivo de interacción donde Estado, sociedad, familia e individuos convergen para la construcción de ambientes, entornos y estilos de vida saludables. (Ley Orgánica de la Salud, 2015)

2.5 Variables y Operacionalización

2.5.1 Identificación y clasificación de las variables

Variable independiente: Factores psicosociales

Variable dependiente: Nomofobia en los estudiantes de la carrera de enfermería.

2.6 Operacionalización de variables

Tabla 1:

Variable Independiente

Independiente: Factores psicosociales

Variable	Definición	Dimensiones	Indicador	Instrumento
FACTORES PSICOSOCIALES	Un Trastorno Psicosocial es una enfermedad mental causada o influenciada por experiencias de la vida, así como procesos cognitivos y conductuales inadaptados.	Perdida de sueño por utilizar tu celular	- Sí - No - Algunas veces	Encuesta
		Problemas sociales por usar tu celular, con quién	- Amigos - Familia - Maestros - Pareja - Todos los anteriores	
		Te pones molesto o agresivo cuando te interrumpen	- Sí - No - Algunas veces	
		Cuando no encuentras tu celular, te pones irritable	- Sí	

Sientes ansiedad o
nerviosismo

- No
 - Algunas veces
 - Sí
 - No
 - Algunas veces
-

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Tabla 2:*Variable Independiente***Dependiente:** Nomofobia

Variable	Definición	Dimensiones	Indicador	Instrumento
Nomofobia	Se define Nomofobia a un trastorno psicológico muy común en la actualidad cuya característica es la dependencia desmedida al teléfono móvil, por sus siglas en inglés " no-mobile-phonophobia " que traducido al español " nomofobia "	<p>Uso del teléfono celular.</p> <p>Tiempo que utiliza el celular.</p> <p>Frecuencia en que miras el celular.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Realizar o recibir llamadas - Chatear en redes sociales - Buscar información - Escuchar música - Jugar - Hacer fotos o grabar videos - Ver Netflix - Todas las anteriores <ul style="list-style-type: none"> - 1 hora - 3 horas - Mas de 6 horas - Todo el tiempo <ul style="list-style-type: none"> - Constantemente - Cada 5 minutos - Cada 10-15 minutos - Cada 30 minutos 	Encuesta

Dependencia del celular	Si No Algunas veces
Presencia de síntomas por uso del celular	- Vista cansada - Aislamiento - Ansiedad - Dolor en manos o dedos - Cefalea (dolor de cabeza) - Irritabilidad - Dolor de cuello - Todas las anteriores

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

CAPÍTULO III

3. Diseño Metodológico

3.1 Tipo de investigación

En el estudio transversal se utiliza una determinada muestra de la población, en el, se estudia una variable mediante un único contacto, una encuesta, una opinión o un cuestionario. Esta variable es única y no cambia a lo largo del estudio. La cual permite manifestar las diversas situaciones que planteamos en la problemática del estudio, de la misma manera pretende recoger información de una manera autónoma. (Málaga, 2015)

Es descriptivo porque permitirá describir la nomofobia y su relación en los trastornos psicosociales en los estudiantes de la carrera de enfermería. Universidad Estatal Península de Santa Elena. Los estudios descriptivos detallan la realidad de situaciones y personas que se pretende analizar. Para saber si el objeto de estudio es de relevancia, para obtener datos estadísticos para la realización de otros estudios de caso y para informar sobre la situación actual del problema.

Es correlacional según (Sampieri, 2018) este diseño de investigación describe relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado, es decir que existe una relación de causa-efecto.

3.2 Métodos de investigación

El enfoque de la presente investigación es de tipo cuantitativo puesto que cuantifica a un fenómeno, da valores numéricos porcentuales, realizando análisis estadísticos de los resultados obtenidos. Los resultados obtenidos se presentaron en gráficos, tablas, porcentajes. (Hernandez, 2016).

3.3 Población y muestra

La población de este proyecto de investigación lo constituyeron 231 estudiantes pertenecientes de primero a cuarto semestre de la carrera de enfermería, usando un muestreo no probabilístico por conveniencia donde se plantean los siguientes criterios de inclusión y exclusión para la selección de la misma. (Arias, Villasís, & Miranda, 2016). La muestra quedó constituida por de 201 estudiantes matriculados en la carrera de enfermería de primer a cuarto semestre del presente período académico.

Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión

- Todos los estudiantes que estén matriculados en la carrera de enfermería de primero a cuarto semestre.
- Estudiantes de ambos sexos.

Criterios de exclusión

- Estudiantes de otras carreras.
- Personas con problemas de ansiedad, síndrome bipolar.
- Estudiantes que estén cursando quinto, sexto semestre, homologando, y año de internado rotativo.

3.5 Técnicas de recolección de datos

El instrumento para esta investigación es la aplicación de una encuesta de manera digital por la plataforma Google-forms, la cual recolectó información de los sujetos de estudio, información que fue proporcionada por ellos mismos, dicha encuesta consistió en una serie de preguntas, recopilando información de una muestra ya antes seleccionada a fin de obtener datos estadísticos sobre datos de los estudiantes, uso del celular, tiempo de uso, dependencia al celular, síntomas relacionados a trastornos psicosociales, entre otros.

3.6 Instrumento de recolección de datos

Para la recolección de datos se utilizó una encuesta sobre la nomofobia, validada por el departamento de psicología de la Universidad de Azuay. Con la finalidad de identificar aquellos estudiantes que padecen de nomofobia, así como las consecuencias psicosociales que presentan, también el relacionar a la nomofobia y la aparición de los trastornos psicosociales. Dicha encuesta ha sido adaptada para esta investigación. Se utilizó el software Microsoft Excel para la tabulación de los datos estadísticos obtenidos para realizar su respectivo análisis.

3.7 Aspectos éticos

Para llevar a cabo esta investigación fue necesario solicitar el permiso respectivo a las autoridades de la Carrera de enfermería, una vez aprobada la autorización para poder aplicar las encuestas, se puso en práctica la aplicación de las mismas, mediante los objetivos planteados al inicio de la investigación

CAPÍTULO IV

4. Presentación de resultados

4.1 Análisis e interpretación de los resultados

Una vez que se han obtenido los resultados de la encuesta aplicada a los estudiantes de primer a cuarto semestre de la carrera de enfermería, se procedió a realizar el análisis e interpretación de los resultados obtenidos, y así mismo realizar los cuadros estadísticos.

Para el alcance del primer objetivo específico: identificar la incidencia de nomofobia en los estudiantes de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Se escogieron 4 preguntas para tener una idea sobre el tema de investigación. Son indicadores de dependencia.

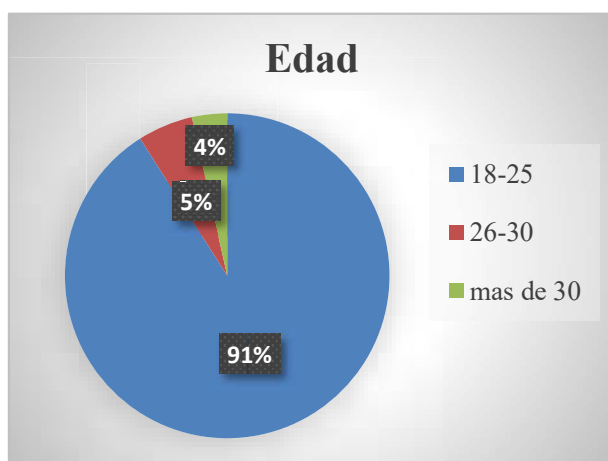


Gráfico 1: Edad

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Se puede evidenciar en el gráfico 1 que el 91% de los estudiantes encuestados tienen un rango de edad entre 18-25 años, el 5% está entre 26-30 años y un 4% más de 30 años, confirmando lo que, mediante estudios realizados, citando a Mendoza, señalo que lograron detectar que las personas más vulnerables a tener esta enfermedad son los jóvenes de 18 a 34 años.

En el gráfico 2, refleja que los estudiantes de enfermería manifestaron que en un 54% algunas veces sienten una dependencia a su teléfono celular, mientras que un 34% manifestaron que no sienten dicha dependencia y solo un 12% afirmaron que si dependen de su teléfono celular. Esto determina que existe una incidencia de nomofobia en los estudiantes de enfermería.

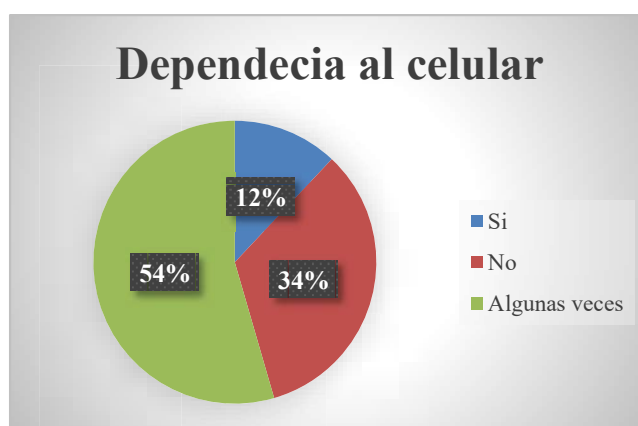


Gráfico 2: Dependencia al celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

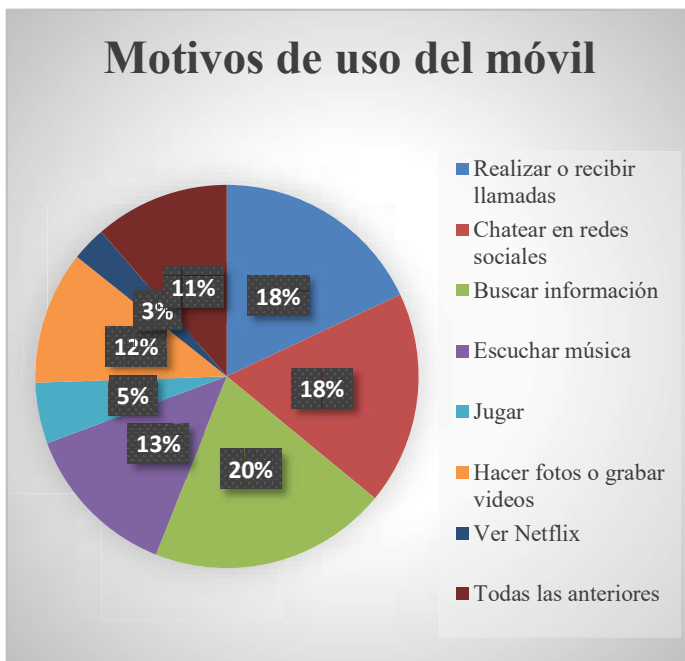


Gráfico 3: Motivos de uso del móvil
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Otro indicador de dependencia, se puede evidenciar en el gráfico 3, que el 20% de los estudiantes encuestados, manifiestan que el principal uso del teléfono móvil es para buscar información, el 18% respondieron que utilizan para realizar o recibir llamadas, así como el chatear en redes sociales; un 13% para escuchar música, un 12% señala que usa el celular para hacer fotos o grabar videos, mientras un 11% manifestó que utilizan el celular para todas las actividades anteriores. Sin

embargo, se puede observar que el uso excesivo del celular es muy palpable, ya que justifican que el uso excesivo se debe a las tareas académicas o estar comunicados con sus familiares. También mediante los resultados obtenidos de las encuestas realizadas, en el gráfico 4 reflejan que el 49% de los estudiantes encuestados dedican más de 6 horas diarias para el uso diario del celular, un 31% dedican un tiempo de 3 horas diarias, mientras que un 16% utilizan todo el tiempo el celular. Lo cual citando a Gutiérrez (2016) manifiesta que el usar el celular por más de 10 minutos aumenta el porcentaje de tener nomofobia y desarrollar complicaciones físicas, biológicas y sociales.

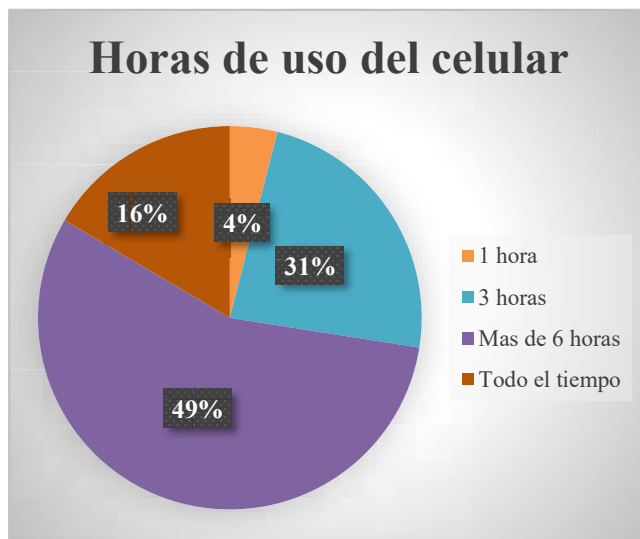


Gráfico 4: Horas de uso del celular
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

En relación con el cumplimiento del segundo objetivo específico consiste en describir las consecuencias de la nomofobia en los estudiantes de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, se escogieron 3 preguntas que indican como la presencia de nomofobia puede causar alteraciones psicosociales.

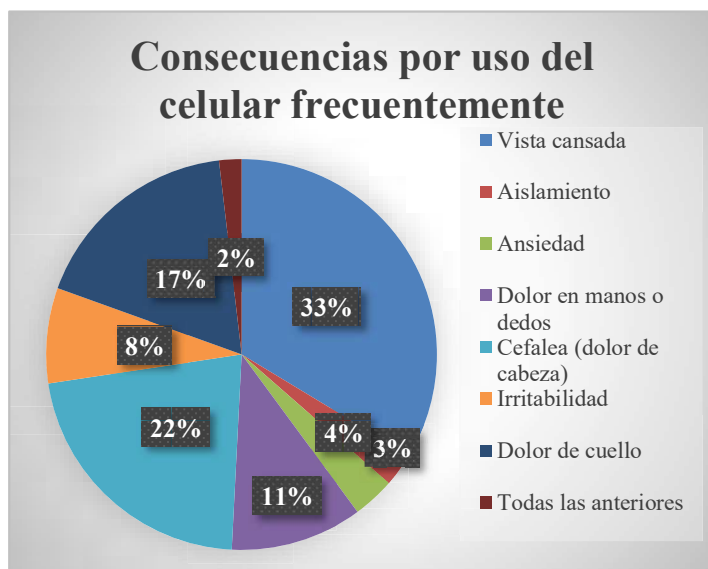


Gráfico 5: Consecuencias por uso del celular frecuentemente
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

En el gráfico 5, se puede observar que el 33% de los encuestados presentan vista cansada, el 22% han presentado cefaleas, el 17% dolor de cuello, también un 11% respondió que presenta dolor en manos o dedos por utilizar el celular por mucho tiempo, el 8% presenta irritabilidad. Se demuestra que la presencia de nomofobia puede causar alteraciones físicas y psicológicas.

En el gráfico 6, podemos observar que el 58% de los encuestados han tenido la sensación de que su celular suena o vibra sin que esto haya ocurrido y el 42% manifestaron que no, sin embargo, aunque no es mucha la diferencia (16%) se puede concluir que la dependencia al celular puede llegar a provocar el “síndrome de vibración fantasma” que es una de las consecuencias psicológicas que presenta la nomofobia.

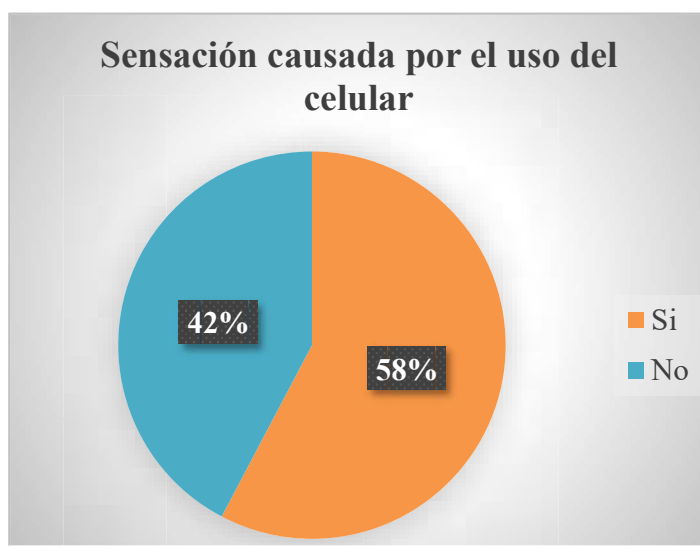


Gráfico 6: Sensación causada por el uso del celular
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel



Gráfico 7
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Sin embargo, en el gráfico 7 se refleja que un 64% de los encuestados al percatarse de que no llevan su celular regresan a recogerlo, el 28% se van sin él y solo el 8% reflejo que se irían si su celular, pero pasarían todo el día preocupados. Demuestra que al tener nomofobia trae como consecuencia problemas psicológicos y sociales.

De acuerdo con el tercer objetivo se escogieron 3 preguntas, donde se pretende: Analizar la relación que existe entre la nomofobia y los trastornos psicosociales en los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

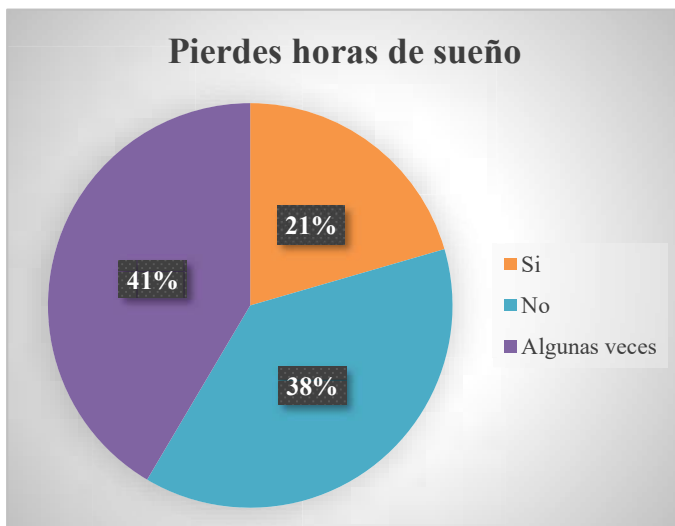


Gráfico 8: Pierdes horas de sueño
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

El gráfico 8, demuestra que un 41% de los encuestados han manifestado que algunas veces han perdido sus horas de sueño por utilizar el celular, un 38% respondieron que no, mientras que un 21% manifestaron que sí. Lo cual puede provocar el trastorno de sueño lo que conlleva a tener episodios de insomnio.



Gráfico 9: Problemas por uso del celular
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

En el gráfico 9 se evidencia que un 56% han tenido problemas con sus familiares por usar el celular, 17% con sus parejas, un 16% han tenido problemas con todos los anteriores (amigos, familia, maestros, pareja) y un 10% con maestros, demostrando que debido a la dependencia al celular (Nomofobia) trae consigo la sensación de aislamiento, el distanciamiento en las familias, provocando los trastornos afectivos.

En el gráfico 10, los encuestados respondieron que un 60% algunas veces sienten nerviosismo o ansiedad, cuando se le está acabando la batería, un 32% dijeron que no sienten ansiedad o nerviosismo y un 8% manifestaron que sí. El saber que se quedaran sin utilizar el celular provoca que aparezcan estos trastornos psicosociales que se relacionan con la nomofobia.

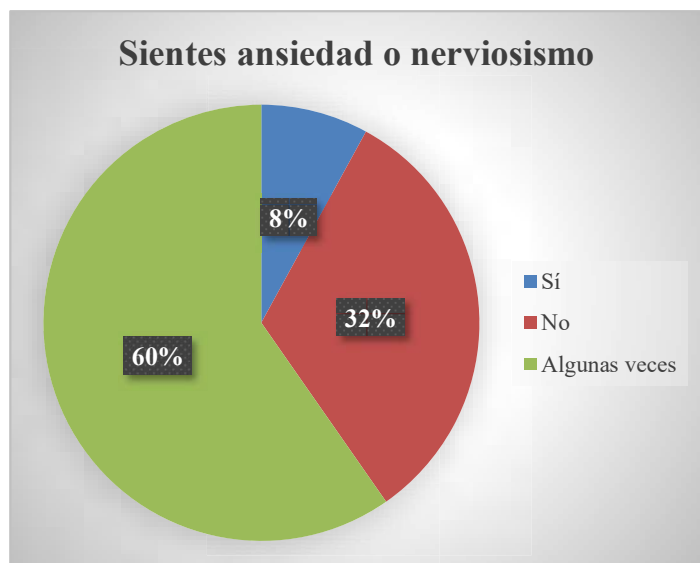


Gráfico 10: Sientes ansiedad o nerviosismo
Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería
Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

CONCLUSIONES

En la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, los estudiantes son parte de esta nueva normalidad tecnológica, en la actualidad están muy propensos a desarrollar esta nueva patología denominada nomofobia por todos los adelantos tecnológicos que obtienen y por el uso desmedido que se le ha dado a cada uno de ellos.

En la población estudiada se pudo observar que, si existe nomofobia en los estudiantes de la carrera de enfermería ya que manifestaron tener una dependencia a su teléfono celular, puesto que utilizan el celular por más de 6 horas diarias, justificando su utilización para actividades académicas, comunicarse con sus familiares y amigos. Sin embargo, se puede observar que el uso excesivo del celular es muy palpable, ya que justifican que el uso excesivo se debe a las tareas académicas o estar comunicados con sus familiares.

Las consecuencias de la nomofobia causan alteraciones psicosociales, según los resultados obtenidos se pueden evidenciar que manifiestan sentir vista cansada, cefaleas, dolor en cuello, irritabilidad, sin embargo, también presentan dolor en manos o dedos por utilizar el celular por mucho tiempo, así como el síndrome de vibración fantasma lo cual se relaciona con los trastornos psicosociales.

Los trastornos psicosociales en relación a la nomofobia, se puede concluir que en los encuestados se pudo observar que los trastornos del sueño, la ansiedad y los problemas familiares que trae consigo trastornos afectivos como el aislamiento, distanciamiento familiar, se relacionan con el uso desmedido del celular.

RECOMENDACIONES

Se recomienda algunas acciones tales como:

Ofrecer talleres de prevención y concientización dirigidos a los padres de familia y los estudiantes sobre el uso correcto del teléfono móvil y así evitar que generen diferentes síntomas que afecten de manera física, social y mental, con el fin de evitar daños irreparables.

Promover la realización de investigaciones, tareas en grupos, pero no tan solo por afinidad, ya que lo que se quiere lograr es que interactúen más entre ellos, con la finalidad de que los estudiantes utilicen la biblioteca de la Universidad, como una estrategia para dinamizar su atención hacia el proceso educativo de aula y olvidarse por un momento del instrumento tecnológico.

En casa es importante se den espacios en los cuales se pueda compartir en familia, afianzando los lazos familiares y a su vez ayuda a que no se sientan solos y se aíslen en su celular como medio de escape.

Limitar el uso del celular, cambiar la conducta adictiva por tareas divertidas o entretenidas en donde la persona se sienta a gusto y no presente la necesidad de utilizar su celular.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aker, S., Sahin, M. K., Sezgin, S., & Oguz, G. (Septiembre de 2017). Factores psicosociales que afectan la adicción a los teléfonos inteligentes en estudiantes universitarios. *Revista de Enfermería en Adicciones*, 28(4), 215-219. doi:doi: 10.1097 / JAN.0000000000000197
- Anónimo. (6 de Agosto de 2020). *Consecuencias físicas de abusar del móvil*. Obtenido de Muy Interesante: <https://www.muyinteresante.es/tecnologia/fotos/consecuencias-fisicas-de-abusar-del-movil/riesgos-para-nuestra-salud-fisica-y-mental>
- Arias Gómez, J., Villasís Keeve, M. Á., & Miranda Novales, M. G. (abril-junio de 2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4867/486755023011>
- Áviles Calle, L. (2017). *Análisis de la nomofobia como elemento comunicacional y sus consecuencias en la interacción social en los estudiantes del segundo semestre de la carrera de Ingeniería Comercial de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad de Guayaquil*. Obtenido de Repositorio Universidad de Guayaquil: <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/21312>
- Barrios-Borjas, et. al. (Julio de 2017). Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 55(3), 205-206. doi:<http://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272017000300205>
- Bragazzi, Nicola. & Del Puente, Giovanni. (Mayo de 16 de 2014). Una propuesta para incluir la nomofobia en el nuevo DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160. doi: 10.2147 / PRBM.S41386
- British Broadcasting Corporation. (29 de Junio de 2015). *Los problemas de salud causados por los celulares y cómo evitarlos*. Obtenido de https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/06/150629_salud_movil_problemas_salud_il
- Cajal, A. (15 de Julio de 2020). *Hildegard Peplau: biografía, teoría*. Obtenido de lifeder.com: <https://www.lifeder.com/hildegard-peplau-biografia-teoria/>

- De la Orden, C. (01 de Agosto de 2018). *Nomofobia: el miedo irracional a salir de casa sin el móvil*. Obtenido de Infosalus: <https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-nomofobia-miedo-irracional-salir-casa-movil-20180801164045.html>
- Constitucion de la Republica del Ecuador*. (2008). Obtenido de https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf
- Contreras, J. M. (2017). Trastornos psicológicos, un problema de salud pública. *Trastornos psicológicos, un problema de salud pública*, 234.
- Corona, K. (7 de Junio de 2018). *Nomofobia... ¿Enfermedad o adicción?* Obtenido de blogspot: https://nomofobiaenlapreparatorial.blogspot.com/2018/06/marco-teorico_7.html
- Demerci, K., Akgönül, M., & Akpınar, A. (Junio de 2015). Relación de la gravedad del uso de teléfonos inteligentes con la calidad del sueño, la depresión y la ansiedad en estudiantes universitarios. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85-92. doi:10.1556/2006.4.2015.010. PMID: 26132913
- Denis Rodriguez, E., Barradas Alarcón, M. E., & Delgadillo Castillo, R. (2017). Alteraciones psicosociales y agresividad en individuos con dependencia al teléfono móvil. *Rev Mex Med Forense*, 2(1), 61-66.
- Fischer, L. E., Bribiesca, G., & Chávez, D. (2015). Contribución de la mercadotecnia en la utilización del teléfono inteligente para videojuegos, convirtiéndola en una posible adicción en los jóvenes. *European Journal Scientific*, 11(8), 35 - 45. Obtenido de <http://eujournal.org/index.php/esj/article/view/5253>
- Gamboa, J. (2018). Características psicológicas relacionado a la nomofobia en estudiantes del Centro pre-universitario de la Universidad Tecnológica de los Andes – Andahuaylas, Enero – Marzo 2017. 7.
- García Martínez, V. (abril-junio de 2014). Nomofilia vs. Nomofobia, irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de vida de los jóvenes. Un tema pendiente para los estudios en comunicación. *Razón y Palabra*, 18(86).

- Gaspar Herrero, S. (1 de Febrero de 2016). *Bases psicosociales del uso del smartphone en jóvenes: un análisis motivacional y cross-cultural*. Obtenido de Tesis inédita de la Universidad Complutense de Madrid, Facultad de Ciencias de la Información, Departamento de Comunicación Audiovisual y Publicidad II: <http://eprints.ucm.es/35447/1/T36788.pdf>
- Gezgin, D. Y. (11 de Mayo de 2016). Análisis de los comportamientos nomofobicos de los adolescentes con respecto a varios factores. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504 - 2519. Obtenido de <https://www.j-humansciences.com/ojs/index.php/IJHS/article/view/3797>
- Gonçalves, S. P.-P. (Agosto - Diciembre de 2020). Nomofobia y estilo de vida: uso de teléfonos inteligentes y su relación con las psicopatologías. *Computers in Human Behavior*, 2.
- Hernandez, R. (2016). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill Education.
- Infobae. (14 de Julio de 2020). *La nomofobia, la enfermedad del siglo XXI*. Obtenido de <https://www.infobae.com/2012/02/18/632830-la-nomofobia-la-enfermedad-del-siglo-xxi/>
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censo. (2017). Obtenido de Tecnologías de la Información y Comunicaciones · TIC 2017: https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/Estadisticas_Sociales/TIC/2017/Tics%202017_270718.pdf
- Jeong, Y. W., & Oh, J. P. (2020). Patrón de uso de teléfonos inteligentes y factores psicosociales que controlan la dependencia excesiva de teléfonos inteligentes en mujeres de mediana edad. *Revista de enfermería de adicciones*, 31(1), 39-46. doi:doi: 10.1097 / ENE.0000000000000323
- Johnson, R. U. (25 de Julio de 2019). *Estos son los efectos negativos de la tecnología en tu salud*. Obtenido de Diario Libre: <https://www.diariolibre.com/actualidad/tecnologia/estos-son-los-efectos-negativos-de-la-tecnologia-en-tu-salud-CF13525722>

- King, A. L., Valença, A. M., Cardoso Silva, A., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. (2014). "Nomofobia": impacto del uso del teléfono celular que interfiere con los síntomas y las emociones de las personas con trastorno de pánico en comparación con un grupo de control. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*, 10, 28-35.
- Lee H., e. a. (2014). SAMS: Sistema de gestión y verificación de adicciones a teléfonos inteligentes. *Revista de sistemas médicos*, 38(1), 1-10.
- Ley Orgánica de la Salud*. (18 de Diciembre de 2015). Obtenido de <https://www.salud.gob.ec/wp-content/uploads/2017/03/LEY-ORG%C3%81NICA-DE-SALUD4.pdf>
- Málaga, J. V. (2015). *Tipos, métodos y estrategias de investigación científica*. Lima, Perú. Obtenido de Universidad Ricardo Palma: <https://www.gestiopolis.com/metodos%20ytecnicas-de-investigacion-cientifica/>
- Mastrapa, Y. E., & Lamadrid, M. d. (2016). Relación enfermera-paciente: una perspectiva desde las teorías de las relaciones interpersonales. *Revista Cubana de Enfermería*, 32(4). Obtenido de <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/976/215>
- Mendoza Méndez, R. B. (16 de Octubre de 2015). *Nomofobia: Identificación del porcentaje de alumnos de Licenciatura en Informática Administrativa del Centro Universitario UAEM Temascaltepec afectados*. Obtenido de (Proyecto de Investigación) Universidad Autónoma del Estado de México: <http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/49672/3633.pdf?sequence=3>
- Montijo, M. (14 de Agosto de 2015). *Mujeres, más propensas a padecer Nomofobia: miedo a no traer celular*. Obtenido de Uniradio Noticias: <https://www.uniradionoticias.com/noticias/hermosillo/357179/mujeres-mas-propensas-a-padecer-nomofobia-miedo-a-no-traer-celular.html>
- Muñoz, G. (2 de Julio de 2016). Atados al celular: Modernidad trajo la nomofobia. *Prensa Libre*. Obtenido de Prensa Libre: <https://www.prensalibre.com/guatemala/comunitario/atados-al-celular/>

- Muñoz, I. (s.f.). *La nomofobia o miedo a no llevar el teléfono encima*. Recuperado el 13 de Febrero de 2018, de La nomofobia o miedo a no llevar el teléfono encima: <https://www.muyinteresante.es/salud/articulo/la-nomofobia-o-miedo-a-no-llevar-el-telefono-encima-afecta-al-53-de-los-usuarios>
- Orozco Gómez, Á. M., & Castiblanco Orozco, L. (Enero-Junio de 2015). Factores Psicosociales e Intervención Psicológica. *REVISTA COLOMBIANA DE PSICOLOGÍA*, 24(1), 203-217. doi:15446/rcp.v24n1.42949
- Osio Flores, et. al. (Julio-Diciembre de 2014). ¿Es la Nomofobia, un problema del siglo XXI? *Revistas Bolivarianas*, 22(90), 70.
- Padilla Hernández, D. A. (12 de Septiembre de 2020). *Las Enfermedades Psicosociales como Problema de Salud Pública*. Obtenido de Concepto, situación actual y perspectivas de solución: <http://www.bvs.hn/RMH/pdf/1975/pdf/Vol43-3-1975-4.pdf>
- Peñalosa Páez, J. A. (Septiembre de 2016). Nomofobia. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*. Obtenido de [https://www.eumed.net/rev/cccss/2016/03/nomofobia.html#:~:text=Gaya%20\(2014\)%2C%20menciona%20cifras,adicciones%20se%20les%20denomina%20nomofobia](https://www.eumed.net/rev/cccss/2016/03/nomofobia.html#:~:text=Gaya%20(2014)%2C%20menciona%20cifras,adicciones%20se%20les%20denomina%20nomofobia)
- Ponce, J. M. (noviembre de 2016). *Nomofobia. La enfermedad del siglo XXI*. Recuperado el 2 de febrero de 2018, de Marketing de valores: <http://marketingyservicios.com/nomofobia-la-enfermedad-del-siglo-xxi/>
- Puga Solbas, I., Benavente Velázquez, E., & Sedeño Ri, I. (2016). *La epidemia del Siglo XXI: La Nomofobia*. España: Universidad de Almería. Obtenido de <https://books.google.com.ec/books?id=gjcoDAAAQBAJ&pg=PT303&lpg=PT303&dq=puga+2014+nomofobia&source=bl&ots=2GGKr3wXpL&sig=ACfU3U267uiIMJ4r4-UoCoUsXIV116aC1w&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwif49qwotXsAhUPm1kKHY21CRAQ6AEwB3oECAUQAq#v=onepage&q=puga%202014%20nomofobia>
- Ramos-Soler, I., López-Sánchez, C., & Quiles-Soler, M. C. (2017). Adaptación y Validación de la escala de nomofobia de YILDIRIM Y CORREIA en estudiantes españoles de

- la educación secundaria obligatoria. *Salud y drogas*, 17(2), 201-213. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/839/83952052019.pdf>
- Roberts, J. e. (2014). La adicción invisible: actividades de telefonía celular y adicción entre estudiantes universitarios masculinos y femeninos. *Revista de adicciones al comportamiento*, 3(4), 254-265.
- Sampieri, R. H. (2018). Definición del alcance de la investigación: Estudio descriptivo. En R. H. Sampieri, *Metodología de la Investigación* (págs. 90-93). México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.
- Sierra, A. (2014). *Hildegard Peplau*. Recuperado el 14 de Febrero de 2018, de Salud y Medicina: <https://es.slideshare.net/saduvi/hildegard-peplau-40530379>
- Silva, H., Mendes, F., Lopes, B., & Da Silva, C. (14 de Diciembre de 2017). Adaptación de escala de uso compulsivo de internet para avaliar una dependencia de teléfono inteligente. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(1), 155 - 166. doi:<https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.4649>
- Ureña Torres & Vilcacundo Vargas, .(15 de Julio de 2017). Uso del celular y relaciones interpersonales en estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo. *Universidad Nacional de Chimborazo*.
- Van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M., & Kommers, P. A. (Abril de 2015). Modelado del comportamiento habitual y adictivo del teléfono inteligente : el papel de los tipos de uso del teléfono inteligente, la inteligencia emocional, el estrés social, la autorregulación, la edad y el género. *Computers in Human Behavior*, 45, 411-420. Obtenido de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563214007626>
- Vanguardia. (20 de Septiembre de 2017). *Los siete peligros para su salud por el uso excesivo del celular*. Obtenido de Vanguardia.com: <https://www.vanguardia.com/tecnologia/los-siete-peligros-para-su-salud-por-el-uso-excesivo-del-celular-ogvl410178>
- Vega, L. ., (2015). Contribución de la mercadotecnia en la utilización del teléfono inteligente para videojuegos, convirtiéndola en una posible adicción en los jóvenes. *European Journal Scientific*, 11(8), 35 - 45.

Vera García, R. (18 de Mayo de 2018). *Psicología-Online*. Obtenido de Adicción al teléfono móvil: https://www.psicologia-online.com/adiccion-al-telefono-movil-2320.html#anchor_3

Vilcacundo Vargas, J. (Marzo-Julio de 2017). *Uso del celular y relaciones interpersonales en estudiantes de la Universidad Nacional de Chimborazo. Riobamba. Marzo-Julio 2017*. Obtenido de (Proyecto de Investigación) Universidad Nacional de Chimborazo: <http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/4445/1/UNACH-FCEHT-TG.P.EDUC-2017-000046.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Permiso de la institución



Universidad Estatal
Península de Santa Elena

Carrera de **Enfermería**

Oficio N° 583 -CE-UPSE-2020
La Libertad, 18 de agosto de 2020

Señorita
Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel
ESTUDIANTE CARRERA DE ENFERMERÍA – UPSE
En su despacho. –

De mi consideración:

En atención a su atento oficio S/N, de fecha 18 de agosto/2020, mediante el cual solicita autorización para aplicar encuesta mediante la modalidad virtual a los estudiantes de la Carrera de Enfermería quienes actualmente se encuentran cursando el primer semestre al cuarto semestre, mediante la cual se levantará información relevante para el desarrollo del Proyecto de Investigación denominado: LA NOMOFobia Y SU RELACIÓN EN LOS TRASTORNOS PSICOSOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA 2020.

Ante lo expuesto, me permito dar a conocer a usted Señorita Bacusoy, que su solicitud ha sido **ACEPTADA**, a fin de iniciar con el proceso de recolección de información para el desarrollo del proyecto.

Particular que me permito remitir a usted, para los fines pertinentes.

Atentamente,

Lic. Alicia Cercado Mancero, PhD.
DIRECTORA CARRERA DE ENFERMERÍA
ACM/avg

Anexo 2: Instrumento



UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y DE LA SALUD
CARRERA DE ENFERMERÍA



INSTRUMENTO A UTILIZAR EN EL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN AL TÍTULO DE LICENCIATURA EN ENFERMERÍA.

Título: La nomofobia y su relación en los trastornos psicosociales en los estudiantes de enfermería. Universidad Estatal Península de Santa Elena 2020.

Objetivo: Determinar la relación que existe entre la nomofobia y los trastornos psicosociales en los estudiantes de Enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena 2020.

ENCUESTA A LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERIA 2020

Edad: _____ Semestre: _____ Género: M F

1.- ¿Sabes que es la nomofobia?

SI NO

2.- ¿Con que dispositivo tecnológico te familiarizas más?

Celular Tablet Laptop
otros: _____

3.- ¿Con que fin usas el teléfono celular?

Realizar o recibir llamadas	<input type="checkbox"/>	Jugar	<input type="checkbox"/>
Chatear en redes sociales	<input type="checkbox"/>	Hacer fotos o grabar videos	<input type="checkbox"/>
Buscar información	<input type="checkbox"/>	Ver Netflix	<input type="checkbox"/>
Escuchar música	<input type="checkbox"/>	Todas las anteriores	<input type="checkbox"/>

4.- ¿cuánto tiempo dedicas para el uso diario del celular?

1 hora Mas de 6 horas
3 horas Todo el tiempo

5.- ¿Con qué frecuencia miras el celular, aunque no recibas ninguna notificación o mensaje?

Constantemente Cada 10-15 minutos Otro: _____
Cada 5 minutos Cada 30 minutos

6.- ¿Sientes dependencia de tu teléfono celular?

Si No Algunas veces

- 7.- ¿Qué síntomas has presentado por utilizar mucho tiempo tu celular?
- Vista cansada aislamiento ansiedad
Dolor en manos o dedos dolores de cabeza irritabilidad
Dolor de cuello todas las anteriores
- 8.- ¿Has perdido tus horas de sueño por utilizar tu celular?
- Si No Algunas veces
- 9.- ¿Has tenido problemas por usar tu celular, con quién?
- Amigos Familia Maestros Pareja
Otros:
- 10.- ¿Has sentido que tu celular ha sonado o vibra sin que esto ocurra?
- Si No
- 11.- ¿cuándo estas chateando y te interrumpen te pones molesto o agresivo?
- Si No Algunas veces
- 12.- ¿Cuándo no encuentras tu celular, te pones irritable?
- Si No Algunas veces
- 13.- ¿Qué harías, si al salir de casa te das cuenta que no llevas tu celular?
- Regreso a recogerlo
Me voy sin él
Voy sin él, sin embargo, paso preocupado todo el día
14. ¿Cuándo se está acabando la batería de tu móvil o por falta de cobertura, ¿sientes ansiedad o nerviosismo?
- Si no Algunas veces
- 15.- ¿Cuándo te despiertas, revisas tu celular?
- Inmediatamente
A los 5 minutos
Después de 10 minutos

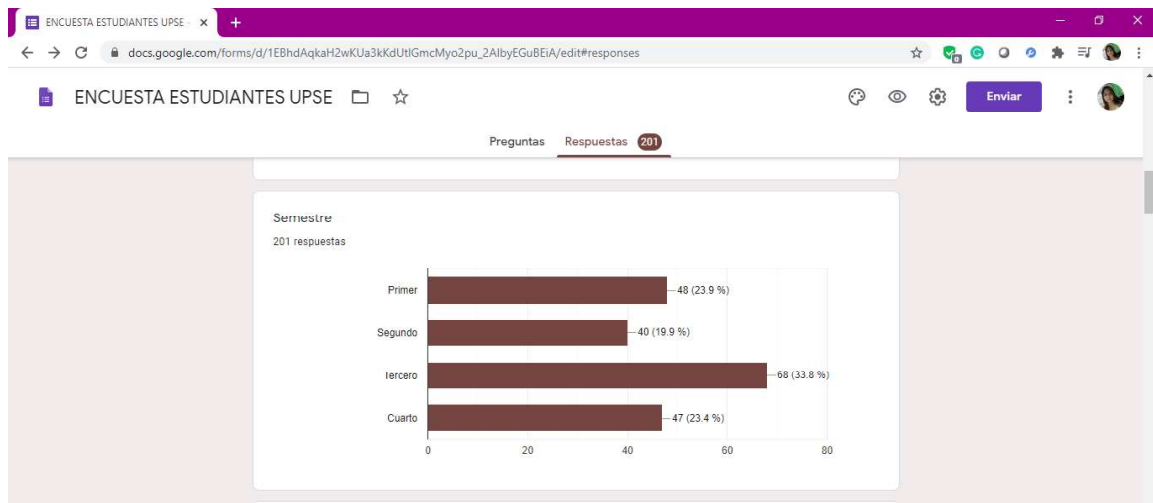
Gracias por tu atención

Fuente: Obtenido de: Luna, Y (2018) Nomofobia en estudiantes universitarios, estudio realizado en la Universidad Católica de Cuenca Sede Azogues. Azuay: Repositorio Dspace de la Universidad del Azuay

Revisada por: Psicóloga Maricela Suárez

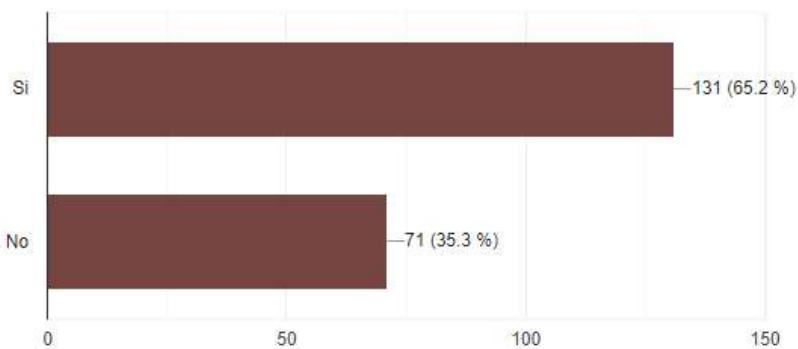
Adaptada por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Anexo 3: Plataforma Google-forms, encuesta virtual, recolección de datos.



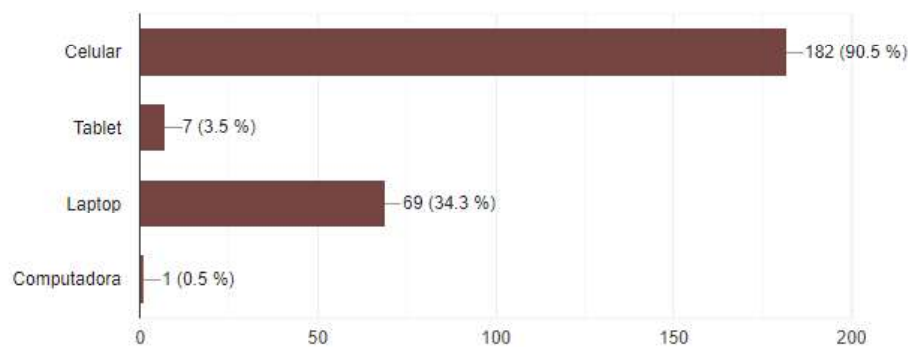
1. ¿Sabes que es la nomofobia?

201 respuestas



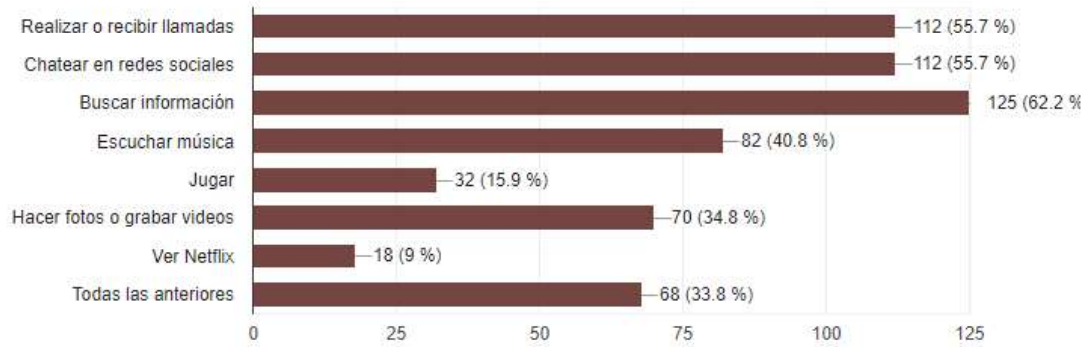
2. ¿Qué aparato tecnológico utilizas más?

201 respuestas



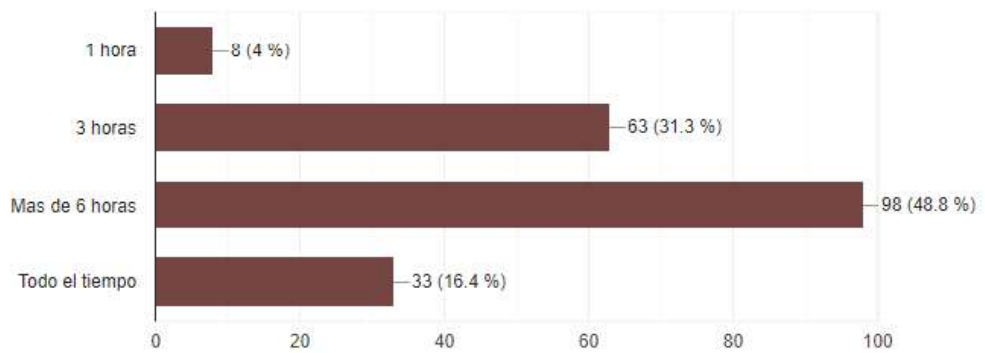
3. ¿Para qué usas el teléfono celular?

201 respuestas



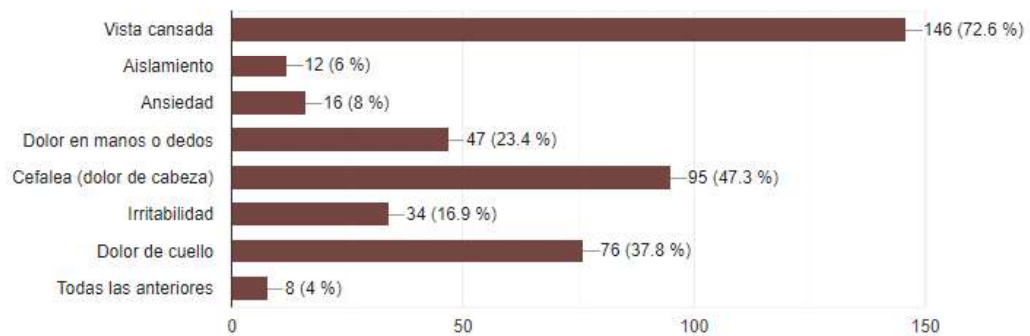
4. ¿cuánto tiempo dedicas para el uso diario del celular?

201 respuestas



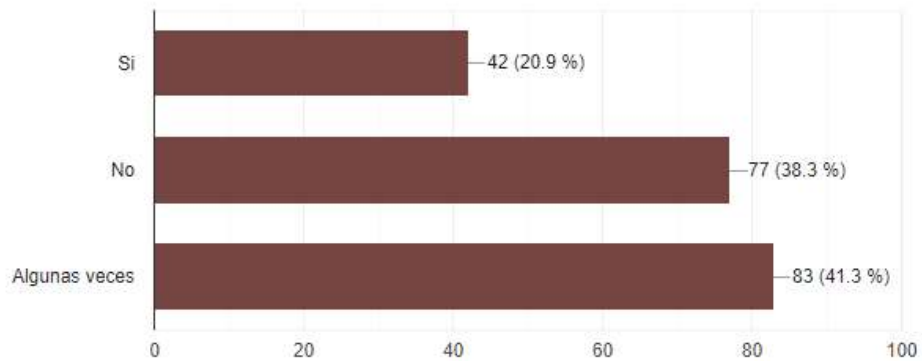
7. ¿Has presentado alguno de estos síntomas al utilizar por mucho tiempo tu celular?

201 respuestas



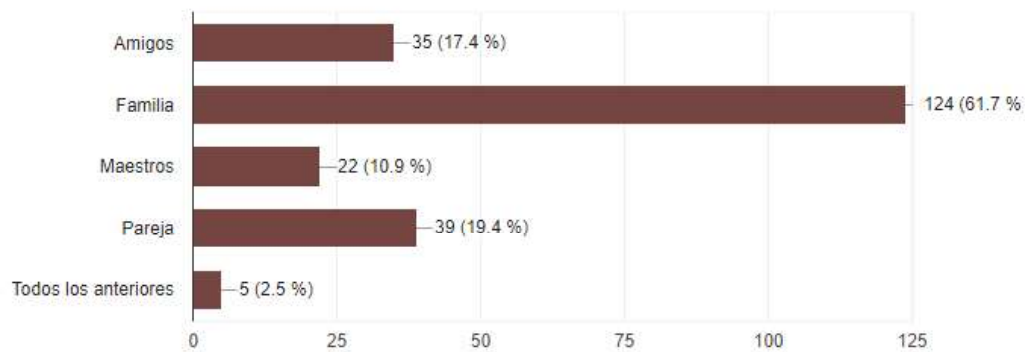
8. ¿Has perdido tus horas de sueño por utilizar tu celular?

201 respuestas



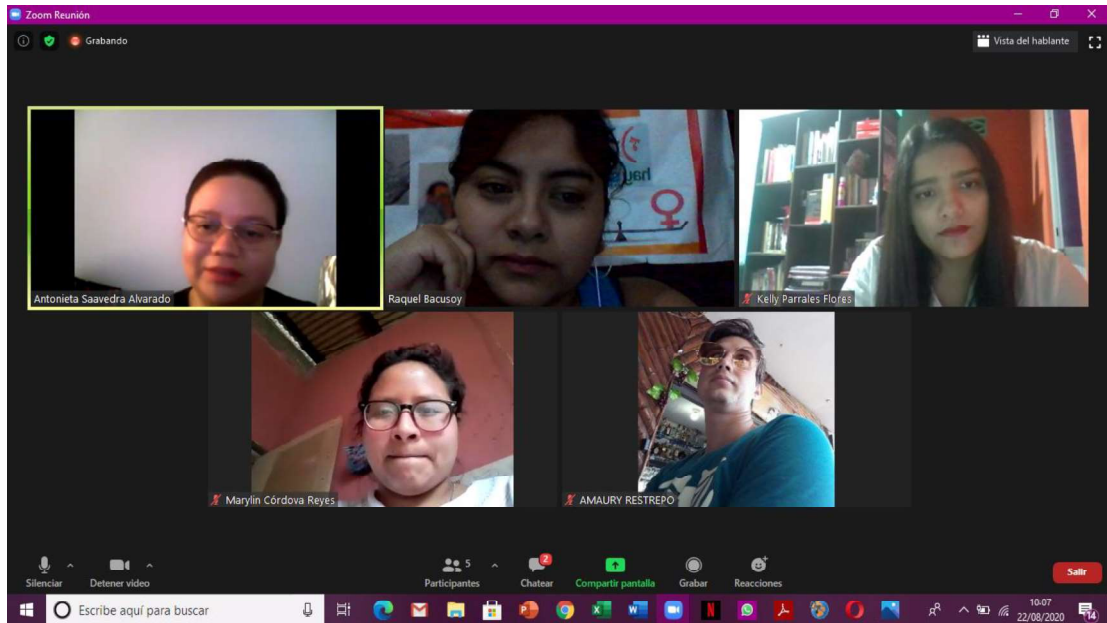
9. ¿Has tenido problemas por usar tu celular, con quién?

201 respuestas



Anexo 4:

Reunión de socialización con los presidentes de cada curso para la aplicación de la encuesta.



Anexo 4:

RESULTADO DE LA ENCUESTA REALIZADA A LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE ENFERMERÍA DE LA UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA

Tabla 1

Edad		
Rango	Total	%
18-25	183	91%
26-30	11	5%
más de 30	7	4%
Total	201	100%

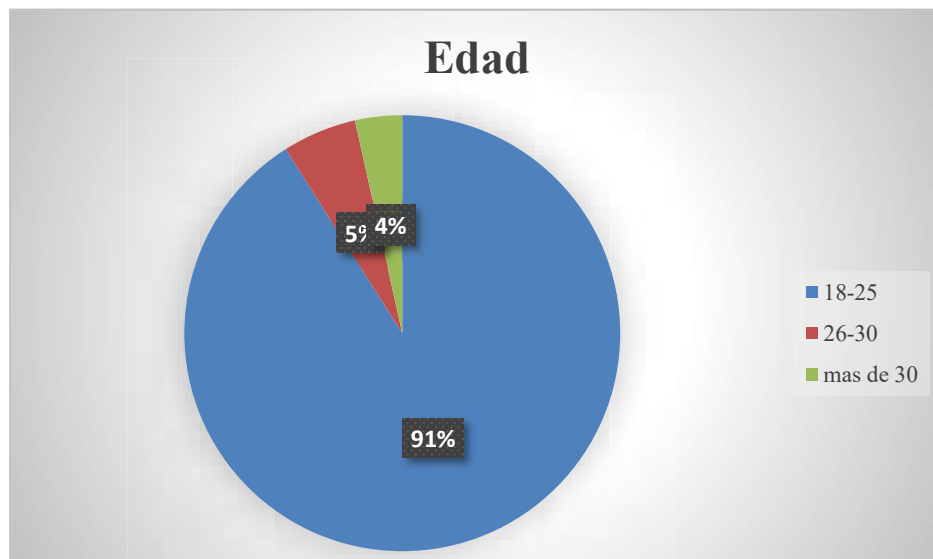


Gráfico 1: Edad

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: Se puede observar que el 91% de los estudiantes encuestados tienen un rango de edad entre 18-25 años, que es el rango de edad en donde se está más propenso a tener esta patología, el 5% está entre 26-30 años y un 4% más de 30 años.

Tabla 2

Semestre		
	Total	%
Primer	48	24%
Segundo	39	20%
Tercero	67	33%
Cuarto	47	23%
Total	201	100%

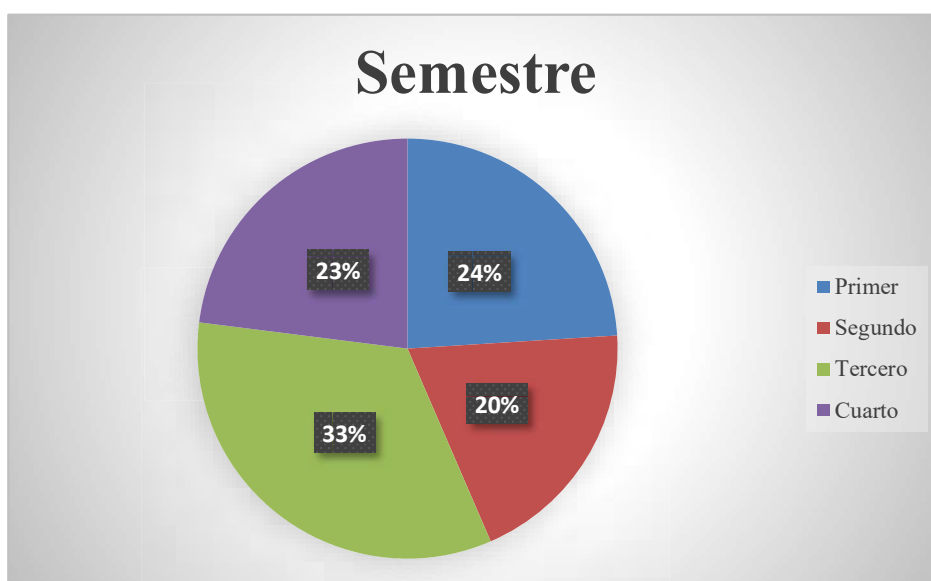


Gráfico 2: Semestre

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: en el siguiente gráfico se puede evidenciar el número de encuestados de la carrera de enfermería de primero a cuarto semestre de los cuales, los estuantes del primer semestre realizaron la encuesta el 24%, un 20% segundo semestre, un 33% del tercer semestre tanto del paralelo 1 y 2, y el cuarto semestre el 23% realizo la encuesta.

Tabla 3

	Sexo	
	Total	%
Masculino	50	25%
Femenino	151	75%
Total	201	100%

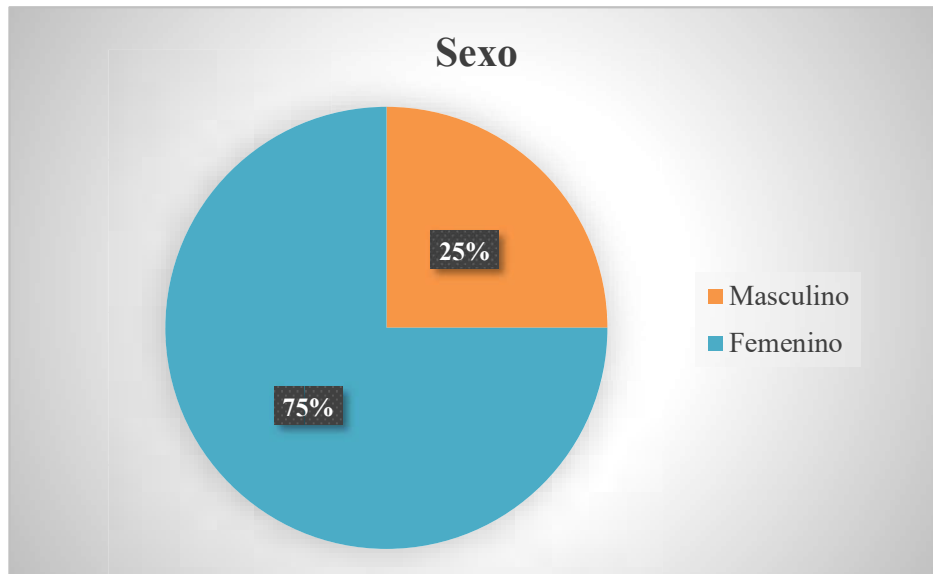


Gráfico 3: Sexo

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

75% mujeres, confirmando lo que Oscar de la Cruz Rodríguez (2015) manifestó que la nomofobia se da más en el sexo femenino, debido a su estructura cerebral, lo cual hace más fácil el que puedan comunicarse, también para establecer relaciones afectivas son más emocionales que los hombres.

Tabla 4

¿Qué es la nomofobia?		
	Total	%
Si	131	65%
No	70	35%
Total	201	100%



Gráfico 4: ¿Qué es la nomofobia?

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 4, según los resultados obtenidos a los se puede observar que el 65% tienen conocimiento acerca de la patología, mientras que el 35 % no sabe lo que trata esta enfermedad.

Tabla 5

¿Qué aparato tecnológico utilizas más?

	Total	%
Celular	181	70%
Laptop	69	27%
Tablet	7	3%
Total	257	100%

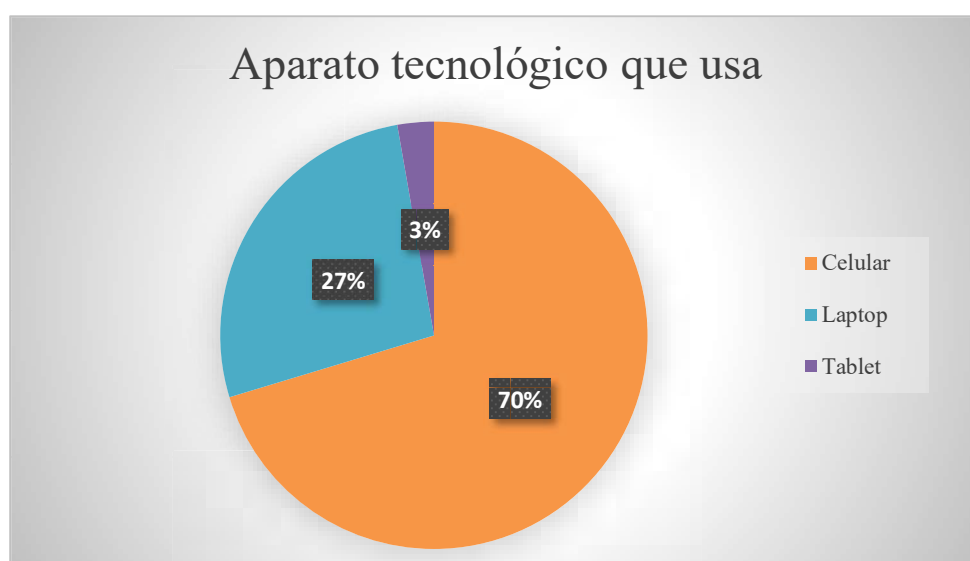


Gráfico 5: Aparato tecnológico

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 5, mediante las encuestas realizadas reflejan que el 70% utiliza con más frecuencia el celular móvil, mientras que un 27% respondieron que la laptop es el aparato tecnológico el cual más utilizan, solo un 3% manifestó utilizar la Tablet.

Tabla 6

¿Con que fin usas el teléfono celular?		
	Total	%
Realizar o recibir llamadas	112	18%
Chatear en redes sociales	112	18%
Buscar información	125	20%
Escuchar música	82	13%
Jugar	32	5%
Hacer fotos o grabar videos	70	12%
Ver Netflix	18	3%
Todas las anteriores	68	11%
Total	619	100%

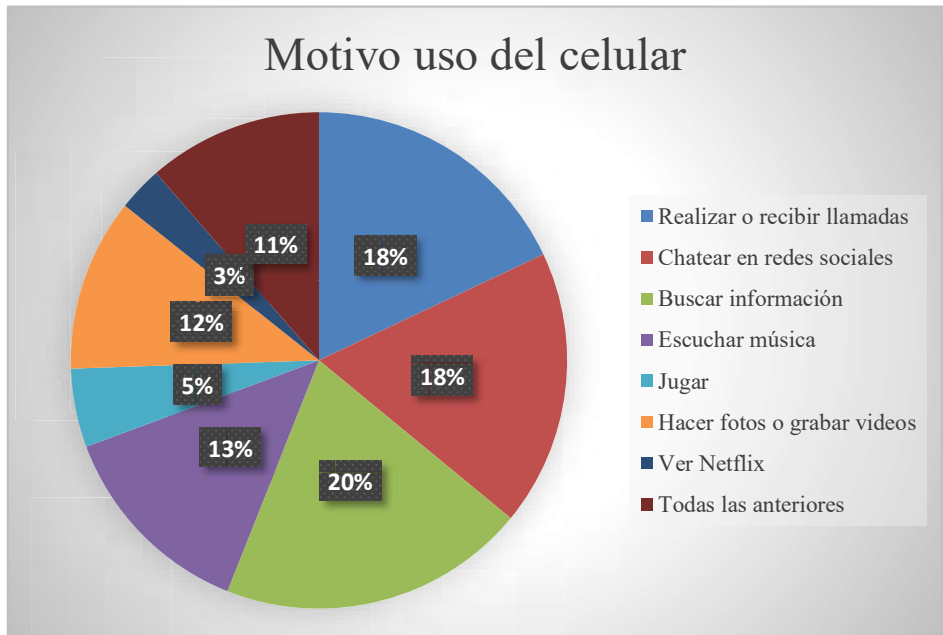


Gráfico 6: Motivo uso del celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 6, para el 20% de los estudiantes encuestados, manifiestan que el principal uso del teléfono móvil es para buscar información, el 18% respondieron que utilizan para realizar o recibir llamadas, así como el chatear en redes sociales; un 13% para escuchar música, un 12% señala que usa el celular para hacer fotos o grabar videos, mientras un 11% manifestó que utilizan el celular para todas las actividades anteriores.

Tabla 7

¿Cuánto tiempo dedicas para el uso diario del celular?

	Total	%
1 hora	8	4%
3 horas	62	31%
Mas de 6 horas	98	49%
Todo el tiempo	33	16%
Total	201	100%

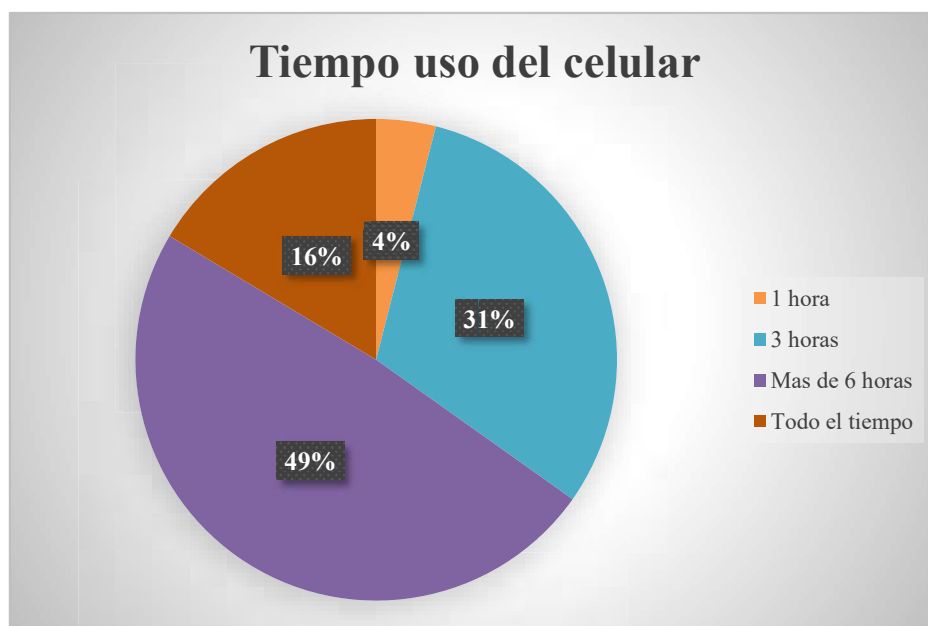


Gráfico 7: Tiempo uso del celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 7, las encuestas realizadas reflejan que el 49% de los estudiantes encuestados dedican más de 6 horas diarias para el uso diario del celular, un 31% un tiempo de 3 horas diarias, mientras que un 17% utilizan todo el tiempo el celular.

Tabla 8

¿Con qué frecuencia miras el celular, aunque no recibas ninguna notificación o mensaje?

	Total	%
Constantemente	96	48%
Cada 5 minutos	7	4%
Cada 10-15 minutos	57	28%
Cada 30 minutos	27	13%
Otro	14	7%
Total	201	100%

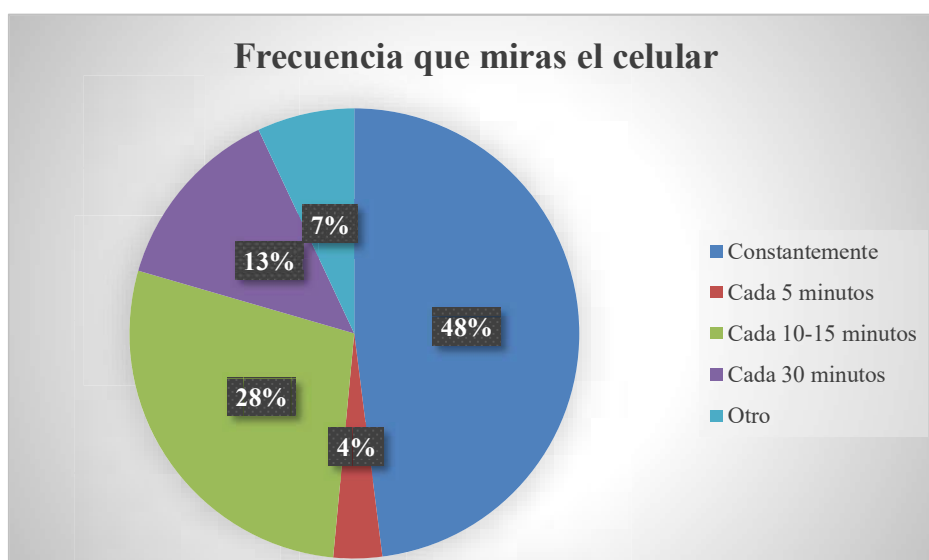


Gráfico 8: ¿Con qué frecuencia miras el celular, aunque no recibas ninguna notificación o mensaje?

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: las encuestas realizadas a los estudiantes de la carrera de enfermería reflejan que el 48% de los estudiantes encuestados dedican más de 6 horas diarias para el uso diario del celular, un 28% un tiempo de 3 horas diarias, mientras que un 13% utilizan todo el tiempo el celular.

Tabla 9

¿Sientes dependencia de tu teléfono celular?

	Total	%
Si	23	12%
No	69	34%
Algunas veces	109	54%
Total	201	100%

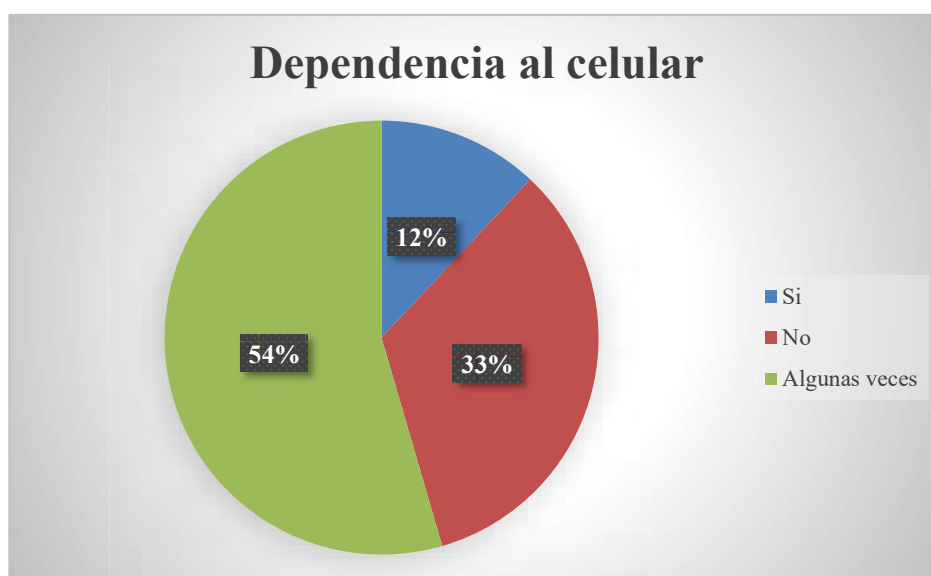


Gráfico 9: ¿Sientes dependencia de tu teléfono celular?

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: en el siguiente gráfico, reflejan que los estudiantes de enfermería manifestaron que en un 54% algunas veces sienten una dependencia a su teléfono celular, mientras que un 33% manifestaron que no sienten dicha dependencia y solo un 12% afirmaron que si dependen de su teléfono celular.

Tabla 10

¿Qué consecuencias has presentado por utilizar mucho tiempo tu celular?

	Total	%
Vista cansada	146	33%
Aislamiento	12	3%
Ansiedad	16	4%
Dolor en manos o dedos	47	11%
Cefalea (dolor de cabeza)	95	22%
Irritabilidad	34	8%
Dolor de cuello	76	17%
Todas las anteriores	8	2%
Total	434	100%

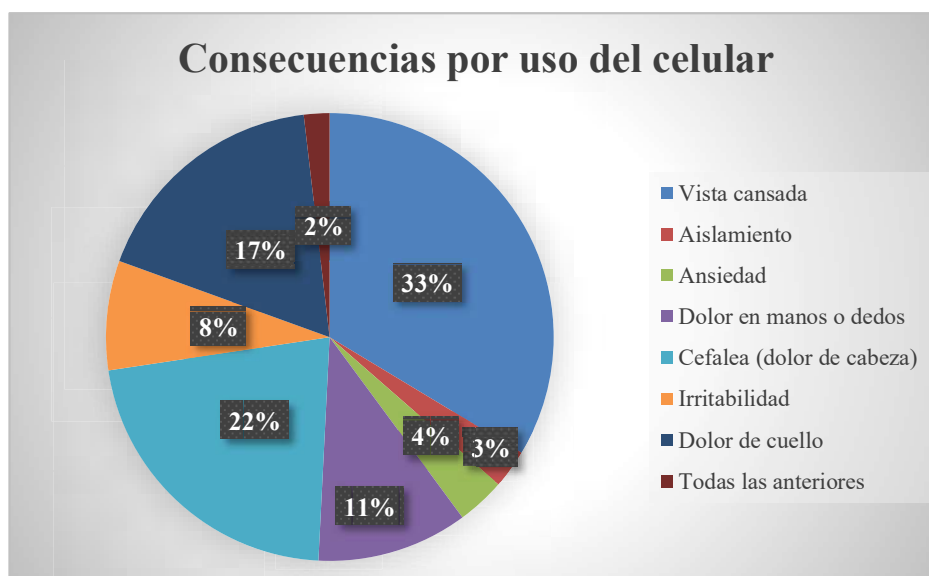


Gráfico 10: Consecuencias por uso del celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: en el gráfico estadístico, se puede observar que el 33% de los encuestados presenta vista cansada, el 22% ha presentado cefaleas, el 17 % dolor de cuello, también un 11% respondió que presenta dolor en manos o dedos por utilizar el celular por mucho tiempo.

Tabla 11

¿Has perdido tus horas de sueño por utilizar tu celular?

	Total	%
Si	42	21%
No	76	38%
Algunas veces	83	41%
Total	201	100%

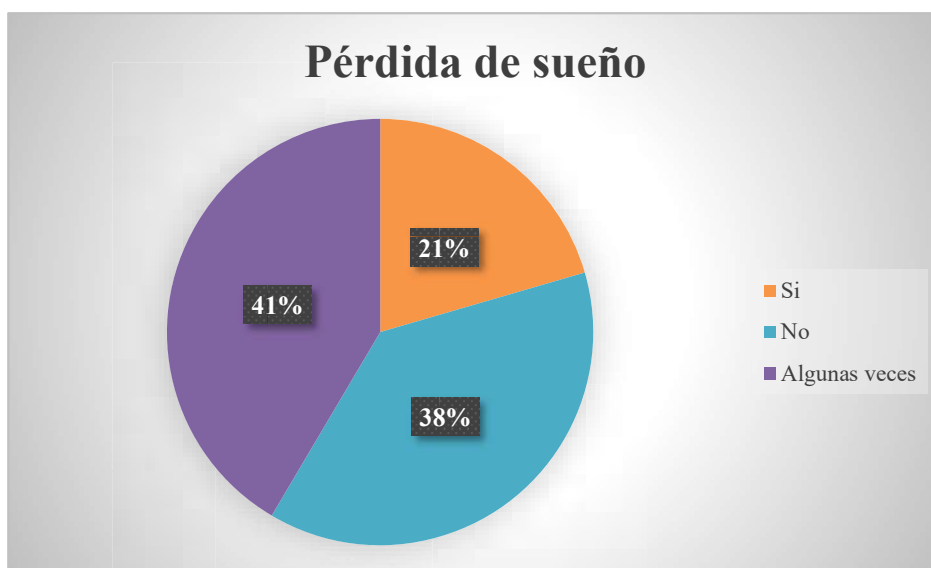


Gráfico 11: Pérdida de sueño

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: en este gráfico estadístico se puede observar, que un 41% de los encuestados han manifestado que algunas veces han perdido sus horas de sueño por utilizar el celular, un 38% respondieron que no, mientras que un 21% manifestaron que sí.

Tabla 12

¿Has tenido problemas por usar tu celular, con quién?

	Total	%
Amigos	35	16%
Familia	124	55%
Maestros	22	10%
Pareja	39	17%
Todos los anteriores	5	2%
Total	225	100%

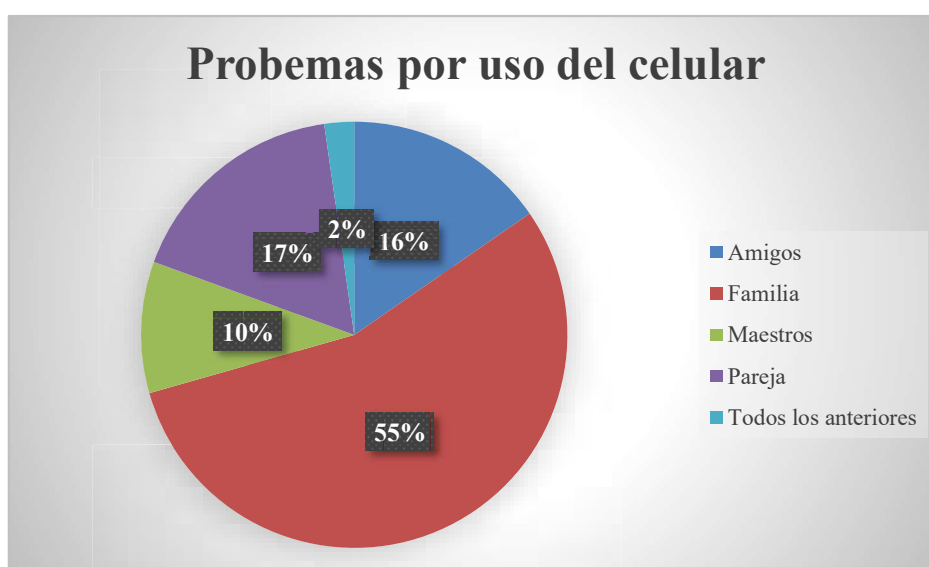


Gráfico 12: Problemas por uso del celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 12, los encuestados manifestaron que un 56% han tenido problemas con sus familiares por usar el celular, 17% con sus parejas, un 16% han tenido problemas con todos los anteriores (amigos, familia, maestros, pareja) y un 10% con maestros, demostrando que debido al uso excesivo del celular trae consigo llamadas de atención por parte de los familiares.

Tabla 13

¿Has sentido que tu celular ha sonado o vibrado sin que esto ocurra?

	Total	%
Si	116	68%
No	85	32%
Total	201	100%

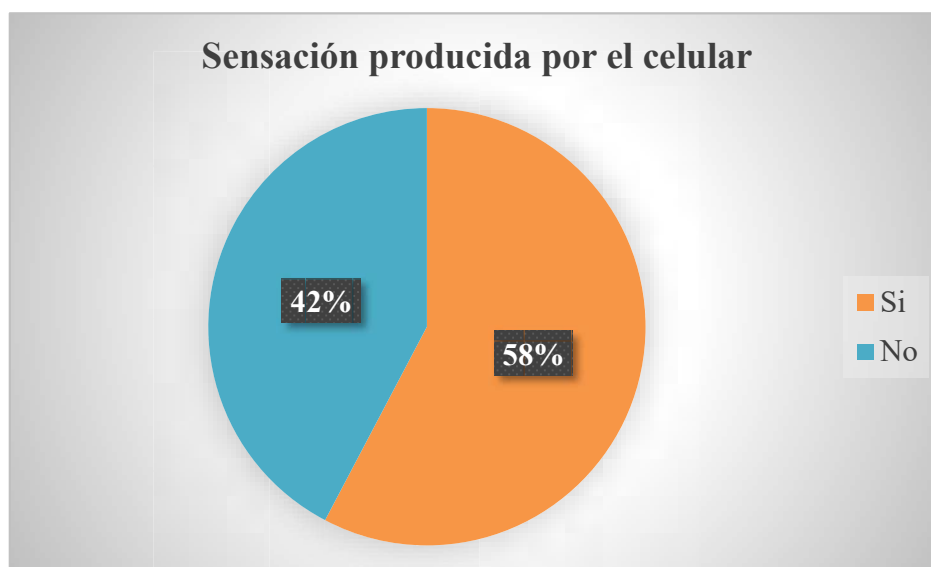


Gráfico 13: Sensación producida por el celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: con los datos obtenidos de las encuestas se puede observar que un 58% de los estudiantes encuestados respondieron que, sienten que su celular ha sonado o vibrado sin que esto ocurra, mientras el 42% manifestaron que no han sentido esta sensación.

Tabla 14

¿Cuándo estas chateando y te interrumpen te pones molesto?

	Total	%
Si	115	57%
No	68	34%
Algunas veces	18	9%
Total	201	100%

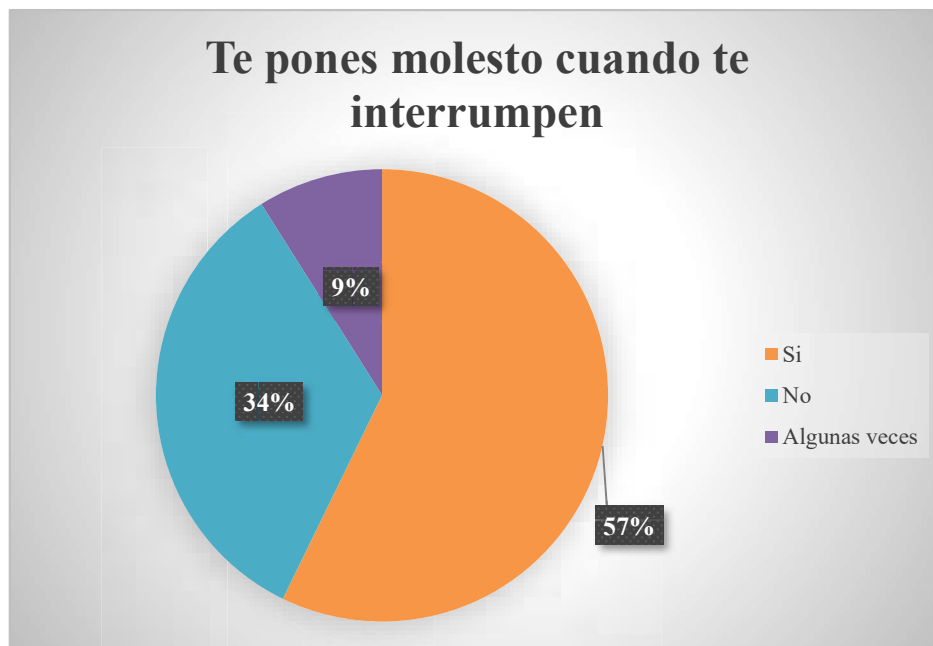


Gráfico 14: Te pones molesto, cuando te interrumpen

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: en el gráfico 14, podemos observar que un 57% de los estudiantes se ponen molestos cuando le interrumpen mientras están chateando, un 34% dicen que no les molesta mientras un 9% algunas veces.

Tabla 15

¿Cuándo no encuentras tu celular te pones irritable?

	Total	%
Sí	16	8%
No	130	65%
Algunas veces	55	27%
Total	201	100%

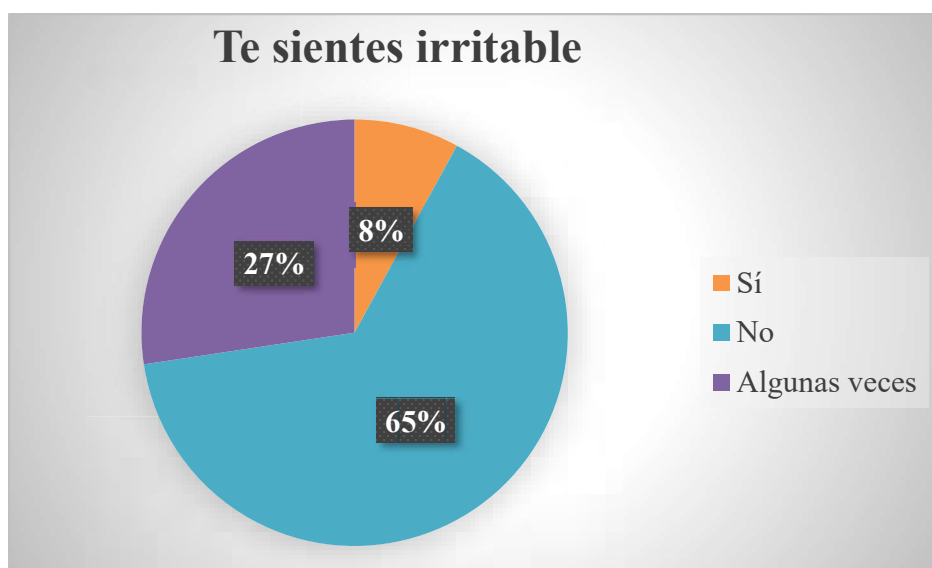


Gráfico 15: Te sientes irritable

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 15, se puede evidenciar que los estudiantes encuestados contestaron un 65% no se sienten irritables cuando no encuentran su celular, un 27% respondieron que algunas sientes irritabilidad, mientras un 7% dijeron que si se irritan cuando no encuentran su celular.

Tabla 16

¿Qué harías, si al salir de casa te das cuenta que no llevas tu celular?

	Total	%
Me voy sin el	57	28%
Regreso a recogerlo	128	64%
Voy sin él, sin embargo, paso preocupado todo el día	16	8%
Total	201	100%

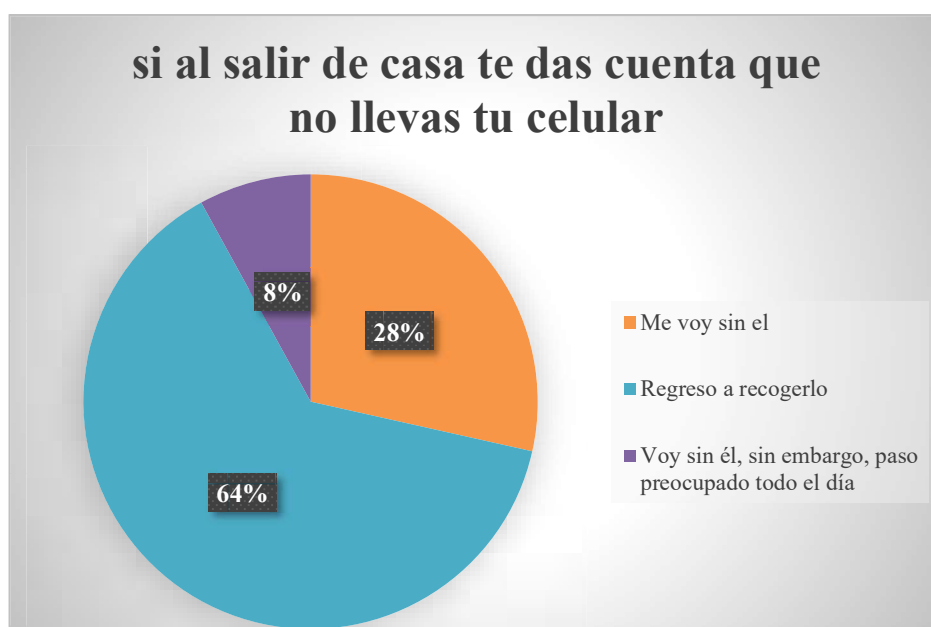


Gráfico 16: Si al salir de casa te das cuenta que no llevas tu celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: Se puede observar en el gráfico 16, que un 64% de los encuestados manifestaron que al salir de casa y no llevar el celular se regresan a recogerlo, mientras un 28% se van sin el celular, y un 8% respondieron que se van sin el celular, pero pasan preocupados todo el día.

Tabla 17

¿Cuándo se está acabando la batería de tu móvil o por falta de cobertura, ¿sientes ansiedad o nerviosismo?

	Total	%
Sí	16	8%
No	65	32%
Algunas veces	120	60%
Total	201	100%

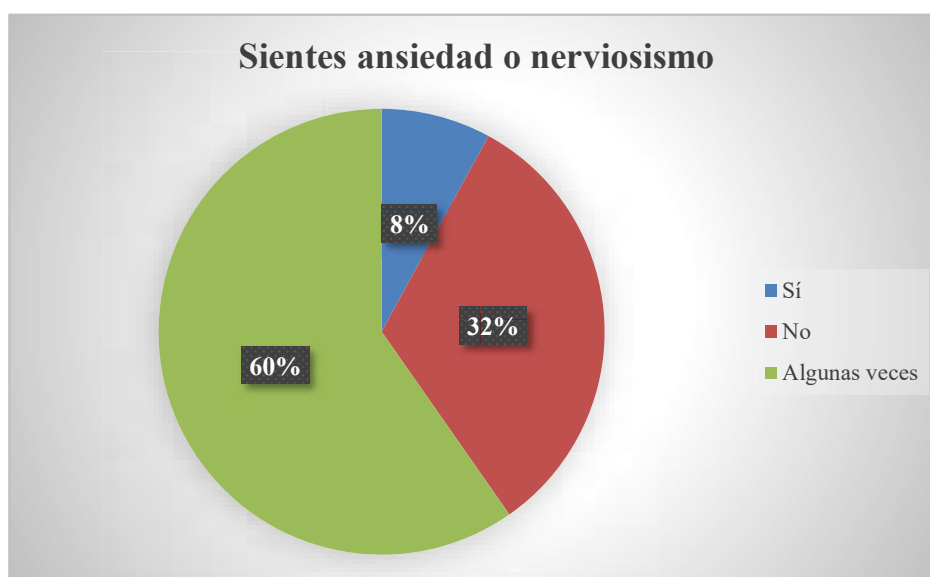


Gráfico 17: Sientes ansiedad o nerviosismo

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 17, un 60% de los estudiantes de enfermería encuestados manifestaron que algunas veces tienen nerviosismo o ansiedad, cuando se le está acabando la batería, un 32% dijeron que no sienten ansiedad o nerviosismo y un 8% manifestaron que sí.

Tabla 18

¿Cuándo te despiertas, revisas tu celular?

	Total	%
Inmediatamente	123	61%
A los 5 minutos	45	22%
Después de 10 minutos	33	17%
Total	201	100%

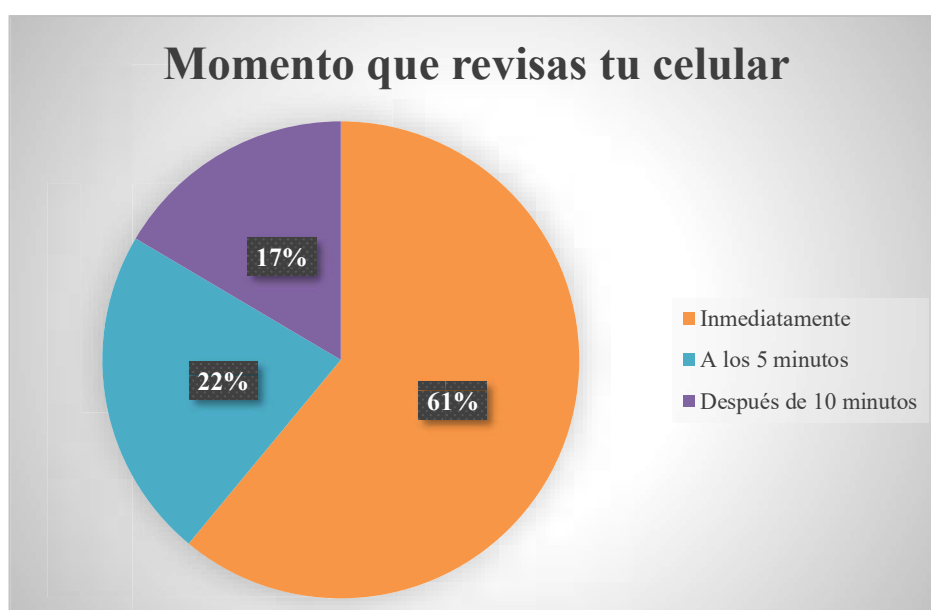


Gráfico 18: Momento que revisas tu celular

Fuente: Encuesta aplicada a los estudiantes de la carrera de enfermería de la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Elaborado por: Bacusoy Muñoz Jennifer Raquel

Análisis: En el gráfico 18, se puede observar que un 61% al despertar revisa inmediatamente su celular, un 22% a los 5 minutos y un 17% después de 10 minutos de despertarse revisa su celular.

Anexo 5: Propuesta

PROPUESTA PLAN EDUCATIVO

LUGAR DE LA ACTIVIDAD:	Biblioteca de la Universidad Estatal Península de Santa Elena
TEMA:	La nomofobia y su relación con los trastornos psicosociales en los estudiantes de la carrera de enfermería. Universidad Estatal Península de Santa Elena. 2020
COMPONENTES:	<ul style="list-style-type: none">- ¿Que es la nomofobia?- Características, síntomas, causas, consecuencias.- Prevención de la nomofobia.
OBJETIVO:	Concientizar a los padres de familia y estudiantes a través de talleres como prevenir la nomofobia y evitar la aparición de los trastornos psicosociales que afecten la vida de los estudiantes.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

Nomofobia.

Se define Nomofobia a un trastorno psicológico muy común en la actualidad cuya característica es la dependencia desmedida al teléfono móvil, por sus siglas en inglés “*no-mobile-phonephobia*” que traducido al español “*nomofobia*”

Podemos entender a la nomofobia como la dependencia de los aparatos tecnológicos y en especial el celular, ya que por medio de esta actividad los individuos permanecen distraídos y muy poco se relacionan con su entorno. Para que una persona presente esta adicción al celular móvil solo le basta ser una de tantas personas con problemas afectivos, con muchas dificultades para entablar conversación con los demás, o que estén en una época difícil de su vida, lo que conlleva a encerrarse en el mundo virtual, huyendo de los problemas y evitando solucionarlos.

Características

Algunas características que presentan las personas nomofóbicas, entre ellas se encuentran el usar el celular frecuentemente, no apagar el móvil en ninguna hora del día incluso dormir con el aparato móvil encendido, revisar constantemente el celular para ver si no le ha llegado algún mensaje o notificación de la red social, preferir tener contacto vía virtual y no socializar con las personas de manera directa y lo que más afecta es en lo económico ya que gastan dinero en mantener con saldo su celular.

Sin embargo, existen otras características como la baja autoestima, comportamientos sociales inapropiados, el miedo a relacionarse, ansiedad social, la falta de confianza en sí mismo, timidez, baja proactividad, aislamiento social, baja capacidad de afrontamiento, bajo sentido de autoeficacia, relaciones afectivas y sociales. Parece estar relacionado con esta dependencia, que puede conducir a varios deterioros en la calidad de vida debido al uso inapropiado y exagerado de teléfonos inteligentes.

Síntomas

Entre los síntomas que presentan las personas nomofóbicos son sensación de ansiedad, depresión, pánico, taquicardia, sudoración y hasta problemas de insomnio. Estos síntomas se relacionan entre sí, y lo sufren la mayoría de las personas que usan los celulares móviles, el quedarse sin acceso a este dispositivo, no tener internet, en si no pueden dejar de estar conectados lo cual llega a generar los distintos tipos de síntomas antes mencionados.

Complicaciones

Las consecuencias que trae consigo la nomofobia es el insomnio, debido a que, al no apagar el celular por la noche, se siguen contestando los mensajes, a la hora que sea, así interrumpiendo el ciclo natural del sueño.

Existen complicaciones fisiológicas tales como tinnitus, esto se debe a la utilización del celular por más de 10 minutos lo cual aumenta en gran porcentaje de contraer esta enfermedad, dolor y rigidez en las manos y dedos, es otra de las consecuencias que puede

afectar el hecho de pasar muchas horas con el teléfono celular, dolor en el cuello, dolor de cabeza que genera sensación de mareo que puede acompañarse por presión en los oídos y ojos.

Entre las complicaciones sociales, la falta de autoestima y la inseguridad personal, es otro efecto de la nomofobia, esto conlleva a las personas a refugiarse en su mundo virtual, huyendo de los problemas y evitando solucionarlos. La nomofobia afecta en las relaciones afectivas (noviazgo, matrimonio, familia, amistad, relaciones con los demás), ya que no permite una comunicación positiva, puesto que una o ambas partes involucradas presentan más atención al celular.

Otra consecuencia de ser nomofóbicos es que, al dedicarle tanto tiempo al móvil, se les resta tiempo a otras actividades. En el caso de los universitarios, el prestar atención demasiado tiempo al celular llega a afectar su rendimiento académico, ya que ponen como prioridad el uso del celular, además, si le sumamos que no duermen bien por estar con el celular en la mano, al día siguiente no podrán concentrarse y estarán cansados.

Prevención

La mejor manera de prevenir esta adicción y que aparezcan síndromes psicosociales es aprender a utilizar correctamente el celular. Algunas acciones que puedes hacer son:

- Mientras duermas apaga tu celular, así evitas que interfiera en tus horas de sueño
- Fíjate un tiempo límite para usar el celular, disminuyendo progresivamente el tiempo de uso.
- Dedicar tu tiempo a actividades que no incluyan el celular, como leer un libro, arreglar tu cuarto, ayudar a tu mamá en alguna actividad en casa, entre otras cosas.
- Prioriza pasar tiempo con tu familia, dejando de lado el aparato tecnológico
- Sal con tus amigos a divertirte, interactúa más con ellos.

QUE EL CELULAR NO TE quite la vida, APROVECHA TU TIEMPO EN ALGO PRODUCTIVO.

Anexo 6: Certificado Antiplagio



Universidad Estatal
Península de Santa Elena



Biblioteca General

La Libertad, 03 de septiembre del 2020

CERTIFICADO ANTIPLAGIO

001-TUTOR ESA-2020

En calidad de tutor del trabajo de titulación denominado **“LA NOMOFOBIA Y SU RELACIÓN EN LOS TRASTORNOS PSICOSOCIALES EN LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA. UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA DE SANTA ELENA 2020.”** elaborado por los estudiantes Srta. **BACUSOY MUÑOZ JENNIFER RAQUEL**, de la Carrera de Enfermería. Facultad de Ciencias Sociales y de la Salud perteneciente a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del título de Licenciatura en Enfermería, me permito declarar que una vez analizado en el sistema antiplagio URKUND, luego de haber cumplido los requerimientos exigidos de valoración, el presente **trabajo de investigación** ejecutado, se encuentra con el **8%** de la valoración permitida, por consiguiente, se procede a emitir el presente informe.

Adjunto reporte de similitud.

Atentamente,

Lic. Elsie Saavedra Alvarado, Mgs.
DOCENTE TUTOR

Anexo 7: Reporte Urkund



Universidad Estatal
Península de Santa Elena



Biblioteca General

URKUND

Documento [PROYECTO DE INVESTIGACION-JENNIFER BACUSOY MUÑOZ.docx](#) (D78521973)

Presentado 2020-09-02 20:30 (-05:00)

Presentado por raquelitap.24r@gmail.com

Recibido esaavedra.upse@analysis.orkund.com

Mensaje PROYECTO DE INVESTIGACION [Mostrar el mensaje completo](#)

8% de estas 10 páginas, se componen de texto presente en 8 fuentes.

Fuentes de similitud

Lista de fuentes		Bloques	
⊕	Categoría	Enlace/nombre de archivo	☑
⊕		https://nomofobiaenlapreparatoria1.blogspot.com/	☐
⊕	>	https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/6173/1/FCHE-PEOV-60.pdf	☐
⊕		https://www.cosede.gob.ec/wp-content/uploads/2019/08/CONSTITUCION-DE-LA-REPUBLICA-DEL-E...	☑
⊕		orkum yajaira briones .pdf	☑
⊕		Nomofobia en estudiantes universitarios, estudio realizado en la Universidad Católica de Cuenca Sed...	☑
⊕		https://repositorio.uade.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/7414/Acosta%20Claudio-%20T...	☑
⊕		https://www.eumed.net/rev/cccss/2016/03/nomofobia.html	☑
⊕		https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/1009/1/IDENTIFICACION%20DE%20LOS%20FACTO...	☑
⊕	Fuentes alternativas		
⊕	Fuentes no usadas		

Biblioteca General

Vía La Libertad – Santa Elena
Correo: biblioteca@upse.edu.ec
Teléfono: 042781738 ext. 136