

FACULTAD DE HUMANIDADES

Escuela Académico Profesional de Psicología

Trabajo de Investigación

**Dependencia al celular en estudiantes
universitarios**

Richard Antony Inche Campos
Erika Georgina Paucar Arauco
Jhonatan André Ulloa Dávila

Para optar el Grado Académico de
Bachiller en Psicología

Huancayo, 2021

Repositorio Institucional Continental
Trabajo de investigación



Esta obra está bajo una Licencia "Creative Commons Atribución 4.0 Internacional" .

Índice

Resumen	4
Abstract.....	6
Introducción.....	8
Metodología.....	10
Resultados y discusión	10
Factores asociados a la dependencia al celular en estudiantes universitarios	12
Factores sociodemográficos	12
Factores emocionales o socioemocionales.....	14
Factores tecnológicos	15
Características de la dependencia al celular en estudiantes universitarios	15
Repercusiones de la dependencia al celular en estudiantes universitarios	16
Conclusión.....	13
Referencias.....	19

Agradecimiento

El equipo agradece encarecidamente a la psicóloga Rosario por su confianza y apoyo en la elaboración de este artículo de revisión.

También agradecemos a nuestros padres por el apoyo incondicional en nuestra formación.

Finalmente, agradecemos a Dios por permitirnos disfrutar de la compañía de nuestros seres queridos, la bendición de cada día y guiarnos en nuestro camino.

Resumen

Objetivo: Analizar información producto de una revisión de literatura científica acerca de la dependencia al celular en estudiantes universitarios, para identificar las características, factores asociados y efectos de este fenómeno, de tal manera que el presente trabajo sea un aporte al contexto actual. **Método:** Se realizó una revisión bibliográfica en las siguientes bases de datos: EBSCOhost, ProQuest, Dialnet y Redalyc. Los términos usados en la búsqueda fueron “nomofobia”, “adicción al celular” “dependencia al celular” “estudiantes universitarios”. De esta forma se consideraron las investigaciones en inglés y español que contenían en sus objetivos o contenido a alumnos universitarios y su relación con la dependencia a un equipo móvil; se excluyeron reseñas de libros e informes. Luego del filtro que se practicó, se obtuvo un total de 24 artículos tanto originales como revisados, que fueron objeto de análisis. **Resultados:** Se identificó que los factores asociados más recurrentes son: sexo, edad, nivel de estudios, tipo de conexión, percepción de soledad, necesidad comunicativa, y predisposición por un padecimiento mental. Las características más prevalentes fueron el tiempo excesivo en el uso del equipo móvil y la frecuencia continua sobre la utilización de los recursos que brinda el equipo; entre las repercusiones más evidentes se identificaron afectaciones a nivel físico, cognitivo, relacional, académico y psicofisiológico. **Conclusión:** Se concluye que las mujeres son más propensas a desarrollar una dependencia al celular y la mayoría de universitarios lo desarrolla antes de los 18 años. Además, la característica más recurrente es el uso excesivo de estos equipos en horas de clase, conversaciones familiares, horas de alimentación y horas de sueño. Las repercusiones que se identificaron son la disminución de la vista, cefalea, disminución en el rendimiento académico, disminución en sus relaciones interpersonales —con preferencia a una comunicación no directiva— y la presencia de

síntomas psicofisiológicos como los temblores y sudoración. Estos componentes se están agravando debido a la pandemia de la covid-19, que forzó la utilización excesiva de estos equipos para poder cumplir las diferentes actividades sociales, por lo que se recomienda realizar investigaciones empíricas acerca de este fenómeno.

Palabras clave: dependencia al celular, estudiantes universitarios, nomofobia.

Abstract

Objective: to analyze information resulting from a review of scientific literature about cell phone dependence in university students to identify the characteristics, associated factors and effects of this phenomenon, in such a way that we can contribute to the current context. Method: A bibliographic review was carried out in the following libraries: EBSCOhost, ProQuest, Dialnet and Redalyc. The terms used in the search were "nomophobia", "cell phone addiction" "cell phone dependency" "university students". In this way, research in English and Spanish that contained university students in their objectives or content and their relationship with dependence on a mobile computer were considered; book reviews and reports were excluded. After the filter that was practiced, a total of 24 articles, both original and revised, were obtained, which were analyzed. Results: It was identified that the most recurrent associated factors are: sex, age, educational level, type of connection, perception of loneliness, communicative need and a predisposition for a mental illness. The most prevalent characteristics were excessive time in the use of mobile equipment, continuous frequency on the use of the resources provided by the equipment and, among the most obvious repercussions, physical, cognitive, relational, academic and psychophysiological effects were identified. Conclusion: It's concluded that women are more likely to develop a cell phone dependence and the majority of university students develop it before the age of 18. In addition, the most recurrent characteristic is the excessive use of these equipment in class hours, family conversations, feeding hours and sleeping hours. The repercussions that were identified are decreased eyesight, headache, decreased academic performance, decreased interpersonal relationships, preferring non-directive communication and the presence of psychophysiological symptoms such as tremors and sweating. These components are worsening due to the

Covid-19 pandemic, which forced us to overuse these equipment in order to carry out our different social activities, so it's recommended to carry out empirical investigations about this phenomenon.

Key word: cell phone dependence, university students and nomophobia

Introducción

López (2012, como se citó en García & Fabila, 2014) manifestó que por parte de la ciudadanía el llegar a una cifra de mil millones de usuarios de telefonía móvil tomó un total de 20 años, pero el llegar a mil millones de usuarios solo llevó un tiempo de cinco meses; por lo que se comprende que el incremento en el uso de estos equipos se debe a la facilidad que proporcionan al usuario en el desarrollo de sus actividades, como es el caso de los *smartphones* o *tablets* (Alonso, 2011, como se citó en Jaramillo et al., 2017).

Con los años, se les fue añadiendo aplicaciones de fácil instalación y, por ende, la proporción de un mejor uso, a diferencia de hace 15 años, en donde solo se los utilizaba para recibir y hacer llamadas telefónicas. De esta forma, la relevancia sobre la vida de los ciudadanos implicó un complemento en el ejercicio de sus responsabilidades sociales; por ejemplo, el poder conectarse mediante internet con amigos o familiares, revisar noticias en tiempo real, realizar llamadas, enviar mensajes de texto, entre otros (Matoza-Báez & Carballo-Ramírez, 2016).

Hilt (2019) indicó que la adicción a equipos móviles no se da por la frecuencia del uso sino por el nivel de dependencia que genera. Por ejemplo, los adictos al celular tienen temor a perderse las novedades y publicaciones de sus amigos en las redes sociales; es por ello que lo revisan reiteradas veces. La clasificación internacional de los trastornos mentales y del comportamiento (CIE-10) refiere que la dependencia al celular va estar en similitud con la nomofobia, codificada como F40.2 (fobias específicas), en la que se considera la siguiente sintomatología: (a) miedo a una situación específica, (b) evitación marcada de una situación específica, (c) síntomas ansiosos, (d) malestar emocional significativo que llega a ser exagerado, y (e) síntomas limitados a una situación específica. Por otro lado, en el 2013, el Manual Diagnóstico

y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V) incluyó el término *nomophobia* en relación con una fobia específica por desconectarse del equipo móvil (Bhattacharya et al., 2019).

El Centro de Investigaciones Médicas en Ansiedad (como se citó en Isidro & Moreno, 2018) definió a las adicciones comportamentales como los trastornos que están entre las adicciones y el trastorno obsesivo compulsivo; estas tienen relación con diversas actividades humanas que generalmente ocasionan placer y no están vinculadas al consumo de sustancias químicas. Por ello, se considera la manifestación de este fenómeno en Latinoamérica; por ejemplo, en Argentina se identificó que el 80% de la población joven que participó de un estudio del Centro de Trastornos de Ansiedad de Buenos Aires refería mantener un uso excesivo de equipos telefónicos; estos jóvenes tenían entre 18 y 25 años (“Adicción al celular es parecida a dependencia a las drogas”, 2017). En México, durante el 2009, el 60% de la población utilizaba un celular y el 37% mantenía un acceso a la red de internet desde uno de estos dispositivos (AMPICI, 2010, como se citó en García & Fabila, 2014). Asimismo, en el Perú, el Instituto Nacional de Salud Honorio Delgado Hideyo Noguchi dio a conocer que de la población que emplea equipos móviles, el 30 a 40% llega a concretar una conducta adictiva a estos equipos, en especial el síndrome de abstinencia (“Adicción al teléfono móvil afecta al 40% de usuarios en Perú”, 2013). Además, en Arequipa, un estudio desarrollado en población universitaria permitió conocer que el 8,1% del sexo femenino y el 3,4% del sexo masculino manifestaban tener síntomas de adicción al teléfono (Morales, 2012).

De acuerdo con guías nacionales e internacionales, la intervención sobre los casos de dependencia al celular se basarán en un enfoque preventivo de cinco fases: (a) el control adecuado sobre el tiempo de utilización de un celular es fundamental para evitar

la creación o desarrollo de un hábito, en este caso negativo; (b) contemplar la privacidad vulnerada al momento de compartir información por un celular, (c) regular la incidencia del contenido que se frecuenta, (d) la incidencia del componente familiar, es decir que los miembros deben promover una mayor comunicación oral en diversos momentos y mayores propuestas de ocio que permitan a la persona no enfocar su medio de atención a un equipo telefónico sino a compartir momentos en familia; y (e), la subjetividad propia del sujeto, es decir, que se debe promover la educación acerca de la utilización idónea del celular en beneficio del desarrollo personal, familiar, académico, etc., sin concretar una dependencia de este mismo (Terán, 2019).

Metodología

Se realizó una revisión bibliográfica en las siguientes bases de datos: EBSCOhost, ProQuest, Dialnet y Redalyc. Los términos usados en la búsqueda fueron “nomofobia”, “adicción al celular”, “dependencia al celular”, “estudiantes universitarios”. De esta forma, se consideraron las investigaciones en inglés y español que contenían en sus objetivos o contenido a alumnos universitarios y su relación con la dependencia a un equipo telefónico; se excluyeron reseñas de libros e informes. Respecto al filtro que se practicó, se obtuvo un total de 24 artículos tanto originales como revisados, cuyos hallazgos fueron objeto de análisis.

Resultados y discusión

Tabla 1

Resumen de los artículos identificados en las bases de datos

Nº de artículo	Año de publicación	País	Tipo de publicación	Base de datos
1	2019	China	Artículo original	ProQuest
2	2020	Irán	Artículo original	EBSCOhost
3	2017	India	Artículo original	EBSCOhost
4	2020	India	Artículo original	EBSCOhost
5	2020	Brasil	Artículo de revisión	EBSCOhost
6	2020	Arabia Saudita	Artículo original	EBSCOhost
7	2016	Paraguay	Artículo original	EBSCOhost
8	2019	Arabia Saudita	Artículo de revisión	Dialnet
9	2020	Perú	Artículo original	EBSCOhost
10	2020	Irak	Artículo original	Dialnet
11	2019	México	Artículo original	Dialnet
12	2018	Arabia Saudita	Artículo original	Dialnet
13	2016	Tailandia	Artículo original	Dialnet
14	2017	EE.UU.	Artículo original	EBSCOhost
15	2020	España	Artículo de revisión	Dialnet
16	2019	Perú	Artículo de revisión	Dialnet
17	2020	Turquía	Artículo de revisión	ProQuest
18	2018	España	Artículo de revisión	Redalyc
19	2020	Turquía	Artículo original	ProQuest
20	2020	Turquía	Artículo original	ProQuest
21	2014	México	Artículo de revisión	Dialnet
22	2020	Turquía	Artículo original	Dialnet
23	2020	Turquía	Artículo original	ProQuest
24	2018	España	Artículo de revisión	Dialnet

Factores asociados a la dependencia al celular en estudiantes universitarios

Factores sociodemográficos

Sexo: En los artículos revisados se concretó que el riesgo de desarrollar una conducta adictiva a un teléfono móvil es mayor en el sexo femenino que en el masculino (Salman Alavi et al., 2020). Se identificó que las mujeres en un 72,8% presentan mayor adicción al teléfono móvil a diferencia de los hombres, con un 27,2% (Laurence et al., 2020). En consenso, Alkhateeb et al. (2020) identificaron que un 23,4% de universitarias utiliza más frecuentemente los teléfonos móviles, a diferencia de un 15,6% de universitarios. Del mismo modo, Ibrahim et al. (2018) mencionaron que las mujeres usan el celular por más tiempo que los varones y tienen mayor riesgo a caer en la dependencia.

Sin embargo, Matoza-Báez y Carballo-Ramírez (2016) refirieron que el sexo femenino presenta una prevalencia de nomofobia leve a diferencia del sexo masculino, que presenta una prevalencia de nomofobia moderada. También, Hadi et al. (2020) coincidieron con los autores anteriores, pues encontraron que el 52% de los dependientes al celular son varones, frente al 48% que son adictas mujeres. Por su parte, Bhattacharya et al. (2019) mencionaron que el 58% de varones y el 47% de mujeres de estudiantes de Reino Unido sufren de dependencia al celular. Por último, un estudio demostró que la duración media del uso de los celulares por día fue de $4,5 \pm 2,5$ horas entre las mujeres estudiantes y de $4,1 \pm 2,7$ horas entre los varones, por lo que se dice que existe una relación estadísticamente significativa en la duración media del uso de teléfonos inteligentes por día mayormente en hombres a diferencia de las mujeres (Kumcağiz et al., 2020).

Edad: Alkhateeb et al. (2020) indicaron que el 70% del alumnado universitario que participó de un estudio sobre conducta frecuente de uso del celular aseveró haber empezado su uso antes de cumplir los 18 años. Por otro lado, Hadi et al. (2020) mencionaron que el 81% de los dependientes al celular son personas de entre 15 y 30 años, de los cuales el 70% tiene adicción severa, el 9% adicción media y el 21% adicción baja. También, los más susceptibles son los adolescentes y jóvenes de entre 16 y 24 años (De la Cruz Sandoval et al., 2019).

Nivel de estudios: Los estudiantes que se encuentran en primero, quinto y sexto ciclo manifestaron una nomofobia moderada a diferencia de los que se encuentran en segundo, tercero y cuarto ciclo, que mantienen una nomofobia leve (Matoza-Báez & Carballo-Ramírez, 2016). Por otro lado, se precisa que los estudiantes que se encuentran en pregrado tienden a usar más un equipo móvil a diferencia de los estudiantes que se encuentran en postgrado (Laurence et al., 2020).

Tipo de conexión: Se identificó que los estudiantes que no cuentan con wifi tienden a usar más el equipo móvil a diferencia de los estudiantes que sí cuentan con este componente. Además, los alumnos que mantienen una suscripción a un plan de telefonía conocida como pospago tienden a usar más su equipo telefónico a diferencia de los alumnos que mantienen un servicio libre conocido como prepago (Deshpande & Deshpande, 2017).

Factores emocionales o socio emocionales

Percepción de soledad: El 63% de alumnos que usó el celular presentaba una soledad mínima, el 24,5% presentaba una soledad leve, un 9,7% manifestaba una soledad moderada y un 2.7% refería mantener una soledad prevalente (Laurence et al., 2020). Esto se podría corroborar con el estudio presentado por(Kumcağiz et al. (2020), quienes resaltaron una diferencia estadísticamente significativa entre todas las subescalas de la escala de adicción a los teléfonos inteligentes y el lugar de residencia, es decir, que los estudiantes que vivían con sus padres tenían las puntuaciones medias más bajas de adicción al móvil, mientras que los estudiantes que vivían solos tenían las puntuaciones medias más altas. Asimismo, se identificó que los estudiantes que viven en un hostel o alquilan un cuarto tienden a usar mayormente su equipo telefónico a diferencia de los estudiantes que viven en casa propia (Deshpande & Deshpande, 2017).

Necesidad comunicativa: Se precisó que el 82,6% de la muestra de estudiantes con adicción al móvil lo utilizaba para acceder a las redes sociales, el 80,9% para hablar, el 46,5% para navegar en Internet, el 46,4% para utilizar diversas aplicaciones educativas y aprender, 32,2% para seguir sus correos electrónicos, 31% para jugar y 41,6% para tomar fotos (Kumcağiz et al., 2020). Igualmente, Laurence et al. (2020) explicaron que el 100% de estudiantes usa WhatsApp frecuentemente, un 96% emplea Facebook y un 85% Instagram.

Predisposición debido a un padecimiento mental: Alavi et al. (2020) identificaron que el trastorno bipolar, trastorno depresivo, trastorno obsesivo, trastorno dependiente

y trastorno ansioso van a mantener una relevancia significativa al momento de desarrollar esta adicción telefónica. También, Hilt (2019) explicó que existe una relación entre este tipo de adicción al celular y la depresión e inestabilidad emocional, el síndrome de túnel carpiano, el trastorno del sueño, el consumo de alcohol y el fracaso escolar. Y por último, Lee et al. (2017) mencionaron que hay una asociación significativa entre los trastornos como el TOC, la ansiedad y la depresión, y la dependencia al móvil.

Factores tecnológicos

Disposición de adquisición: El 22% de estudiantes busca comprar otro equipo telefónico a menudo, el 28% otro equipo con más frecuencia, el 26% lo compra no muy a menudo, de preferencia anualmente, y el 24% un nuevo equipo cada vez que una compañía de su preferencia pone al mercado un modelo más actualizado, como el caso de los celulares iPhone (Barani et al., 2020).

Características de la dependencia al celular en estudiantes universitarios

Frecuencia y tiempo de uso del celular: Barani et al. (2020) mencionaron en su investigación que el 46% del alumnado universitario encuestado emplea este equipo mientras consume sus alimentos, un 41% de alumnado universitario encuestado lo emplea raramente en estos espacios de alimentación, y un 13% no lo usa completamente pues prefiere consumir estos alimentos sin la distracción de estos equipos. Asimismo, el 68,5% de estudiantes refirió que utiliza los equipos móviles cuando maneja (Alkhateeb et al., 2020). Por su parte, Asensio, et.al. (2018 como se citó en Pascual & Castelló, 2020) afirmaron que el 61% de las personas que tienen celular miran su móvil durante los primero cinco minutos luego de despertarse y el 72% de las personas miran

su celular por lo menos una vez por hora, y más del 50% lo comprueba varias veces en una hora. En consenso con lo anterior, Bhattacharya et al. (2019) indicaron que el 50% de los estudiantes encuestados nunca apagan el celular y el 77% lo revisa más de 35 veces al día.

Repercusiones de la dependencia al celular en estudiantes universitarios

Efectos físicos: Se precisó que el 46% de alumnado universitario con equipo móvil utiliza anteojos frecuentemente, un 35% solo lo utiliza a veces y un 19% manifestó que no utiliza anteojos (Barani et al., 2020). Asimismo, un 54% de este alumnado es propenso a sufrir cefalea con mayor frecuencia, un 10% es propenso a sufrirlo a veces y un 36% manifestó que no experimenta estos dolores (Barani et al., 2020). En consenso, Alkhateeb et al. (2020) identificaron que el 39,2% de alumnado universitario experimenta rigidez y dolor muscular; específicamente un 29% refirió tener molestias en el hombro y un 27,2% en el cuello y espalda. Además, un 40% indicó tener molestias en la muñeca.

Efectos cognitivos: Se precisó que el 37% de estudiantes que manejan un equipo móvil refirió que no mejora su coeficiente intelectual, el 36% no tiene idea al respecto y el 27% manifestó que la utilización de sus equipos móviles sí mejora su potencial cognitivo (Barani et al., 2020). Los estudiantes de medicina con menor promedio presentaron un nivel leve de nomofobia a diferencia de los que tienen un mayor promedio, con una incidencia de nomofobia moderada (Matoza-Báez & Carballo-Ramírez, 2016).

Efectos relacionales: De la Cruz et al. (2020) relacionaron las habilidades sociales de estudiantes universitarios y su dependencia al celular, donde mostraron una relación inversa y altamente significativa. Además, Gamero et al. (2016 como se citó en Hilt, 2019) señalaron en sus estudios que un uso de tipo excesivo y desregulado del celular podría interferir en el desarrollo interpersonal, y esto se podría manifestar mediante una pérdida de contacto visual con el entorno social.

Efectos académicos: Hilt (2019) mencionó que los estudiantes con altos niveles de dependencia al celular tienen menos hábitos de lectura, menos actitud hacia la lectura y un promedio académico bajo. Igualmente, Thomas (2017) señaló que la adicción al teléfono influye en el rendimiento académico, ya que disminuye la concentración e interrumpe sus estudios. Asimismo, Mendoza et al. (2020) indicaron que el uso del celular está en relación con el aprendizaje defectuoso, pues este aparato causa mayor distracción en los jóvenes estudiantes, ya que un 39% lo utiliza con mayor frecuencia, un 33% lo usa ocasionalmente y un 28% no emplea sus equipo durante estos periodos académicos (Barani et al., 2020).

Efectos psicofisiológicos: El 59% del alumnado universitario emplea este equipo con mayor frecuencia antes de dormir, un 38% solo lo usa a veces y un 3% no lo usa completamente antes de dormir (Barani et al., 2020); se pudo identificar que en un 52% vio perjudicado su sueño con mayor frecuencia, un 31% dijo que solo se perjudicó en ocasiones y un 17% que su sueño ha sido calmado (Barani et al., 2020). Igualmente, Bhattacharya et al. (2019) refirió que los signos y síntomas más comunes en estudiantes universitarios son: (a) ansiedad, (b) cambios en la respiración, (c) temblores, (d) agitación, (e) desorientación, y (f) taquicardia. En consenso, Ali, et.al. (2017 como se

citaron en Pascual & Castelló, 2020) aseveraron que los alumnos pueden presentar ansiedad por no poder comunicarse, miedo a no tener conexión, miedo a no acceder a información reciente y miedo a renunciar a la satisfacción que produce una experiencia con el equipo móvil.

Conclusiones

Los factores más recurrentes asociados a la dependencia al celular son: (a) sexo, (b) edad, (c) nivel de estudio, (d) tipo de conexión, (e) percepción de soledad, (f) necesidad comunicativa, y (g) predisposición por un padecimiento mental. Las características más frecuentes son el tiempo excesivo en el uso y la frecuencia continua por utilizar los recursos que brinda el equipo. Las repercusiones en el estudiante serán a nivel físico, cognitivo, relacional, académico y psicofisiológico.

El contexto de confinamiento en el cual se encuentran las personas debido a la pandemia de la covid-19 ha conllevado una serie de cambios en su relación con el entorno; específicamente, se han visto forzadas a emplear la tecnología en un mayor grado para poder continuar con el desarrollo de sus actividades. De esta forma, se concreta que los factores asociados, las características y las repercusiones van a sufrir un incremento debido al uso forzado de los equipos telefónicos por estudiantes universitarios en el presente año, con el riesgo de que estas variables se puedan cronificar y patologizar.

Se recomienda revisar mayores artículos actualizados sobre la dependencia al celular en estudiantes universitarios para concretar y validar la prevalencia de los factores asociados, características y repercusiones de este fenómeno. Asimismo, se recomienda la realización de una investigación empírica sobre el desarrollo de esta variable y, de esta forma, poder efectuar programas de prevención e intervención en beneficio de un adecuado desarrollo personal y profesional del estudiante.

Referencias

- Alavi, S., Ghanizadeh, M., Farahani, M., Jannatifard, F., Esmaili Alamuti, S., & Mohammadi, M. (abril de 2020). Addictive use of smartphones and mental disorders in university students [Uso adictivo de teléfonos inteligentes y trastornos mentales en estudiantes universitarios]. *Iranian Journal of Psychiatry, 15*(2), 96-104.
<https://ijps.tums.ac.ir/index.php/ijps/article/view/1992>
- Alkhateeb, A., Alboali, R., Alharbi, W., & Saleh, O. (2020). Smartphone addiction and its complications related to health and daily activities among university students in Saudi Arabia: A multicenter study [La adicción a los teléfonos inteligentes y sus complicaciones relacionadas con la salud y las actividades diarias entre estudiantes universitarios en Arabia Saudita: un estudio multicéntrico]. *Journal of Family Medicine and Primary Care, 9*(7), 3220–3224. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_1224_19
- Adicción al celular es parecida a dependencia a las drogas. (11 de noviembre de 2017). *Telesur*. <https://www.telesurtv.net/news/Adiccion-al-celular-es-parecida-a-dependencia-a-las-drogas-20171111-0036.html>
- Adicción al teléfono móvil afecta al 40% de usuarios en Perú. (7 de febrero de 2013). *Andina*. <https://andina.pe/agencia/noticia-adiccion-al-telefono-movil-afecta-al-40-usuarios-peru-446589.aspx>
- Bal, E., & Balci, Ş. (2020). Akıllı Cep Telefonu Bağımlılığı: Kişilik Özellikleri ve Kullanım Örüntülerinin Etkinliği Üzerine Bir İnceleme. *Erciyes İletişim Dergisi, 7*(1), 369–394. <https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.654569>
- Barani, S., Leslie, S., & Brundha, M. (2020). Comparison study of factors associated with smartphone addiction among college students. *Drug Invention Today, 14*(6), 1165-1168. https://jpr solutions.info/article_detail.php?article_id=5240
- Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava, A., & Singh, A. (2019). NOMOPHOBIA: NO MOBILE PHONE PHOBIA. *Journal of Family Medicine and Primary Care, 8*(4), 1297-1300. https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_71_19
- De la Cruz, D., Torres, L., & Yánac, E. (julio-diciembre de 2019). Efectos de la dependencia al celular en las habilidades sociales de los estudiantes universitarios. *Revista Científica de Ciencias de la Salud, 12*(2), 37-44. <https://doi.org/10.17162/rccs.v12i2.1214>
- Deshpande, & Deshpande. (2017). A study of cell phone dependency among college students [Un estudio de la dependencia del teléfono celular entre estudiantes universitarios]. *Indian Journal of Health & Wellbeing, 8*(8), 867-871. <http://web.a.ebscohost.com/ehost/detail/detail?vid=4&sid=a534bcb8-5033-42ad-9828-517cce6923d6%40sessionmgr4007&bdata=Jmxhbm9ZXMmc2l0ZT1laG9zdC1saXZl#AN=125143074&db=a9h>

- Echeburúa, E., & Requesens, A. (2012). *Adicción a redes sociales y nuevas tecnologías en niños y adolescentes: guía para educadores*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Echeburúa, E., & De Corral, P. (junio de 2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Ertemel, A. V., & Ari, E. (2020). A marketing approach to a psychological problem: Problematic smartphone use on adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 1-17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072471>
- García, V., & Fabila, A. (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*, (86). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199530728048>
- Hadi, B., Faris, A., & Nasir, K. (2020). Assessment for No Mobile Phone Phobia (Nomophobia). *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(9), 4022-4028. <https://www.researchgate.net/publication/342833746>
- Hilt, J. (2019). Dependencia del celular, hábitos y actitudes hacia la lectura y su relación con el rendimiento académico. *Apuntes Universitarios*, 9(3), 103-116. <https://doi.org/10.17162/au.v9i3.384>
- Ibrahim, N., Baharoon, B., Banjar, W., Jar, A., Ashor, R., Aman, A., & Al-Ahmadi, J. (2018). Mobile phone addiction and its relationship to sleep quality and academic achievement of medical students at King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *Journal of Research in Health Sciences*, 18(3). <http://jrhs.umsha.ac.ir/index.php/JRHS/article/view/4166/pdf>
- Isidro, A., & Moreno, T. (2018). Redes sociales y aplicaciones de móvil: uso, abuso y adicción. *International Journal of Developmental and Educational Psychology - INFAD Revista de Psicología*, (1), 203-212. <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3498/349857603020/html/index.html>
- Jaramillo, K., Navia, F., & Camacho, W. (marzo de 2017). Niños y adolescentes. Su dependencia de la tecnología móvil. *Revista Pertinencia Académica*, (2), 57-68. <http://revista-academica.utb.edu.ec/index.php/pertacade/article/view/17>
- Kumcağiz, H., Terzi, Ö., Koç, B., & Terzi, M. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 13-39. <https://doi.org/10.15869/itobiad.629737>
- Laurence, P., Busin, Y., Da Cunha, H., & Coutinho, E. (2020). Predictors of problematic smartphone use among university students [Predictores del uso problemático de teléfonos inteligentes entre estudiantes universitarios]. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 33(1), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s41155-020-00147-8>

- Lee, S., Kim, M. W., McDonough, I. M., Mendoza, J. S., & Kim, M. S. (mayo-junio de 2017). The effects of cell phone use and emotion-regulation style on college students' learning. *Applied Cognitive Psychology*, 31(3), 360-366. <https://doi.org/10.1002/acp.3323>
- Lee, S., McDonough, I., Mendoza, J., Brasfield, M., Enam, T., Reynolds, C., & Pody, B. (2020). Cellphone addiction explains how cellphones impair learning for lecture materials. *Applied Cognitive Psychology*, 1-13. <https://doi.org/10.1002/acp.3745>
- Liu, R., Wang, J., Gu, D., Ding, Y., Oei, T., Hong, W., Zhen R., & Li, Y. (2019). The effect of parental phubbing on teenager's mobile phone dependency behaviors: the mediation role of subjective norm and dependency intention [El efecto del *phubbing* de los padres en los comportamientos de dependencia del teléfono móvil de los adolescentes: el papel de mediación de la norma subjetiva y la intención de dependencia]. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 1059-1069. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S224133>
- Matoza-Báez, C., & Carballo-Ramírez, M. (2016). Nivel de nomofobia en estudiantes de medicina de Paraguay, año 2015. *CIMEL*, 21(1), 28-30. <https://www.cimel.felsocem.net/index.php/CIMEL/article/view/624>
- Morales, L. (2012). Adicción al teléfono móvil o celular. *Revista de Psicología de Arequipa*, 2(1), 94-102. <https://docplayer.es/3321662-Adiccion-al-telefono-movil-o-celular.html>
- Pacual, E., & Castelló, A. (julio-setiembre de 2020). Nuevas adicciones: nomofobia o el "no sin mi móvil". *Gaceta Internacional de Ciencias Forenses*, (36), 41-45. <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/76141/7513958.pdf>
- Terán, A. (2019). Ciberadicciones. Adicción a las nuevas tecnologías (NTIC). En AEPap (ed.). *Congreso de Actualización Pediatría 2019* (pp. 131-141). Madrid: Lúa Ediciones 3.0.
- Thomas, D. (2017). Cellphone addiction and academic stress among university students in Thailand. *International Forum*, 19(2), 80-96. https://www.researchgate.net/publication/313451160_Cellphone_Addiction_and_Academic_Stress_among_University_Students_in_Thailand