

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

**Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles en
Adolescentes de 15 A 17 Años, en la I.E Champagnat Pinares de Oriente, de la Ciudad de
Villavicencio**

Claudia Patricia Rodríguez

Socorro Del Carmen Guaramá Otero

Trabajo para optar al título de:

Especialización en Desarrollo Integral de la Infancia y la Adolescencia

Corporación Universitaria Iberoamericana

Facultad De Educación

Bogotá D.C.

Octubre, 2021

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

**Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles en
Adolescentes de 15 A 17 Años, en la I.E Champagnat Pinares de Oriente, de la Ciudad de
Villavicencio**

Claudia Patricia Rodríguez

Socorro Del Carmen Guaramá Otero

Trabajo para optar al título de:

Especialización en Desarrollo Integral de la Infancia y la Adolescencia

Dirigido por:

Ronald Salamanca

Corporación Universitaria Iberoamericana

Facultad De Educación

Bogotá D.C.

Octubre, 2021

Tabla de contenido

Introducción	1
Capítulo 1. Descripción general del proyecto	4
1.1. Problema de investigación	4
1.1.1. Planteamiento del problema.....	4
1.1.2. Formulación del problema.	7
1.2. Objetivos.....	7
1.2.1. Objetivo general	7
1.2.2. Objetivos específicos.....	7
1.3. Justificación	8
Capítulo 2. Marco de Referencia.....	10
2.1. Marco Teórico	10
2.1.1. Antecedentes.	10
2.1.1.1 Antecedentes internacionales.	10
2.1.1.2 Antecedentes nacionales.	11
2.1.2.1. Ecología del desarrollo humano.	14
2.1.2.2. El enjambre digital.	15
2.2. Marco conceptual	17
2.2.1. Emociones.....	17
2.2.2. Tecnologías para la información y las comunicaciones	17
2.2.3. Redes sociales	18
2.2.5. Psicología de la emoción	19
2.2.6. Contexto social de la comunicación digital	21
2.2.7. La adolescencia como etapa de desarrollo.....	22
2.3. Marco Legal.....	23

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

2.3.1. Constitución Política de Colombia: Artículo 15.....	23
2.3.3. Ley 1098 de 2006: Artículo 33	24
Capítulo 3. Marco Metodológico	25
3.1. Tipo de estudio.....	25
3.1.1. Enfoque.....	25
3.1.1.1. Fases y etapas de la investigación cualitativa.....	26
3.1.1.2. Fase preparatoria.....	27
3.1.1.3. Trabajo de campo.....	27
3.1.1.5 Fase informativa	28
3.1.2 Tipo de análisis.	28
3.2. Población	29
3.2.1. Población	29
3.2.2. Muestra	32
3.3. Técnica para la recolección de la información	33
3.3.1. Entrevista semiestructurada	33
3.3.2. Protocolo.....	34
3.4. Consideraciones éticas	35
3.4.1. Resolución 8430 de 1993	35
3.5. Procedimientos.....	36
Conclusiones y Recomendaciones	83
Referencias Bibliográficas	87
Anexos	92

Lista de Figuras

Figura 1. Fases y etapas de la investigación cualitativa. Fuente Monje, C. 2011.....	26
Figura 2. Mapa de Villavicencio.....	26
Figura 3. Imagen aérea de Villavicencio.....	30
Figura 4. Folclor de Villavicencio.....	30
Figura 5. Folclor de Villavicencio.....	30
Figura 6. . Comunas de Villavicencio	30
Figura 7. Barrio La Porfía.....	31
Figura 8. Categorías de análisis. Diagrama Propio	39
Figura 9. Relación de categorías de análisis. Diagrama Propio	68

Lista de Tablas

Tabla 1 Cronograma de actividades.	36
Tabla 2. Matriz de codificación de los estudiantes.	40
Tabla 3. Análisis de contenido codificación abierta categoría 1	41
Tabla 4. Análisis de contenido codificación abierta categoría 2.....	50
Tabla 5. . Análisis de contenido codificación abierta categoría 3.....	58
Tabla 6. Análisis de contenido de la codificación Axial categorías.....	67
Tabla 7. Análisis de contenido de la codificación Axial subcategorías	67

Lista de Anexos

Anexo A. Contextualización del consentimiento informado para participar en estudios de investigación y autorización para el uso y divulgación de información de salud	92
Anexo B. Formato de Consentimiento Informado	94
Anexo C. Contextualización del consentimiento informado para realizar estudios de investigación y autorización para el uso y divulgación de información encontrada en la IE Champagnat Pinares de Oriente	95
Anexo D. . Formato de consentimiento informado institucional	97
Anexo E. Guía de entrevista cualitativa sobre las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes	98
Anexo F. Cronograma de Entrevistas por Plataforma Teams.....	101
Anexo G. Transcripción de entrevistas.....	102
Anexo H. Consentimiento Informado Institucional Firmado	132
Anexo I. Postulación Del Artículo	133
Anexo J. Resumen analítico de investigación - RAI.....	134
Anexo K. Link de acceso al Video desustentación del informe final de grado	144

Introducción

En la actualidad, los adolescentes tienen diferentes formas de interacción con el medio que les rodea, ya sea de manera presencial o digital como lo son los medios tecnológicos, las redes sociales y muchas otras maneras en las cuales las formas de comunicación se están basando más en lo digital, las reuniones sociales son virtuales, y la etapa de pandemia generada por el COVID-19 afianzo más la relación e interacción con las plataformas virtuales, se remplazó el contacto presencial por el contacto virtual.

Es ahí cuando se considera que la interacción social ya no se basa netamente en estar frente a una o más personas, sino que se empieza a manejar un contexto cada vez más virtual, usado por el adolescente como una herramienta de comunicación complementando la comunicación presencial, también se pueden presentar conductas compulsivas y la incapacidad de hacer uso del derecho a la desconexión pueden llevar al aislamiento y al rechazo de actividades recreativas o académicas; en casos más extremos, la ciberdependencia puede afectar la salud mental y física de las personas constituyendo una conducta nociva, que afecta el funcionamiento del individuo, su capacidad de interacción, y lo conduce al descuido de sí mismo y de los hábitos básicos de vida saludables como el comer, el dormir o ejercitarse", alerta a EL TIEMPO el doctor Cesar Humberto Torres González, médico psiquiatra especialista en Pedagogía para la Educación Superior.

Es por ello que, esta investigación busca comprender y reconocer específicamente los efectos emocionales que se presentan por la excesiva conexión virtual en los adolescentes de la IE Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio, concentrándose específicamente en las alteraciones de este tipo de interacción sobre el desarrollo emocional de esta población.

Algunos estudios como el de Olivencia y Cols (2016). En este sentido, de acuerdo con los estudios de Labrador (2010), menciona que se pone de manifiesto que el despliegue de las Nuevas Tecnologías de la Información (NT) es un fenómeno relativamente nuevo que han llevado a generar nuevos y significativos cambios en la sociedad. El uso de estas tecnologías, como los dispositivos móviles

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

puede generar tanto efectos positivos como negativos en los usuarios, estos efectos dependen de adecuado uso que se dé. Afirma Labrador (2010, pág.181) que: “El aspecto más controvertido y que mayor alarma social crea, es el potencial adictivo de estas tecnologías, especialmente entre los menores, los que mayor uso hacen de ellas”. También resalta en la investigación la valía elevada, en cuanto a los dispositivos móviles, de la conducta de consultas frecuentes de mirar con insistencia la pantalla para ver si hubo alguna llamada o SMS.

Por otra parte, Bronfenbrenner (1987), hace alusión a que el ambiente ecológico, se encuentra compuesto por una serie de estructuras concéntricas, en las que cada una se encuentra contenida por la siguiente, denominadas: microsistema (interrelaciones dentro del entorno inmediato como el hogar, la escuela), mesosistema (interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona participa activamente como el hogar, la escuela, amigos del barrio), exosistema (uno o más entornos que no incluyen a la persona como participante activo pero que le afectan por lo que ocurre), macrosistema (sistemas seriados e interconectados como una manifestación de la ideología y la organización de las instituciones sociales de una determinada cultura).

En este sentido, esta teoría muestra cómo se encuentran interconectados los diferentes entornos en los que se desarrolla en individuo y pese a que este no tenga una intervención activa directa en cada una de sus estructuras, éstas si influyen en él, lo que demuestra que el ambiente influye en el proceso de desarrollo del individuo y además requiere de un proceso de acomodación mutua que puede reestructurarlos, de acuerdo a las transiciones producidas cuando el individuo cambia de rol o de entorno.

Desde la perspectiva filosófica, Byung Chul Han, analiza este momento histórico como aquel en el que la revolución digital ha tornado al colectivo en el enjambre digital (Han, 2014, p. 15, 16), una sumatoria de individuos aislados que persiguen el ideal de la libertad absoluta a través de la comunicación digital, pero al que paradójicamente la conectividad permanente le ha implicado una coacción a su libertad en tanto, se tiene una relación casi obsesiva, coactiva, con el aparato digital. También aquí la libertad se trueca en coacción. Las redes sociales fortalecen masivamente esta coacción de la comunicación, que en

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

definitiva se desprende de la lógica del capital.

En Colombia, en el año 2000 había 2300 millones de subscripciones a Smartphone (SP) y a finales de 2010 ascendió a 44.5 millones (Colombia Digital, se citó en Peñuela, 2014, pág. 336). En el estudio referente al uso de los SP y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia), se puede resaltar que:

Con respecto a los sentimientos de los encuestados al dejar de utilizar su Smartphone por un momento, la mayoría (77.5 %) afirmó que se sentía “tranquilo”, mientras que el resto refirió “ansiedad” o “desesperación”. Cuando se indagó su sentimiento cuando es su interlocutor quien usa el celular durante un encuentro personal, el 61 % manifestó que se sentía “indiferente” y el 38.9 % “molesto” o “desplazado”. La razón principal de molestia es la “distracción del acompañante”. Cuando quien usa el celular es la pareja, el “malestar” fue el sentimiento más frecuente (53 %) y la razón principal el “sentirse desplazado” (Peñuela, 2014, p. 342).

Otros descubrimientos atrayentes del estudio es que solo una pequeña parte de la población manifestó que se sentía molesta cuando su acompañante usa el Smartphone, lo que deja ver que las nuevas formas de socialización fraccionan con los protocolos tradicionales de “buena” educación.

Aunque las repercusiones negativas del uso excesivo de los Smartphones y otras tecnologías en adolescentes, han sido estudiadas a nivel mundial y nacional, localmente en Villavicencio no existen investigaciones al respecto.

Capítulo 1. Descripción general del proyecto

1.1. Problema de investigación

El problema de investigación es el desconocimiento de las manifestaciones emocionales derivadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años.

1.1.1. Planteamiento del problema

El auge de las tecnologías comunicativas ha implicado un cambio en la interacción humana, y en consecuencia una transformación de procesos lingüísticos, de configuración identitaria y de expresión emocional. A este respecto el filósofo Byung Chul Han (2014), analiza estas temáticas definiendo la contemporaneidad como una comunidad de individuos aislados, mediados por la interacción digital y expuestos a un control social basado en la exposición virtual y voluntaria de la privacidad; en el marco de la autoexplotación que busca cumplir los estándares consumistas actuales, contexto que ha desatado una epidemia mundial de enfermedades mentales como el síndrome de burnout, la depresión y el síndrome de la fatiga informativa.

Esta descripción de la época actual, es conceptualizada por este pensador coreano como la *sociedad del cansancio*, categoría en la que el término cansancio alude tanto al agotamiento físico generado por la cultura del rendimiento excesivo como a fenómenos psicosociales recientemente descritos, tal como el síndrome de la fatiga informativa, sistematizado por primera vez por el psicólogo norteamericano Davis Lewis (1996).

Ahora bien, entendiendo la situación actual, donde los teléfonos inteligentes se han convertido en un símbolo de la adolescencia por su omnipresencia. Según un informe del Pew Research Center, el 92 por ciento de los adolescentes de EE.UU. (definidos en el documento como aquellos con edades comprendidas entre los 13 y los 17 años) reportan usar Internet a diario, y el 24 por ciento de ellos manifiesta hacerlo «casi a todas horas». Solo el 12 por ciento

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

afirma conectarse una sola vez al día. (Citado por Investigación y Ciencia, abril 2018). Se puede afirmar que, si se presenta un uso excesivo de estos dispositivos, por lo que es interesante, oportuno y pertinente buscar las manifestaciones emocionales que pueden surgir a raíz de esta realidad.

En este contexto, el uso excesivo de los dispositivos informáticos ha generado un progresivo aislamiento de los individuos, que redundará en una transformación de las dinámicas de la interacción social, elemento de vital interés para esta investigación en tanto *"el núcleo de la comunicación está constituido por las formas no verbales"* (Han, 2014. Pg. 28), que nos ayudan a lograr un mejor reconocimiento del mundo que nos rodea ya que involucra todos nuestros sentidos. Lo anterior, implica que hoy en día el ser humano se limita a la comunicación digital, dando muestras de la resistencia que el individuo presenta para enfrentarse al mundo real, evitando así el contacto físico y directo con las personas y transformando de esta manera las dinámicas de interacción comunicativa.

Desde esta perspectiva, se hace pertinente cuestionarse sobre la relación entre la dinámica interpersonal, anteriormente descrita y el desarrollo integral del adolescente. Ante la amplitud de esta problemática, proponemos enfocar la mirada de investigación en las manifestaciones emocionales, partiendo de la base, que *"Las emociones tienen una función de adaptación y son necesarias para que el hombre se prepare y se adapte a los cambios del entorno"* (Calicchio, 2020).

En cuanto a la influencia que puedan generar los dispositivos móviles en el estado de ánimo de los adolescentes Flora (2018), expone que estos se han convertido en apéndices corporales de los jóvenes y que todo a lo que uno dedica más tiempo deja una huella más profunda en el cerebro. Rosen, menciona en sus estudios una gran preocupación no sólo en

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

cuanto al uso que los adolescentes están dando al móvil, sino en la ansiedad tecnológica y los sentimientos negativos por no tener el teléfono, que distraen a los jóvenes de sus tareas (Citado por Flora 2018).

Debido a la situación de pandemia generada por el COVID-19 y las medidas tomadas a nivel nacional de confinamiento y educación virtual (Gobierno de Colombia, 2020), los adolescentes se han visto expuestos a poseer y depender de dispositivos móviles para acceder a la educación, lo que los lleva a tener acceso y permanecer más tiempo conectados a ellos.

Al explorar el contexto donde se desarrollará esta investigación, en la IE Champagnat Pinares de Oriente, al revisar los motivos de remisión a psicología clínica de la EPS se identifica, que durante el 2018 y el 2019 principalmente fueron cutiing, posible abuso sexual y problemas de aprendizaje; ya en el año 2020 se realizaron remisiones por estrés y posible ludopatía de juegos online, de acuerdo al motivo de consulta realizado por las madres de familia. Lo que permite evidenciar registro de casos asociados al uso excesivo de dispositivos móviles por los cambios generados en época de emergencia sanitaria como la educación no presencial

En la actualidad, los adolescentes tienen diferentes formas de interacción con el medio que les rodea, ya sea de manera presencial o digital como lo son los medios tecnológicos, las redes sociales y muchas otras maneras en las cuales las formas de comunicación se están basando más en lo digital, las reuniones sociales son virtuales, y la etapa de pandemia generada por el COVID-19 afianzo más la relación e interacción con las plataformas virtuales, se remplazó el contacto presencial por el contacto virtual.

Es ahí cuando se considera que la interacción social ya no se basa netamente en estar frente a una o más personas, sino que se empieza a manejar un contexto cada vez más virtual, usado por el adolescente como una herramienta de comunicación complementando la

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

comunicación presencial, también se pueden presentar conductas compulsivas y la incapacidad de hacer uso del derecho a la desconexión pueden llevar al aislamiento y al rechazo de actividades recreativas o académicas; en casos más extremos, la ciber-dependencia puede afectar la salud mental y física de las personas constituyendo una conducta nociva, que afecta el funcionamiento del individuo, su capacidad de interacción, y lo conduce al descuido de sí mismo y de los hábitos básicos de vida saludables como el comer, el dormir o ejercitarse", alerta a EL TIEMPO el doctor Cesar Humberto Torres González, médico psiquiatra especialista en Pedagogía para la Educación Superior.

1.1.2. Formulación del problema.

¿Cuáles son las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años en la I.E. Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio?

1.2. Objetivos

1.2.1. Objetivo general

Comprender las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años en la I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio.

1.2.2. Objetivos específicos

- Indagar sobre las manifestaciones emocionales generadas por la sobre exposición a dispositivos móviles en la literatura actual.
- Aplicar instrumentos de recolección de información a adolescentes en la I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio, para conocer sus experiencias ante el uso excesivo de dispositivos móviles.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

- Reconocer las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años en la I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio.

1.3. Justificación

La presente investigación, tiene como objeto reconocer y comprender las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos informáticos en población adolescente, dado a que en la ciudad de Villavicencio, en la IE. Champagnat Pinares de Oriente, se han identificado problemáticas que a lo largo de estos últimos años han venido afectado su salud mental.

En relación a esto, se ve la necesidad de generar un estudio que permita realizar un aporte al desarrollo, comprensión y autonomía en la identificación de dificultades emocionales que se presentan a nivel personal, buscando como fin principal el bienestar, el equilibrio y la autorregulación. Reconociendo al adolescente como un actor dinámico en su proceso de crecimiento y de desarrollo de habilidades en la solución de los problemas.

En este sentido, podemos destacar la importancia que tiene la emocionalidad y su reconocimiento como parte fundamental para realizar un adecuado proceso de adaptación al entorno social, entendiendo que esta adaptación trata particularmente del contacto que logre establecerse con el contexto en el que se desarrolla a partir de la interacción interpersonal, generada a escala familiar, comunitaria en las relaciones entre pares y en general los distintos espacios de encuentro con otros individuos propios de la adolescencia.

El desarrollo de esta investigación en el contexto de la Especialización en Desarrollo Integral de la infancia y la adolescencia se justifica, en tanto la emocionalidad se encuentra directamente relacionada al desarrollo de la personalidad de esta población, así mismo es un factor importante para la salud mental, debido a que, de su adecuado manejo y autorregulación

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

depende que posteriormente no se presenten alteraciones en el organismo de tipo psicosomático.

En concordancia, desde un programa posgradual cuyo objeto de estudio es el desarrollo integral de la infancia y la adolescencia, está plenamente justificado un ejercicio investigativo que analice de forma crítica las eventuales relaciones entre el uso excesivo de la comunicación digital, aspecto predominante en la interrelación adolescente contemporánea; en primer lugar para ampliar la comprensión acerca del desarrollo emocional de los jóvenes de hoy en día, y en segundo lugar para establecer un punto de partida teórico desde el cual establecer pautas de intervención psicosocial que trasciendan las reflexiones subjetivas sobre el uso de tecnología informativa durante la adolescencia.

En síntesis, una vez realizada la revisión teórica desde la lectura de la filosofía y la psicología sobre los cambios en la dinámica comunicativa interpersonal, generados a partir del rol que han asumido los dispositivos informáticos como reguladores sociales en la contemporaneidad; lectura que ha sido problematizada con la revisión de registros sobre salud mental en adolescentes en Colombia, se evidencia la necesidad de realizar ejercicios investigativos que clarifiquen la relación entre el excesivo uso de medios digitales y la salud mental adolescente.

Es por ello que, esta investigación busca comprender y reconocer específicamente los efectos emocionales que se presentan por la excesiva conexión virtual en los adolescentes de la IE Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio, concentrándose específicamente en las alteraciones de este tipo de interacción sobre el desarrollo emocional de esta población.

Capítulo 2. Marco de Referencia

2.1. Marco Teórico

2.1.1. Antecedentes.

2.1.1.1 Antecedentes internacionales.

Al realizar la revisión de los antecedentes internacionales sobre el uso excesivo de los dispositivos móviles en jóvenes y las manifestaciones psicológicas presentadas se haya que este fenómeno genera efectos perjudiciales en la salud y en las relaciones sociales. Como lo afirma Olivencia y Cols (2016) en el estudio: *“Personalidad y su relación con el uso versus abuso del teléfono móvil”*. El objetivo principal del estudio fue analizar las diferencias de personalidad en relación con el tiempo de uso o abuso del teléfono móvil. Los resultados obtenidos en el estudio en consecuencia el análisis de las variables del 16PF-5 (Test psicológico que mide 16 Factores de la Personalidad); muestran que en los casos que se clasificaron con abuso del teléfono móvil, ya que lo usaban más de cuatro horas diarias, presentaba puntuaciones bajas en Estabilidad, Atención a las Normas, Perfeccionismo y Autocontrol y puntuaciones altas en Animación y Extraversión. Lo que reveló que: “los usuarios que abusan del teléfono móvil son personas afectadas por los sentimientos y que se perturban con facilidad, inconformistas, indulgentes, impulsivos e indiferentes a los fallos y al desorden”.

Olivencia y Cols (2016). En este sentido, de acuerdo con los estudios de Labrador (2010), menciona que se pone de manifiesto que el despliegue de las Nuevas Tecnologías de la Información (NT) es un fenómeno relativamente nuevo que han llevado a generar nuevos y significativos cambios en la sociedad. El uso de estas tecnologías, como los dispositivos móviles puede generar tanto efectos positivos como negativos en los usuarios, estos efectos dependen de adecuado uso que se dé. Afirmar labrador (2010, pág.181) que: “El aspecto más controvertido y

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

que mayor alarma social crea, es el potencial adictivo de estas tecnologías, especialmente entre los menores, los que mayor uso hacen de ellas”. También resalta en la investigación la valía elevada, en cuanto a los dispositivos móviles, de la conducta de consultas frecuentes de mirar con insistencia la pantalla para ver si hubo alguna llamada o SMS. Labrador afirma que esta pauta de conducta, aunque no tiene similitud con los síntomas de adicciones, puede llegar a ser un indicador del nivel de dependencia del móvil.

2.1.1.2 Antecedentes nacionales.

En Colombia, en el año 2000 había 2300 millones de subscripciones a Smartphone (SP) y a finales de 2010 ascendió a 44.5 millones (Colombia Digital, se citó en Peñuela, 2014, pág. 336). En el estudio referente al uso de los SP y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia), se puede resaltar que:

Con respecto a los sentimientos de los encuestados al dejar de utilizar su Smartphone por un momento, la mayoría (77.5 %) afirmó que se sentía “tranquilo”, mientras que el resto refirió “ansiedad” o “desesperación”. Cuando se indagó su sentimiento cuando es su interlocutor quien usa el celular durante un encuentro personal, el 61 % manifestó que se sentía “indiferente” y el 38.9 % “molesto” o “desplazado”. La razón principal de molestia es la “distracción del acompañante”. Cuando quien usa el celular es la pareja, el “malestar” fue el sentimiento más frecuente (53 %) y la razón principal el “sentirse desplazado” (Peñuela, 2014, p. 342).

Otros descubrimientos atrayentes del estudio es que solo una pequeña parte de la población manifestó que se sentía molesta cuando su acompañante usa el Smartphone, lo que deja ver que las nuevas formas de socialización fraccionan con los protocolos tradicionales de “buena” educación. Sin embargo, cuando pasa a un contexto de encuentro presencial de la pareja sí se genera conflicto, preponderantemente en el sexo femenino. Otro hallazgo interesante del estudio

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

es la particularidad de que los SP pueden acercar a las personas o alejarlas, en general encontraron que la percepción de los entrevistados respondieron que los dispositivos acercan a las personas por la posibilidad de mantenerlas en contacto en todo momento, especialmente cuanto más lejos están físicamente; pero si el encuentro es presencial, el SP desplaza la atención hacia el que está en línea, lo que causa apartamiento de quien está físicamente presente. Este escenario lo observaron especialmente los padres, esto sugiere la influencia de las diferentes etapas generacionales. El estudio no halló relación entre el sexo femenino y el conflicto con la pareja, supone que podría corresponder a que las jóvenes frecuentan comunicarse más con la pareja que con otras personas, y así el dispositivo móvil es un asociado de la relación, a menos que este sea usado por la pareja para comunicarse con otra persona, durante una relación presencial. (Peñuela, 2014, pág. 343). En esta misma línea de investigación en Sincelejo, se identificó que:

Si bien, el uso de los videojuegos puede generar en los encuestados aspectos positivos como estrategias y habilidades de pensamiento, debido a la gran cantidad de horas que dedican a esta práctica, se desplazan o remplazan actividades como deporte, paseos y tareas escolares, situación que conlleva a disminuir el rendimiento académico y la generación de conductas tales como adicción, agresividad, aislamiento y cambios en hábitos de alimentación y sueño que pueden afectar el estado físico y emocional de los estudiantes. Por tal razón es necesario generar proyectos dentro de las diferentes instituciones educativas focalizadas, y desde las entidades gubernamentales que conlleven a disminuir esta problemática (Fuentes, 2015, pág. 327).

En relación con el uso del celular antes de dormir, la doctora Monpó (2018) en su artículo: *La importancia del uso responsable del móvil en adolescentes*, menciona que la gran mayoría de jóvenes y adultos duermen con el móvil en la habitación y lo emplean antes de

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

dormir, en la cama y como despertador. Llevando a que el cerebro esté más activo cuando debería estar relajándose para poder dormir bien. Este habito lleva a que se disminuya la calidad de sueño. También afirma que “la luz que emite la pantalla del móvil hace que se produzca menos melatonina, que es la hormona que ayuda a conciliar el sueño. También puede llegar a despertarnos en medio de la noche por vibraciones o sonido. El simple hecho de tener móvil disminuye las horas de sueño y con ello la cantidad del mismo”. Afirma que los niños de primaria y los adolescentes de bachillerato que tienen móvil, duermen menos que los que no lo tienen, lo que se puede ver relacionado a largo plazo con un déficit crónico de sueño, y los efectos que esto provoca, como: disminución de la atención y concentración, generando bajo rendimiento escolar, cansancio y cambio de carácter.

Aunque las repercusiones negativas del uso excesivo de los Smartphones y otras tecnologías en adolescentes, han sido estudiadas a nivel mundial y nacional, localmente en Villavicencio no existen investigaciones al respecto. Al revisar la literatura se ubican propuestas de investigación que aún se encuentran en desarrollo. Sin embargo, se halló la investigación sobre motivaciones extrínsecas del uso del Teléfono Móvil en hombres y mujeres jóvenes de la Facultad de Derecho de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio, donde se demuestra en los resultados que los jóvenes están mostrando un alto uso en los servicios que contiene el teléfono móvil, ya que se exhiben varias motivaciones extrínsecas relacionadas a dicho consumo (Tambo & Becerra, 2014, pág. 92)

2.1.2. Base Teórica.

2.1.2.1. Ecología del desarrollo humano.

Teóricamente, la presente investigación se fundamenta en la teoría de la *Ecología del desarrollo humano* (1987) planteada por Urie Bronfenbrenner, quien la conceptualiza de la siguiente manera:

La ecología del desarrollo humano comprende un estudio científico de la progresiva acomodación mutua entre un ser humano activo, en desarrollo, y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que vive la persona en desarrollo, en cuanto a este proceso se ve afectado por las relaciones que se establecen entre estos entornos, y por los contextos más grandes en los que están incluidos los entornos (Bronfenbrenner, p. 40).

De los aportes teóricos de este autor se desprende que los cambios presentados en el contexto del adolescente, tienen una incidencia directa en su desarrollo personal, de manera positiva o negativa, a su vez que impactan sobre su salud mental y emocional. En este orden de ideas se pretende analizar que, en tanto los cambios sociales derivados de la emergencia actual, han generado una mayor dependencia de dispositivos móviles para poder solventar necesidades educativas, laborales, sociales; estos cambios deben tener un impacto directo en el desarrollo del adolescente, impacto que es necesario estudiar y sistematizar.

Ahora bien, en cuanto a la población objeto de estudio, estos cambios que se han producido en la sociedad actualmente, pueden ser un factor determinante para encontrarse hallazgos en las manifestaciones emocionales ocasionadas por el uso excesivo de dispositivos móviles, que podrían estar alterando su adecuada adaptación al entorno en el que estos se encuentran. Esto, teniendo en cuenta que las emociones en el ser humano cumplen con una

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

función adaptativa para su adecuado funcionamiento y desarrollo.

Por otra parte, Bronfenbrenner (1987), hace alusión a que el *ambiente ecológico*, se encuentra compuesto por una serie de estructuras concéntricas, en las que cada una se encuentra contenida por la siguiente, denominadas: *microsistema* (interrelaciones dentro del entorno inmediato como el hogar, la escuela), *mesosistema* (interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona participa activamente como el hogar, la escuela, amigos del barrio), *exosistema* (uno o más entornos que no incluyen a la persona como participante activo pero que le afectan por lo que ocurre), *macrosistema* (sistemas seriados e interconectados como una manifestación de la ideología y la organización de las instituciones sociales de una determinada cultura).

En este sentido, esta teoría muestra cómo se encuentran interconectados los diferentes entornos en los que se desarrolla el individuo y pese a que este no tenga una intervención activa directa en cada una de sus estructuras, éstas sí influyen en él, lo que demuestra que el ambiente influye en el proceso de desarrollo del individuo y además requiere de un proceso de acomodación mutua que puede reestructurarlos, de acuerdo a las transiciones producidas cuando el individuo cambia de rol o de entorno.

2.1.2.2. El enjambre digital.

Desde la perspectiva filosófica, Byung Chul Han, analiza este momento histórico como aquel en el que la revolución digital ha tornado al colectivo en *el enjambre digital* (Han, 2014, p. 15, 16), una sumatoria de individuos aislados que persiguen el ideal de la libertad absoluta a través de la comunicación digital, pero al que paradójicamente la conectividad permanente le ha implicado una coacción a su libertad en tanto, se tiene una relación casi obsesiva, coactiva, con el aparato digital. También aquí la libertad se trueca en coacción. Las redes sociales fortalecen masivamente esta coacción de la comunicación, que en definitiva se desprende de la lógica del

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

capital. Según Flusser, la sociedad de la información es una «estrategia» para «eliminar la ideología de un sí mismo, a favor del conocimiento de que nosotros estamos ahí el uno para el otro y nadie está ahí para sí mismo». Propicia automáticamente una «eliminación del sí mismo a favor de una realización intersubjetiva» (Han, 2014, p. 52).

Este tipo de relaciones redundan en una sociedad del rendimiento que nos aísla, en tanto el individuo vive en constante obsesión de alcanzar los ideales de vida impuestos por las redes sociales, oprimiendo su verdadera personalidad y negándose a una comunicación real intersubjetiva. En búsqueda de este ideal el sujeto del rendimiento se explota a sí mismo, hasta que se derrumba y desarrolla una autoagresividad que no pocas veces desemboca en el suicidio. El sí mismo como bello proyecto se muestra como proyectil, que se dirige contra sí mismo (Han, 2014, p. 53). Lo anterior ha desembocado en lo que este autor denomina como *la sociedad del cansancio*, signada por la proliferación de enfermedades mentales producto del agotamiento y la conectividad permanente.

El trasfondo psicológico para este diagnóstico social, se encuentra en las investigaciones de David Lewis, quien conceptualiza el IFS (Information Fatigue Syndrom), el o síndrome del cansancio de la información, enfermedad psíquica que se produce por un exceso de información. Los afectados se quejan de creciente parálisis de la capacidad analítica, perturbación de la atención, inquietud general o incapacidad de asumir responsabilidades. El IFS afectaba, en primer lugar, a aquellos hombres que en su profesión tenían que producir una gran cantidad de información durante mucho tiempo. Hoy todos estamos afectados por el IFS. Y la razón es que todos nosotros estamos confrontados con una cantidad de informaciones que aumenta velozmente. Un síntoma principal del ifs es la parálisis de la capacidad analítica. Precisamente la capacidad analítica constituye el pensamiento. El exceso de información hace que se atrofie el

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

pensamiento. La capacidad analítica consiste en prescindir, en el material de la percepción, de todo lo que no pertenece esencialmente a la cosa. En definitiva, es la capacidad de distinguir lo esencial de lo no esencial. El diluvio de información al que hoy estamos expuestos disminuye, sin duda, la capacidad de reducir las cosas a lo esencial. Y, de hecho, pertenece esencialmente al pensamiento la negatividad de la distinción y la selección. Así, el pensamiento es siempre exclusivo. Más información no conduce necesariamente a mejores decisiones. Hoy se atrofia precisamente la facultad superior de juicio por la creciente cantidad de información (Han, 2014, p. 64,65).

2.2. Marco conceptual

Las categorías fundamentales para el marco conceptual de esta investigación son las de emociones, tecnologías para la información y las comunicaciones, redes sociales y adolescencia.

2.2.1. Emociones

Las **emociones** en tanto son una categoría central de análisis de esta investigación, son definidas por Miguel Pallares (2013) como: *“A las emociones podemos definirlas como agitaciones o estados de ánimo producidos por ideas, recuerdos, apetitos, deseos, sentimientos, pasiones...”* (Pallarés, 2013, p.71). Etimológicamente hablando, *“Emoción significa impulso que lleva a la acción. Determinados impulsos conllevan cambios en nuestro cerebro que producen emociones y éstas, a su vez, acciones”* (Pallarés, 2013, p. 72).

2.2.2. Tecnologías para la información y las comunicaciones

Es necesario tener en cuenta que el presente trabajo de investigación ubica como horizonte de comprensión de las emociones el contexto comunicativo generado por el uso excesivo de las **Tecnologías para la información y las comunicaciones**. Esto hace necesario conceptualizar dichas tecnologías, para lo cual partimos de la propuesta de Salvat & Serrano (2011), quienes

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

afirman que [...] cuando nos referimos a las nuevas tecnologías, todos sabemos que el mp3, el navegador de nuestros coches, el dvd, la telefonía móvil, nuestros ordenadores portátiles y los correspondientes sistemas inalámbricos de conexión a internet, las redes sociales y la comunicación visual mediante el ordenador, la banca y el comercio electrónico y tantas otras cosas que forman parte de la vida cotidiana de la mayoría de los ciudadanos de las sociedades desarrolladas son lo que se llaman nuevas tecnologías o TIC. (Pg. 39)

2.2.3. Redes sociales

Es importante anotar que, debido a la gran proliferación de tecnologías comunicativas, metodológicamente se hace necesario delimitar el campo de investigación. De esta manera, la mirada investigativa del presente trabajo se enfocará en los entornos comunicativos generados a partir del uso excesivo de **redes sociales**, entendidas estas según la definición de Aguirre (2011) como: una red social es una estructura social compuesta por un conjunto finito de actores y configurada en torno a una serie de relaciones entre ellos, que se puede representar en forma de uno o varios grafos. Los grafos se componen de nodos que representan actores, y aristas que representan las relaciones entre ellos. Un tercer elemento de las redes es el límite, criterio mediante el cual se determina la pertenencia -o membrecía- de un actor a la red; en otras palabras, el criterio por el cual definimos un conjunto particular de actores (y no otros) que configuran nuestra red (p. 15).

2.2.4. Adolescencia

Por último, en tanto el contexto institucional es la especialización en Desarrollo integral de la infancia y la adolescencia, la población escogida para nuestra reflexión académica son los adolescentes. Esto conlleva la necesidad de conceptualizar teóricamente la **adolescencia**, para lo cual recurrimos a los trabajos de Feldman (2007), quien la define como: la etapa del desarrollo

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

que se encuentra entre la infancia y la madurez. Por lo general se considera que empieza poco después de cumplir 10 años y termina poco antes de los 20. Es una etapa de transición. Los adolescentes ya no se consideran niños, pero todavía no son adultos. Es una época de considerable crecimiento y cambios físicos y cognoscitivos. (Feldman, 2007, pág. 390)

2.2.5. Psicología de la emoción

Fernández & Jiménez (2010), la psicología de la emoción implica un análisis de los factores biológicos, psicológicos y culturales de las emociones. Desde la perspectiva biológica, implica una relación entre emociones y cambios fisiológicos, manifiesta en que cada emoción tiene su propia reacción fisiológica, que puede incluir cambios en el sistema nervioso autónomo, cambios en el sistema nervioso central y en la secreción hormonal. (Cacioppo y Gardner, 1999; Ekman y Rosenberg, 1997; Levenson, Ekman, Heider y Friesen, (1992), citado por Fernández & Jiménez, 2010, p. 20). Estos cambios fisiológicos, van acompañados de una reacción social, la denominada “tendencia a la acción” o afrontamiento, que incluye acciones tales como la agresión, la evitación, la curiosidad o la adopción de una determinada postura corporal.

Esto se explica, en tanto las emociones son una respuesta a las situaciones del entorno que nos son emocionalmente importantes que genera una movilización de acciones encaminadas a resolverlas (Lazarus, 1991). Ahora bien, estas manifestaciones externas se producen simultáneamente a las experiencias subjetivas de la emoción o sentimiento (Vallerand y Blanchard, 2000), es decir, las señales de aviso que las emociones hacen conscientes para reclamar nuestra atención.

Desde el punto de vista cognitivo, se ha pensado la emoción como un sistema de análisis y procesamiento de información. Ortony, Clore y Collins (1988) propusieron que las emociones se producen a través de procesos cognitivos y que, por lo tanto, van a depender de la interpretación

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

que cada persona haga de las distintas situaciones. Se asume que las emociones ocurren debido a una valoración (positiva o negativa) de las situaciones y así, una misma situación puede provocar en distintas personas emociones diferentes. (Fernández & Jiménez, 2010, p. 20).

Esta valoración situacional, implica necesariamente la presencia de un elemento cultural. Así, estando presente en la dotación genética el mecanismo de las emociones básicas, cada una de ellas se activará como consecuencia del proceso de valoración, cuyo resultado es la significación referida a la función concreta de cada una de dichas emociones. Es decir, las influencias sociales y culturales que recibe cualquier persona a lo largo de su proceso de desarrollo van moldeando su patrón conductual básico, haciendo que se interiorice aquello que es socialmente aceptable (Mestre & Guil, 2012, p. 106, 107).

En la medida que las emociones van moldeando la conducta, adquieren una relevancia social relacionada con la identificación de la pertenencia, o la identidad de los distintos miembros que configuran ese colectivo. En esta dimensión o plano se pueden localizar las funciones de cohesión social y solidaridad que tienen muchas emociones, así como la función del agrupamiento colectivo para oponerse a determinados agentes que tratan de desestabilizar dicha cohesión. Al interior de estos colectivos, se modela a su vez la expresión emocional, en relación a patrones culturales. (Mestre & Guil, 2012, p. 112).

Algunas de las emociones fundamentales para nuestra perspectiva de investigación son el miedo, la ansiedad y la tristeza. El miedo es la emoción surgida a partir de la interpretación de una situación con potencial para producirnos daño. El miedo ha sido interpretado por Freud, como una de las causas del desarrollo de las neurosis, y desde otras perspectivas como la base de las fobias, por ejemplo, la agorafobia que puede ser muy incapacitante en tanto implica la resistencia a los lugares externos de interacción y desarrollo social. La ansiedad por su parte

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

aparece como respuesta anticipatoria a un evento y oscila desde una respuesta adaptativa hasta un trastorno incapacitante que nos bloquea la respuesta efectiva. Es probable que la expresión de la ansiedad vaya asociada a síntomas de tensión muscular, cierto nivel de fatiga, agitación e impaciencia (Mestre & Guil. 2012. Pg. 120 a 124).

Finalmente, se puede señalar a la tristeza, como una emoción relacionada con la pérdida o el fracaso, real o probable, de una meta valiosa, entendida ésta como un objeto o una persona; y considerada como el preludio de los trastornos depresivos. La tristeza tiene connotaciones sociales en tanto implica una demanda de la ayuda de la red de apoyo más próxima. La consecuencia de recibir este apoyo aumenta la probabilidad de la cohesión del grupo basado en esa ley «no escrita» del qui pro quo. Además de funciones sociales, también existen connotaciones personales en la manifestación de tristeza. La tristeza induce a la persona a tomar perspectiva de sí mismo, le ayuda a reflexionar sobre su situación y de las perspectivas que tiene, a raíz de su pérdida, de cara al futuro inmediato (Mestre & Guil, 2012, p. 138,139).

2.2.6. Contexto social de la comunicación digital

Ahora bien, para realizar una investigación centrada en la relación entre emociones y comunicación digital, es preciso reflexionar sobre el contexto social en que dicha comunicación sucede. En este sentido, Gilles Lipovetsky y Jean Serroy afirman que la experiencia actual implica: “vivir es, de manera creciente, estar pegado a la pantalla y conectado a la red” (2009: 271). Es decir, estamos inmersos en una “sociedad multipantalla” (Pinto, 2008), que hace de ellas un intermediario casi inevitable en las relaciones con el mundo y con los demás (Serrano, 2013, p. 355). Esta interacción constante, redundante en que la conectividad permanente se ha convertido hoy en día en un elemento esencial a la hora de construir y manejar las amistades y la vida social (Moeller, Powers y Roberts, 2012; Haaf, 2012: 41-75). No obstante, ese uso demasiado intenso

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

de las tecnologías digitales puede provocar en las personas una tensión entre el deseo de estar unidos a través de la tecnología y al mismo tiempo sentirse atrapados por ella (Baron, 2011; Hall y Baym, 2012).

Otras investigaciones, señalan que el interés permanente de los por saber de los demás, genera el “síndrome FOMO” (Fear Of Missing Out) en el que no pueden privarse de usar Internet, por el miedo a estar perdiéndose algo (Vaughn, 2012). Paralelamente, con frecuencia piensan que si dejan de enviar mensajes corren el riesgo de volverse invisibles frente a sus contactos. Como apunta Rosalía Winocur (2012: 80) “estar conectado implica esencialmente estar visible. La visibilidad garantiza la inclusión en un mundo cuya representación se ha desplazado de lo palpable a lo comunicable (Serrano. 2013, p. 356).

2.2.7. La adolescencia como etapa de desarrollo

La población objeto de la investigación se encuentra en la edad de 15 a 17 años, por lo que se encuentra ubicada en la etapa de desarrollo de la adolescencia, de acuerdo a la categoría realizada por Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2009), y quienes refieren que:

En la adolescencia cambia la apariencia de los jóvenes; debido a los sucesos hormonales de la pubertad, sus cuerpos adquieren una apariencia adulta. También cambia su pensamiento; son más capaces de pensar en términos abstractos e hipotéticos. Y sus sentimientos cambian acerca de casi todo. Todas las áreas del desarrollo convergen a medida que los adolescentes enfrentan su principal tarea: establecer una identidad, en la que se incluye la sexual, que llegará hasta su adultez. (Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R., 2009, p.457)

Conforme con Erikson (1982), Citado por (Papalia, 2009, p.516), los adolescentes que resuelven la crisis de identidad de manera satisfactoria desarrollan la virtud de la fidelidad, siendo

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

esta última la lealtad, la esperanza o una sensación de pertenecer a una persona amada o a los amigos y compañeros. Afirma que la fidelidad es una prolongación de la confianza. Erikson pensaba que “el peligro principal de esta etapa era la confusión de identidad o rol, que puede demorar enormemente la llegada de la adultez psicológica”. Sin embargo, es normal cierto grado de confusión de identidad. Según Erikson, esta crisis, explica:

La naturaleza aparentemente caótica de gran parte de la conducta adolescente y la dolorosa inhibición que exhiben los jóvenes. La pertenencia a camarillas y la intolerancia ante las diferencias, ambos sellos distintivos de la adolescencia, son defensas en contra de la confusión de identidad. Citado por Papalia, D., Wendkos, S. & Duskin, R. (2009, p.516)

2.3. Marco Legal

2.3.1. Constitución Política de Colombia: Artículo 15

Con el fin de regular y penalizar conductas que atenten contra la integridad de menores de edad, para fines de esta investigación, ante el uso de dispositivos informáticos, podemos mencionar el *Artículo 15, de la Constitución Política de Colombia*, el cual refiere lo siguiente: Todas las personas tienen derecho a su intimidad personal y familiar y a su buen nombre, y el Estado debe respetarlos y hacerlos respetar. De igual modo, tienen derecho a conocer, actualizar y rectificar las informaciones que se hayan recogido sobre ellas en bancos de datos y en archivos de entidades públicas y privadas (1991, p. 3).

2.3.2. Sentencia T-260 de 2012 de la Corte Constitucional

Para efectos de brindar protección y supervisión a menores de edad sobre el uso responsable de medios digitales se encuentra la **Sentencia T-260 de 2012 de la Corte Constitucional**, donde la corte señala en el marco referencial a tener en cuenta para la interpretación constitucional, sobre

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

la responsabilidad de los padres de familia frente al manejo de redes sociales, el memorando de Montevideo (2009), cuando señala:

Los estados y las entidades educativa deben tener en cuenta el rol de los progenitores, o cualquier otra persona que tenga bajo su responsabilidad el cuidado de las niñas, niños y adolescentes en la formación personal de ellos, que incluye el uso responsable y seguro del internet y las redes sociales digitales. Es tarea del estado y las entidades educativas proveer información y fortalecer capacidades de los progenitores, sobre los eventuales riesgos a que se enfrentan los menores en internet; toda medida que implique control de las comunicaciones tiene que respetar el principio de proporcionalidad, por tanto se debe determinar que la misma tiene como fin la protección y garantía de derechos que es adecuada al fin perseguido y que no existe otra medida que permita obtener los mismos resultados y sea menos restrictiva de derechos. Se debe transmitir claramente a las niñas, niños y adolescentes que internet no es un espacio sin normas, impune o sin responsabilidad.

2.3.3. Ley 1098 de 2006: Artículo 33

Por otra parte, en aras de dar cumplimiento al principio de corresponsabilidad al que estamos llamados como ciudadanos, para proteger la integridad de nuestros NNA, recurrimos a la *Ley 1098 de 2006*:

Artículo 33. Derecho a la intimidad. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho a la intimidad personal, mediante la protección contra toda injerencia arbitraria o ilegal en su vida privada, la de su familia, domicilio y correspondencia. Así mismo, serán protegidos contra toda conducta, acción o circunstancia que afecte su dignidad (p. 8).

Capítulo 3. Marco Metodológico

3.1. Tipo de estudio

3.1.1. Enfoque

Esta investigación se llevará a cabo teniendo en cuenta el enfoque *cualitativo* en tanto: Hace registros narrativos de los fenómenos, trabaja con el discurso de la gente, es decir, la comunicación verbal y no verbal y los estudia mediante técnicas como la observación participante, entrevistas no estructuradas, entre otras, que difieren en sus objetivos del método cuantificable. [...] *La investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su sistema de relaciones, su estructura dinámica.* (Bautista, 2011, pg. 16, 17)

Para el desarrollo de esta investigación es pertinente aplicar el enfoque de investigación cualitativo, dado a que permite realizar una comprensión e interpretación más certera sobre las manifestaciones emocionales que pueden presentarse en población adolescente, ante el uso excesivo de dispositivos móviles en épocas actuales. Además, es una herramienta pertinente para describir de una forma concreta, las razones por las cuales se eligió el tema a investigarse, teniendo como soportes la documentación y recopilación de información que ayuden a sustentar la calidad del proceso de investigación, acompañada de argumentos teóricos y conceptuales para analizar los resultados obtenidos de una manera objetiva. Esto, teniendo en cuenta la experiencia, las consideraciones éticas y la preparación intelectual con las que cuentan quienes están a cargo del desarrollo de esta investigación.

Por otra parte, el enfoque cuantitativo tiene una vigencia plena en la psicología, debido a las raíces epistemológicas de la misma centradas en las ciencias sociales y humanas, lo que implica un estudio de elementos como las emociones no como realidades aisladas, sino dentro de un contexto de interacción social al cual el investigador no accede a través de modelos

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

matemáticos, sino que por el contrario son fenómenos de la realidad cuyo conocimiento depende del testimonio directo de los individuos y de la observación analítica de las prácticas cotidianas de los mismos.

3.1.1.1. Fases y etapas de la investigación cualitativa

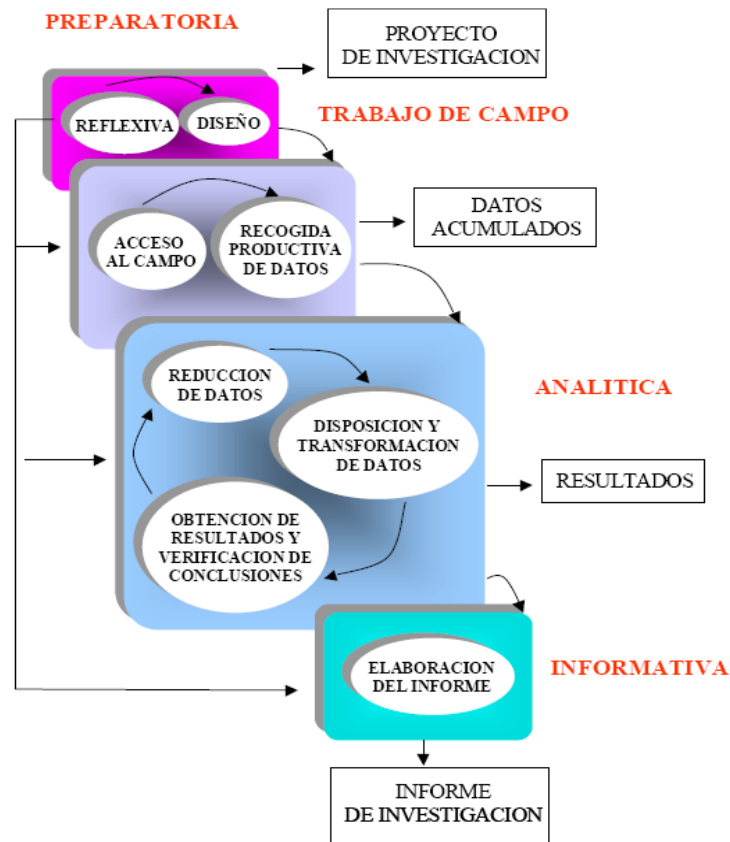


Figura 1. Fases y etapas de la investigación cualitativa. Fuente Monje, C. 2011.

La gráfica anterior, nos señala las cuatro fases por las que debe atravesar el proceso de investigación cualitativa, la cual contiene una serie de pasos a seguir, donde cada fase va sucedida de la siguiente, cada una de estas, está basada en la toma de decisiones por parte del investigador de la cual se obtendrán resultados para continuar con el proceso.

3.1.1.2. Fase preparatoria

Fase inicial de la investigación, donde el investigador tomando como base su propia formación investigadora, sus conocimientos y experiencias sobre los fenómenos educativos y, claro está, su propia ideología, intentará establecer el marco teórico conceptual desde el que parte la investigación. Esta etapa está dedicada a la planificación de las actividades que se ejecutarán en las fases posteriores y está contenida por dos etapas: *etapa reflexiva* (elección del tema de interés y documentación del tema) y *etapa de diseño* (planificación y diseño de investigación) (Monje, 2011, p. 35-40).

3.1.1.3. Trabajo de campo

A partir de los conocimientos adquiridos mediante la documentación y preparación teórica sobre el tema objeto de estudio, el investigador va a pasar a la fase de *acceso al campo*, proceso en el que se accede progresivamente a la información fundamental para su estudio, es decir, el contacto directo o acceso al escenario que será objeto de estudio, para posteriormente proceder a identificar a los participantes del estudio.

En el trabajo de campo, se encuentra incluida la *recogida productiva de datos*, fase que se da en el momento en el que los participantes comienzan a entender el estudio que se está llevando a cabo, reconociendo el interés del investigador, lo que facilita la adquisición de información de los participantes, mediante la indagación del tema a estudiarse para posteriormente realizar la transcripción de datos pertinentes que ayuden a resolver el tópico objeto de estudio (Monje, 2011, p. 44-47).

3.1.1.4. Fase analítica

Proceso de análisis de la información recogida, realizado con un cierto grado de sistematización mediante la ejecución de tres tareas: a) reducción de datos, b) la disposición y

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

transformación de datos; y c) obtención de resultados y verificación de conclusiones (Monje, 2011, p. 48).

3.1.1.5 Fase informativa

Fase final de la investigación la cual culmina con la presentación y difusión de los resultados obtenidos, donde el investigador alcanza una mayor comprensión del fenómeno estudiado y comparte esa comprensión con los demás. En el informe final, los datos deben ser presentados sistemáticamente, ofreciendo un resumen de los hallazgos encontrados (Monje, 2011, p. 48).

3.1.2 Tipo de análisis.

El tipo de análisis seleccionado es el **Hermenéutico**, comprendiendo la hermenéutica como “un intento de describir y estudiar fenómenos humanos significativos de manera cuidadosa y detallada, tan libre como sea posible de supuestos teóricos previos, basada en cambio en la comprensión práctica.” Turtulici. R. (2015). La forma como se trabaja en este método, de acuerdo a Vargas (2011, pág. 31) es la siguiente:

1. Se inicia con un texto a interpretar, se lee y analiza desde lo que el texto en sí mismo expresa.
2. Toma como referencia el contexto en que el texto ha sido hecho.
3. Se finaliza llegando a una conclusión.

En la última etapa de este proceso, se elabora un esquema o mapa que refleja la estructura de las categorías halladas. Estas categorías permiten, al relacionarlas entre sí, exponer a profundidad el texto interpretado. Para llegar a la realidad objeto de investigación.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

De este modo, la presente investigación pretende enfocarse en la interpretación, reflexión y categorización de las emociones percibidas por los adolescentes, en relación con el excesivo uso de los dispositivos móviles, desde su realidad.

3.2. Población

3.2.1. Población

De acuerdo a la descripción general del proyecto, se hace necesario caracterizar la población objeto de estudio. Para cumplir con este fin se tiene en cuenta el reporte de la alcaldía de Villavicencio (2021) donde refiere que Villavicencio es una ciudad colombiana, existe como la capital del departamento del Meta y el centro comercial más importante de los Llanos Orientales. Está situada en el Piedemonte de la Cordillera Oriental, al noroccidente del departamento del Meta, en la margen izquierda del río Guatiquía y cuenta con una población urbana de 407.977 habitantes en el 2010. Presenta un clima cálido y muy húmedo, con temperaturas medias de 27 °C. Los límites municipales son:

- Norte: con los municipios de Restrepo y El Calvario.
- Oriente: con Puerto López.
- Sur: con Acacías y San Carlos de Guaroa.
- Occidente: con Acacías y el Departamento de Cundinamarca.

En el territorio municipal se distinguen dos regiones: una montañosa ubicada al occidente y Noroccidente, la otra, una planicie inclinada ligeramente hacia el Oriente y el Nororiente, corresponde al piedemonte de la cordillera. El Municipio de Villavicencio reúne gran parte de la mega diversidad biológica que posee el país en varias de sus zonas; allí crecen especies endémicas y de gran diversidad que constituyen reservas biológicas de extraordinaria belleza. Dentro de la economía del municipio se encuentra que es uno de los principales productores de

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

petróleo y gas, siendo la agricultura, la ganadería, la caza, la pesca y la explotación de maderables, junto a la construcción y la industria actividades comerciales de mayor prevalencia. Es reconocido por el folclor llanero a nivel nacional. El sector urbano cuenta con 8 comunas y 223 barrios.

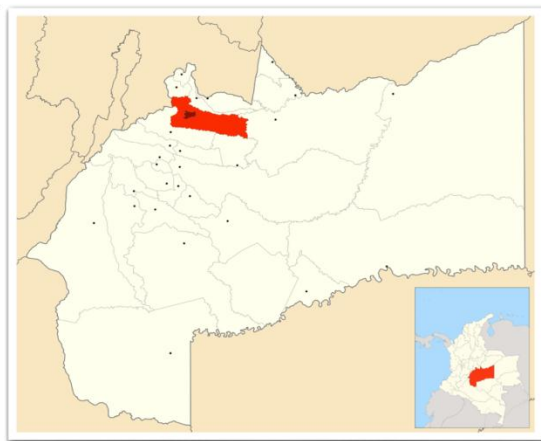


Figura 2. Mapa de Villavicencio

Fuente Villavicencio.gov.co



Figura 3. Imagen aérea de Villavicencio

Fuente Villavicencio.gov.co



Figura 4. Folclor de Villavicencio

Fuente Villavicencio.gov.co



Figura 5. Folclor de Villavicencio

Fuente Villavicencio.gov.co

En segundo lugar, se especificarán algunas características del barrio La Porfía, ya que allí se encuentra ubicada la población a comprender. La Porfía se encuentra ubicada en la comuna 8 de Villavicencio, tiene una extensión aproximada de 72 hectáreas, ubicada al sur occidente de la ciudad está conformada por cerca de 115 cuadras. En el sector urbano. En sus inicios, refiere

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Cevera (2013), se conformó una cooperativa de vivienda, para construir las casas allí, pero se dio un proceso de presión migratoria que generó invasiones, llevando a peleas entre socios e invasores. También menciona que estos hechos llevaron a muertes y heridos. Esto en el año 1984. Durante un gran periodo La Porfía fue catalogada como resguardo de delincuencia común, prostitución drogadicción, guerrilla y desplazados por la violencia. Actualmente se observa mayor desarrollo social y económico en la zona. Presentan estratificación socioeconómica 1 y 2, donde el comercio, las actividades informales en ventas y trabajos en servicio doméstico y construcción son la fuente de subsistencia de las familias del sector.



Figura 6. . Comunas de Villavicencio

Fuente Noticiasllaneras.com



Figura 7. Barrio La Porfía

Fuente Llanosietedías.com

En el sector de Porfía se encuentran ubicados 2 mega-colegio. La IE Champagnat Pinares de Oriente, tiene una capacidad de atención para 1400 estudiantes de transición a grado 11, en edades entre 5 y 18 años. El servicio es prestado en el modelo de jornada única presencial, bajo concesión con El Estado. Actualmente las actividades académicas se realizan bajo la propuesta de estudio en casa llamada Champagnat Aprende en Casa, empleando la plataforma Teams con encuentros de tutorías sincrónicas virtuales. Lo que implica el acceso a dispositivos móviles como celulares tipo Smartphone o PC, por parte de los estudiantes, para poder acceder a la

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

educación. De acuerdo a estas características poblacionales, en la IE seleccionada se encuentra el rango de edad a estudiar y la metodología educativa a la que acceden actualmente no es presencial, dado las actuales condiciones sanitarias. De tal modo que esta población genera interés con el problema de investigación propuesto.

3.2.2. Muestra

El tipo de muestreo seleccionado para esta investigación es **no probabilístico**, como lo describen Tamara Otzen & Carlos Manterola (2017) la selección de los sujetos a estudio dependerá de ciertas características o criterios que los investigadores consideren en ese momento. Y dado a que los criterios de selección de la muestra, son establecidos por las investigadoras responsables de esta investigación, se opta por este tipo de muestreo.

Entendiendo el contexto en el cual se desarrolla esta investigación, se ha seleccionado la muestra, es decir un conjunto de sujetos, para este caso 6 adolescentes de la IE Champagnat Pinares de Oriente del sector de Porfía de la ciudad de Villavicencio, quienes se eligen mediante el **muestreo por conveniencia**, donde se permite seleccionar aquellos casos accesibles y próximos que acepten ser incluidos (Tamara Otzen & Carlos Manterola, 2017). Se trata de estudiantes que han mostrado tendencias al uso excesivo de dispositivos informáticos y que hayan sido reportados ante el área de orientación psicológica por presentar esta tendencia.

Los Criterios de selección de la muestra establecidos por las investigadoras son:

Etapas del desarrollo: Adolescencia

Edad: entre los 15 y 17 años

Género: masculino y femenino

Nivel de escolaridad: grados novenos y decimos

Estrato social: 1 y 2

Área psicosocial: estudiantes reportados en psicorientación escolar

3.3. Técnica para la recolección de la información

3.3.1. Entrevista semiestructurada

La técnica empleada para efectos de esta investigación, será la entrevista semiestructurada, esto, teniendo en cuenta que a través de este instrumento puede obtenerse información detallada sobre el fenómeno a estudiarse y donde se brinda a los adolescentes entrevistados la oportunidad y la libertad de expresar sus ideas, experiencias o vivencias sobre el uso excesivo de dispositivos móviles. La entrevista semiestructurada, según Hernández, Fernández & Baptista (2006), *se basa en una guía asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información* (p. 449). Teniendo en cuenta la situación de pandemia, las entrevistas se realizarán haciendo uso de las plataformas digitales, mediante video llamadas en encuentros sincrónicos que serán pactados con la población objeto de estudio.

De acuerdo al tipo de investigación seleccionado se retoma la categorización realizada por (Mertens, 2010, se citó en Sampieri, 2014), clasifican las preguntas en seis tipos, los cuales son:

1. De opinión
2. De expresión de sentimientos
3. De conocimientos
4. Sensitivas (relativas a los sentidos)
5. De antecedentes
6. De simulación

Con relación al rol del investigador Sampieri (2014, pág. 398) menciona que: “El investigador debe ser sensible, genuino y abierto, y nunca olvidar por qué está en el contexto”, lo

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

que lleva a tener un rol reflexivo que genere la mínima influencia en los entrevistados. El instrumento creado cuenta con 28 preguntas base, que corresponden a las categorías establecidas en el marco conceptual, con el fin de recolectar la información necesaria y relevante para la investigación, como lo muestra el anexo C.

3.3.2. Protocolo

El protocolo de recolección de información se retoma de Sampieri (pág. 406, 2006) de acuerdo a la Figura 14.3 Esquema sugerido de entrevista cualitativa.

- Previo a la entrevista se solicita la participación en la investigación y se hace entrega del consentimiento informado para ser firmado.
- Se solicita al entrevistado apagar su celular para que no haya interrupciones o distracciones durante la entrevista.
- Contextualización sobre el proyecto de investigación.
- Una vez dado a conocer el propósito de la investigación, se hace claridad sobre el tema de confidencialidad, respecto a la información que será recolectada durante el proceso de entrevista.
- Se solicita permiso para que el entrevistado autorice realizar la grabación de la entrevista y tomar nota de los datos proporcionados por el entrevistado.
- Se inicia con la aplicación de la guía de entrevista, generando un ambiente de escucha activo, respetando los silencios del entrevistado, dando el tiempo suficiente para que responda y se conserve el interés por el tema abordado.
- Al finalizar la entrevista, se pregunta al entrevistado si tiene alguna duda, pregunta o si desea complementar alguna de sus respuestas.
- Se brinda agradecimiento por el tiempo dedicado durante el desarrollo de la entrevista.

3.4. Consideraciones éticas

3.4.1. Resolución 8430 de 1993

Esta investigación se mantiene bajo los lineamientos de la *resolución 8430 de 1993*, la cual preserva los siguientes artículos:

Artículo 5: En toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberá prevalecer el criterio del respeto a su dignidad y la protección de sus derechos y su bienestar.

Artículo 8: En las investigaciones en seres humanos se protegerá la privacidad del individuo, sujeto de investigación, identificándolo solo cuando los resultados lo requieran y éste lo autorice.

Artículo 11: Investigación sin riesgo: Son estudios que emplean técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos y aquellos en los que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio, entre los que se consideran: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se le identifique ni se traten aspectos sensitivos de su conducta.

Artículo 14: Se entiende por Consentimiento Informado el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o en su caso, su representante legal, autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos, beneficios y riesgos a que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna.

La presente investigación hará énfasis en los artículos relacionados anteriormente, teniendo en cuenta que, se preservará la calidad en la producción del conocimiento bajo los

[illegible]

[illegible]

Capítulo 4. Análisis y Resultados

El uso excesivo de los dispositivos informáticos ha generado un progresivo aislamiento de los individuos, que redundará en una transformación de las dinámicas de la interacción social, elemento de vital interés para esta investigación, ya que se pretende comprender las manifestaciones emocionales derivadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años.

Inicialmente para lograr este objetivo se realizó una revisión de 30 documentos referenciados, llevada a cabo a través de la recolección de diferentes escritos que brindan información pertinente con el tema de investigación, se consideraron revistas digitales, libros, artículos científicos y normatividad.

Posteriormente, dando cumplimiento al segundo objetivo de investigación, en cuanto al acceso de la población objeto de estudio, se establecieron dos encuentros, el primero se desarrolló con el fin de generar empatía con los entrevistados y para poner en conocimiento tanto a los padres de familia de los menores como a los participantes, el objetivo que persigue la investigación, los procedimientos que se tendrán en cuenta para su desarrollo y generar acuerdos y compromisos en cuanto a la participación de los adolescentes en el presente estudio, de acuerdo al apéndice A y B y los anexos A y B del consentimiento informado; el segundo encuentro se realizó con los 6 estudiantes participantes, con quienes se llevó a cabo la entrevista semiestructurada, según los parámetros establecidos según la Guía de entrevista cualitativa sobre las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes anexo B y el cronograma establecido para las entrevistas Anexo D.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Referenciando las categorías expuestas en el marco teórico y los temas comunes y diferentes mostrados individualmente por cada participante y con el fin de realizar el análisis de la información se generan categorías a priori para comprender, mediante el análisis de los temas y patrones presentes en las descripciones y narrativas de los adolescentes, las experiencias con respecto a las emociones que se presentan por el uso excesivo de los dispositivos móviles. Las categorías de análisis seleccionadas son:

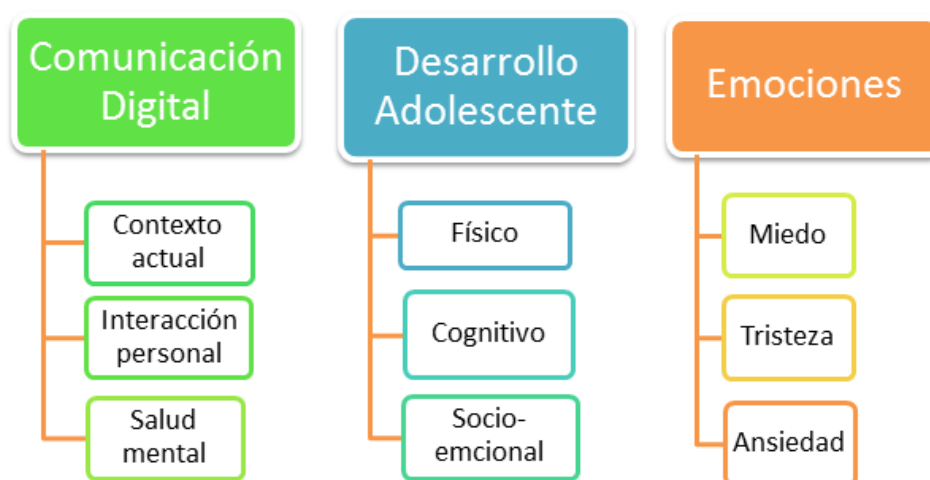


Figura 8. Categorías de análisis. Diagrama Propio

En la actualidad, los adolescentes tienen diferentes formas de interacción con el medio que les rodea, ya sea de manera presencial o digital como lo son los medios tecnológicos, las redes sociales y muchas otras maneras en las cuales las formas de comunicación se están basando más en lo digital, las reuniones sociales son virtuales, y la etapa de pandemia generada por el COVID-19 afianzo más la relación e interacción con las plataformas virtuales. A partir de la aplicación de una entrevista semiestructura, las cuales fueron transcritas literalmente en el Anexo E, para posteriormente ser analizadas y clasificadas, de acuerdo al cronograma establecido como se refleja en el ANEXO D, con el fin de encontrar algunas relaciones comunes entre las

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

categorías identificadas y así comprender en profundidad la perspectiva del fenómeno estudiado desde la visión de los 6 estudiantes seleccionados a conveniencia. Se generan las siguientes tablas con el fin de sistematizar los resultados hallados.

Tabla 2.

Matriz de codificación de los estudiantes

Código	Edad	Grado	Código
Nombre del Estudiante	(Años)		Estudiante
Entrevistado 1	15	10	Sujeto 1
Entrevistado 2	17	10	Sujeto 2
Entrevistado 3	16	10	Sujeto 3
Entrevistado 4	15	10	Sujeto 4
Entrevistado 5	15	9	Sujeto 5
Entrevistado 6	15	10	Sujeto 6

4.1 Codificación abierta

La elección y elaboración de códigos se hizo a partir de las características y significados, propios de la investigación, que según Hernández Sampieri (2014), concierne a la revisión detallada de la información y su clasificación. Específicamente, esta técnica consiste en disgregar concienzudamente la información para analizarla, compararla, determinar los elementos que presentan semejanzas conceptuales y merecen posteriormente una agrupación común, bajo una determinada denominación Hernández Sampieri (2014). De este modo, se abordó el texto correspondiente a la transcripción de las entrevistas trabajadas, como se refleja en las tablas 3, 4 y 5.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Tabla 3.

Análisis de contenido codificación abierta categoría 1

Categoría 1: Comunicación digital		
Descripción: Esta categoría, explora el impacto y las repercusiones que ha tenido el uso excesivo de dispositivos móviles en la interacción del adolescente con su entorno. La función que cumple esta categoría es, realizar un acercamiento hacia la relevancia que tienen los medios digitales en el contexto de esta población y su incidencia en las diferentes dimensiones del desarrollo.		
Subcategoría: Contexto actual		
Rol del uso del teléfono celular en la interacción del adolescente con su entorno.		
Pregunta	Respuesta	Análisis
¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?	Sujeto 1: El celular más que todo, desde este año he estado utilizando el celular, aunque cuando hay información más extensa, más que todo utilizo la computadora... Sujeto 2: más que todo utilizo mi teléfono, pero son muy pocas veces las que utilizo el computador... Sujeto 3: pues el que yo noto que se mantiene como estable es el celular... Todo lo hago desde el celular realmente. Sujeto 4: Eh!, básicamente para hacer uso manipulación de las redes uso mi dispositivo móvil y para hacer un trabajo más sólido y más limpio con mis actividades académicas, uso un ordenador, puesto que eso me facilita más las cosas. Sujeto 5: Pues, ¡Eh!, es más que todo el celular para ver Teams y WhatsApp para el colegio. Sujeto 6: El computador portátil y pues mi celular.	A través de estas respuestas es posible perfilar el teléfono celular como el dispositivo más común para la conexión e interacción digital de los adolescentes entrevistados. En este orden de ideas, el análisis hacia el impacto de la comunicación digital en los adolescentes puede delimitarse hacia la reflexión acerca del rol del uso del teléfono celular en la interacción del adolescente con su entorno. Así mismo, la descripción entregada por los entrevistados en la cual el teléfono celular es utilizado en distintas facetas de su vida académica y social, permite preliminarmente aceptar como hipótesis el planteamiento de Byung Chul Han (2010), según el cual la interacción a través de estos dispositivos genera un reemplazo de la interacción física por un relacionamiento mediado por la tecnología, en el cual la comunicación degenera en un intercambio de información. Esto implica que, en la actualidad y teniendo en cuenta la emergencia sanitaria por la que estamos atravesando, se ha generado un impacto directo en las relaciones de interacción social y académica, las cuales han sido reemplazadas por las conexiones en búsqueda de información. Por otra parte, estos sucesos nos demuestran como el ser humano va ajustándose a los cambios con los cuales se encuentra a lo largo de su vida, tal como lo manifiesta Bronfenbrenner (1987), en la Ecología del desarrollo humano, <i>existe una progresiva acomodación mutua entre el ser humano activo, en desarrollo y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que vive la persona</i> (p.40). Para este caso en

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

	particular, ha sido el adolescente quien se ha visto en la inminente necesidad de ajustarse a las circunstancias de la actual pandemia, para sumergirse de un modo más recurrente en los medios digitales, que a su vez ha tenido consecuencias que se expondrán en el transcurso de este análisis.
¿Cuántas horas dedica al móvil/computador al día?	Sujeto 1: Aaaaahh, pues de que paso mucho tiempo pues sí, porque ahí tanteando eeeh...no sé por ahí 10 horas al día, un poquito más, un poquito menos, más o menos se podría decir Sujeto 2: Uishhh (risas), pues la mayoría del día, pues cuando voy a clases, ahora que estoy yendo a clases no tanto, pero esta semana si lo he estado utilizando más, y pues solo lo suelto más que todo, cuando estoy haciendo aseo o almorzando y eso...La verdad como 12 horas al día o más. Sujeto 3: En promedio al día, pues mi celular tiene como algo ahí, creo que se mantenía entre 14 a 15 horas. El fin de semana es cuando más tengo, porque como no hay clase, más tiempo para andar en el celular. Sujeto 4: incluyo mucho tiempo en mis labores académicas y en lo de las redes sociales, incluyendo esos dos lados, es un aproximado de 8 a 10 horas. Sujeto 5: Sí en el día por ahí 8 horas. Sujeto 6: Pues, yo supondría que por ahí unas 10 horas al día. Cinco de los entrevistados coinciden en que pasan más de 10 horas al día conectados a internet, con lo cual se observa que su interacción a través de dispositivos móviles, supera en tiempo a la interacción física con los miembros de su entorno social, familiar y académico. Así pues, al medir el tiempo dedicado al reemplazo de las interacciones físicas por la búsqueda de información e interacción digital, podemos ver como esta actividad adquiere relevancia en los adolescentes, lo que nos lleva a dirigir la reflexión no solo al cambio de paradigma de interrelación, sino como este genera una tendencia a la desconexión de la situación física, es decir de las interrelaciones mediadas por la corporalidad, en la cual la atención del adolescente no responde a los estímulos de su entorno cercano, reemplazando la prioridad de su atención a los estímulos digitales. Ante estos resultados, puede inferirse que los estudiantes han generado una mayor dependencia de los dispositivos móviles dado a las actuales circunstancias, lo cual puede tener un fuerte impacto en la forma en como estos perciben el mundo, dado a que constantemente están siendo bombardeados por información que puede influir en su forma de pensar, de actuar y de sentir, como lo refiere Bronfenbrenner (1987), <i>lo que cuenta para la conducta y el desarrollo es el ambiente como se lo percibe, más que como pueda existir en la realidad objetiva</i> (p. 24).
¿Piensa usted que es mucho tiempo el que dedica a la conectividad?	Sujeto 1: ¡eso es mucho! (risas) pues si lo dicen así de esa manera toda semana, todas esas horas, si consideraría que sí. Sujeto 2: sí, mucho, porque es bastante tiempo en un móvil, yo creo que lo podría dedicar a otras cosas, pero pues no tengo mucho que hacer, pues salir con mi Aunque las respuestas a esta pregunta se dividen en quienes consideran que dedican mucho tiempo a la conectividad, y quienes opinan lo contrario, podemos concluir que las dos tendencias apuntan a la normalización del uso excesivo de los dispositivos móviles. Quienes consideran que pasan mucho tiempo conectados, lo normalizan por tener tiempo libre o no tener nada que hacer. Esto implica una

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

hermana y eso, pues sí.

Sujeto 3: Tengo entendido que deberían ser como menos de 8 horas al día, algo así, eso dicen por ahí, pero ni idea porque al no tener un horario fijo para mi es normal que para una persona que si sabe el mal que es estar tanto tiempo conectado pues no se nota pero me acostumbro y pues lo normalizo, algo que no debería hacer. Puede ser perjudicial el mal uso que le dé.

Sujeto 4: Noo, siempre trato como de sacar como las tareas primero y después le proporciono las redes sociales...

Sujeto 5: no porque por ejemplo la mayoría del tiempo que estoy en digamos así conectado digamos las 5 horas son en el computador haciendo tareas y pues del resto de la tarde ya juego en el celular, ósea como que no me preocupo porque si estoy haciendo algo productivo, pero las otras 3 horas y digamos son solo jugando.

Sujeto 6: pues la verdad uno no se da cuenta no, o sea, yo como pues ahorita tengo mucho que estudiar entonces yo mantengo mucho tiempo en estos aparatos. En el tiempo de pandemia aumento mucho más.

mentalidad en la cual el tiempo no productivo, es decir el que no está ocupado en responsabilidades académicas, es tiempo perdido. Lo anterior implica, una valoración del tiempo a partir del factor productividad, en el cual el tiempo destinado a actividades recreativas, familiares o creativas, es considerado un tiempo no importante que puede ser reemplazado por la búsqueda de interacción digital y familiar.

La respuesta de quienes consideran que no dedican mucho tiempo a la conectividad confirma esta tendencia, en tanto justifican el tiempo excesivo de uso del dispositivo digital en cuanto está ligado a responsabilidades académicas.

En palabras de Byung Chul Han, *“Bajo la presión de tener que trabajar hoy nos hemos olvidado de cómo se juega. El ocio sólo sirve hoy para descansar del trabajo. Para muchos el tiempo libre no es más que un tiempo vacío, un horror vacui. Tratamos de matar el tiempo a base de entretenimientos”* (El mundo, 2019)

El reemplazo de la interacción física por la interacción digital, no solo implica un cambio de medio de relación con los demás, sino una fractura del entorno familiar y social asociada a una reinención de la corporalidad degradada. En tanto solo interesa el tiempo productivo, y la productividad se traduce en la búsqueda de información digital, las actividades mediadas por el cuerpo (juego, creación, expresión afectiva) se consideran tiempo muerto que debe ser reemplazado por la interacción digital.

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

Sujeto 1: Minutos (risas), pues hay veces que si duro mucho tiempo, pero la mayoría suelen ser minutos, para revisar.

Sujeto 2: Mmmm muy frecuente la verdad, a veces cuando estoy haciendo algo no lo reviso mucho, pero cuando lo agarro no lo suelto en bastante tiempo.

Sujeto 3: Mmmmm realmente por ahí lo único que si reviso bastante es el WhatsApp porque ahí me llega así que todo no, la información o los trabajos o los grupos en los que estoy, pero el

Los participantes en general, manifiestan realizar una revisión frecuente del teléfono celular en búsqueda de actualizaciones del correo electrónico o las redes sociales, esto, implica que la disociación entre el entorno digital y el físico, en detrimento de este último, genera un cambio en los procesos mentales en el cual la atención se centra en los estímulos digitales, interfiriendo así en la relación con otras personas e impidiendo concentrarse en otras tareas, es decir que, estos distractores se encuentran irrumpiendo en el normal desarrollo de sus dimensiones académicas, familiar, social y afectiva.

En este orden de ideas, pese a los esfuerzos que el adolescente realiza por cumplir con sus deberes

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Gmail o otros correos así no tanto, pero siempre trato de verlo de vez en cuando.

Sujeto 4: Eso lo uso muy frecuente, puesto a que como el tema de la pandemia todo cambio como pues con debidamente a las cosas académicas lo mantengo revisando un poquito más seguido de lo usual.

Sujeto 5: Ahorita pues no lo estoy usando mucho, pero por ejemplo cuando juego lo uso casi todos los días.

Sujeto 6: Mmmm pues a cada ratico (risas)...

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

Sujeto 1: Yoo creería que por buscar no se entretenimiento o quitar el aburrimiento o un distractor se podría decir así.

Sujeto 2: Mmm pues...creo que los juegos o si, más que todo facebook y eso, las aplicaciones, eeh pues a veces lo suelto y lo vuelvo agarrar, porque si, digamos ehh lo suelto, doy una vuelta por la casa y digo: qué voy hacer? Y después como que lo vuelvo agarrar porque no sé, no encuentro algo que hacer en ese instante, pero más que todo estoy jugando en él y eso o escuchando música.

Sujeto 3: Creo que el entretenimiento realmente, es como lo que me distrae la mayoría del tiempo. Pues las redes, pues las ya mencionadas anteriormente como Instagram, telegram, twitter, Facebook y así, eh pues para perder el tiempo más que todo o ver contenido de interés.

Sujeto 4: Eh! la cuestión principal sería la labor académica y lo otro que, pues tiene un poquito de relevancia que la primera, es la cuestión social, puesto que ahí comparto con mi familia, amigos y demás.

Sujeto 5: Para jugar, sí, pero se

en los sistemas: familia-escuela, las relaciones bidireccionales entre estos se están quebrantando, dado al frecuente aislamiento en el que éste permanece, o mejor, debido a la conectividad constante en la que se mantiene y por otro lado, las labores con las que deben cumplir los padres de familia o cuidadores.

Como se ha planteado hasta el momento, las respuestas en esta categoría evidencian un cambio profundo en la relación del adolescente con su entorno, al que podemos definir como una ruptura con el entorno físico inmediato.

Tal y como señala Byung Chul Han en su texto, La sociedad del cansancio, se cree que solo es importante el tiempo productivo, es decir el tiempo destinado a las actividades académicas. En ese sentido, el otro tiempo, el de la actividad física, la relación familiar, la creatividad, es equiparado al aburrimiento, con lo que se opta por entrenarse digitalmente.

La única forma de entretenimiento parece ser la digital, afectando las aptitudes de imaginación, espontaneidad y corporalidad.

Con esto, se da una fractura con el entorno físico inmediato, centrando la atención en los estímulos digitales.

Esa situación se puede ver en las respuestas que evidencian un ciclo de uso del dispositivo móvil, en el cual, al fracturarse la relación con el entorno físico inmediato, el tiempo de conexión digital asume cuatro momentos que se repiten cíclicamente, tiempo académico productivo (tiempo destinando al estudio virtual), escape del “aburrimiento” del entorno físico, búsqueda de interacción digital y constante revisión del dispositivo en busca de estímulos.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?	llama brawl stars. Free fire Sujeto 6: Lo uso únicamente para investigar para estudiar y hacer cosas de mis estudios pienso yo. Sujeto 1: Pues yo creería que mi mamá, aunque hay veces que mi papá es el que lleva los gastos del internet, aunque más que todo es mi mamá creería yo. Sujeto 2: Mi mamá, ella es la que paga el internet. Sujeto 3: Eh mi papá. Sujeto 4: Lo paga eh! mi papá, mi señor padre. Sujeto 5: Mmm, no, no tenemos internet propio, propio no, es de la vecina. Sujeto 6: Mmmm pues mis dos papas, ellos dos se ayudan los dos.
	En el análisis de esta pregunta, es importante tener en cuenta que refleja que si bien la conectividad genera un gasto permanente, asumido por los padres, no afecta el rol económico de los adolescentes al interior de la familia. En este sentido, aunque en preguntas anteriores se justifica la conectividad desde un pensamiento centrado en la productividad del tiempo, realmente se establece una lógica del consumo en que la conectividad es un cargo económico constante, por el que pagan los padres, sin que esto implique necesariamente una supervisión en lo referente a la ruptura de las prácticas de interacción familiar. Es llamativo como el padre paga por un servicio que a la postre termina escindiendo las dinámicas de relación familiar. En ese orden de ideas, podemos entender el uso excesivo de dispositivos digitales como una lógica de consumo, en la que la conectividad se entiende como un servicio esencial, en la que el individuo consume tiempo productivo, tiempo de interrelación digital y tiempo de ocio, que progresivamente absorbe la atención del adolescente mediante un cúmulo de estímulos, al punto de disociarlo de su entorno físico y de las actividades mediadas por la corporalidad.
Subcategoría: Interacción personal Relación social recíproca entre dos o más personas.	
¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?	Sujeto 1: Si, en realidad me ha ocurrido muchas veces y pues eso me ha generado problemas con el estudio. Sujeto 2: Pues siempre utilizo el teléfono, pero últimamente como que voy a utilizar el computador para entrar a clases porque me distraigo mucho con el...eeh creo que me distraigo por las notificaciones, eh a veces llegan como mensajes y como que entro A pesar de la justificación anteriormente dada, de ligar el uso del dispositivo móvil a la ejecución de responsabilidades académicas, es claro en este punto cómo la atención se desplaza a los estímulos recreativos del entorno virtual, generando interrupción o abandono de la ejecución de labores académicas o productivas. En este sentido, la lógica en la cual los estímulos digitales cooptan la atención del adolescente, generando comportamientos como la revisión constante de actualizaciones de las redes sociales o el correo electrónico, se repite dentro del mismo

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

para ver que dicen los mensajes, o cuando empiezo como aburrirme entro a Facebook y eso y no pongo pues más atención a la clase.

Sujeto 3: Si

Sujeto 4: ¡No!, pues siempre que digamos al comenzar el día, siempre lo primero que hago es los deberes y ya después de que hago los deberes, hay si cojo el celular. Sí, a veces sí me ha pasado, pero que así frecuente no.

Sujeto 5: Si señora, a veces ocurre que estoy muy a veces apegado a la tarea o al video o a la red social que estoy viendo y se me pasa el tiempo y pues a mí se me olvida, cosa que a veces me sorprende.

Sujeto 6: Siiiiii mucho (risas), pues no sé, a uno le entran como las ganitas, la tentación, yo tengo muchos canales a donde me he suscrito en YouTube, entonces me llegan muchos videos, hay salió el programa tal, salió esto salió lo otro ta ta, entonces uno lo ve y uno como hay yo quiero mirar que es, entonces a veces me embobo mirando se va la hora, y uno aaaah, no he hecho nada.

tiempo destinado a la virtualidad, generando una atención dispersa que debe responder a los estímulos constantes, aún a riesgo de abandonar las tareas escolares con las que se justifica la conectividad.

Esto se corresponde con lo planteado por Byung Chul Han en su texto *La sociedad del cansancio* (2010):

“una forma de atención por completo distinta, la hiperatención. Esta atención dispersa se caracteriza por un acelerado cambio de foco entre diferentes tareas, fuentes de información y procesos. Dada, además, su escasa tolerancia al hastío, tampoco admite aquel aburrimiento profundo que sería de cierta importancia para un proceso creativo

¿Prefiere usted la comunicación frente a frente o se le facilita más hacerlo por redes sociales?

Sujeto 1: Yo prefiero por el celular, ya que no es que me gusta estar socializando así personalmente, sobre todo el celular, de pequeña tuve interacción un poquito mala con el colegio, crecí con ese miedo o esas ganas de, hay si digo algo malo la persona me va a ofender a mí, le voy a dar una mala impresión de mí, se podría decir así, o me da miedo lo que pueda decir la persona.

Sujeto 2: Eeeh.... pues Presencial no hablo mucho la verdad, pues si es mejor pero no soy muy bueno, pero por redes si como que por decirlo así me desenvuelvo mejor. Creo que es porque se me facilita,

Al analizar esta pregunta observamos respuestas disímiles, desde quienes prefieren la interacción social presencial a quienes prefieren aquella mediada por dispositivos tecnológicos.

En este sentido es interesante ver como las habilidades sociales no son un factor determinante para el uso excesivo de dispositivos digitales, en tanto adolescentes que registran un abuso de este tipo de conectividad, difieren en sus habilidades sociales y de su habilidad para relacionarse con pares. Por lo cual puede decirse que la dimensión interpersonal del adolescente se ha mantenido, lo cual es un punto favorable e indispensable para el desarrollo psicológico del individuo y que por ende incide de forma directa en la emocionalidad del mismo.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

además no tengo que estar pensando en ese momento que le voy a decir a la persona.

Sujeto 3: Eh, pues la comunicación se me hace mejor presencial, pero esta forma también ha facilitado como muchas cosas, es como que no es necesario ir a donde el estudiante o la persona y pues usted puede hacerle así la video llamada desde su casa o desde un sitio donde usted se pueda cuadrar, pero yo prefiero, de preferencia presencial, pero así está también bien, no lo miro del todo mal, también es como una nueva forma de comunicación a la cual me tengo que acostumbrar.

Sujeto 4: Lo prefiero mejor como esa presencialidad, puesto que la presencialidad tiene más humanidad que la virtualidad.

Eso varía, depende si estoy con una persona de confianza o no y si estoy con una persona que conozco muy poco, pues a veces suelo ser un poco torpe o menos interactivo y cuando ya entro en confianza soy más interactivo y más extrovertido.

Sujeto 5: En persona, claro obvio.

Sujeto 6: Mmm pues para mi es mejor salir, verlos hablarle, pues como en la pandemia uno choco mucho, yo ya estoy aburrida de ver ese celular entonces, eso uno ya quiere verlos carajo, verlos y pues no sé, yo prefiero verlos, no escribirles, me estresa.

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores? ¿Crees que puede interferir en la vida normal del ser humano?

Sujeto 1: Claro que puede interferir, porque realmente, es como inútil, no realmente no beneficia aun así lo seguimos viendo y estamos es gastando tiempo preciado que se puede utilizar para cosas beneficiosas.

Sujeto 2: Pues, el uso excesivo creo que no, pues el usar el celular pues puede ayudar en muchas

En este punto, es interesante observar como las respuestas denotan la existencia de un comportamiento adictivo, en el que los adolescentes son plenamente conscientes de como el uso abusivo de dispositivos móviles ha perjudicado su calidad de vida, al punto de abandonar otro tipo de actividades o incluso generar lesiones oculares, pero aun así persisten en su comportamiento obsesivo.

Las respuestas, analizadas en el marco de las

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

cosas, pero eso de pasar esos límites creo no, en verdad no puede traer nada que pueda beneficiarnos.

Sujeto 3: Mmmm...yo creo que el celular más que todo no es que afecte, sino el mal uso que yo le doy es el que genera eso, porque el celular solo no es nada, soy yo entonces, es como una herramienta para usarse a daño propio o de quien lo use en su momento, y pues también creo yo que se genera una adicción,

Sujeto 4: Pues es muy importante y especial pues saberlo en esta pandemia, puesto a que la pandemia nos obligó a estar siempre conectados con los dispositivos y saber en qué le damos el uso. Lo otro sería pues intentar cómo darle o saber dar administrar un uso a estos dispositivos.

Sujeto 5: Que muchas veces se olvidan de sí, de socializar con los demás por estar ahí en el celular, que muchas veces se obsesionan con las redes sociales y que digamos está en una haciendo algo y siempre es ahí con el celular en la mano.

Sujeto 6: Eso sí es feo la verdad, yo no me considero adicta realmente, pero si mantengo mucho tiempo al celular y por eso yo uso gafas porque yo me queme la retina de ver tanto el celular por las noches y pues como le digo, pues principalmente para mí, la familia es lo más importante entonces a mí me parece que yo no comparto mucho con ella y pues es importante pues al menos uno dialogar entre ellos...

preguntas analizadas hasta este punto, denotan pérdida de control sobre el uso del dispositivo, pensamientos obsesivos alrededor de las emociones generadas por las constantes notificaciones digitales y presencia de conductas compulsivas.

En este sentido, como lo han propuesto Ortony, Clore y Collins (1988), *“las emociones se producen a través de procesos cognitivos y que, por lo tanto, van a depender de la interpretación que cada persona haga de las distintas situaciones”*, es decir que, el adolescente en este caso ha interpretado el uso excesivo de los dispositivos móviles como algo aversivo, sin embargo es una conducta normalizada, pues no se han tomado acciones que ayuden a contrarrestar la problemática, de tal modo que se pueda aportar al mejoramiento de la calidad de vida.

Subcategoría: Salud mental

Bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

Sujeto 1: Pues, en mi salud no creería, pues físicamente no. Pues me ha pasado que uno tenía el celular, pero igualmente tenía acceso total al internet, muchas veces no dormía.

Sujeto 2: Me levanto cansado o también a veces por estar tanto tiempo en el teléfono me duelen los ojos.

Sujeto 3: Creo que los horarios de sueño, también como que, no sé como que el tiempo que le dedico a mi físico realmente, ahora permanezco más tiempo en un lugar y pues no hago mucho solo estoy acostado y por eso me encierro en mi pieza con la luz apagada.

Sujeto 4: Pues, la verdad parece curioso, pero al parecer en la pandemia yo siempre tiendo a comer mucho, eso es algo que no hacía usualmente y lo más curioso de todo es que yo sigo delgado, tengo una complexión normal y pues a causa de esas comidas pues tuve unas consecuencias a veces siento que se me para el corazón o que los pulmones los siento muy apretados.

Sujeto 6: me empezaron a llevar al oftalmólogo, entonces allá me revisaron y me dijeron que no tenía la vista mala, mala, pero me había quemado la retina por usar tanto el celular en las noches... ya me quedé de por vida así porque me dijeron que tenía que usar las gafas permanentes.

Estas respuestas evidencian el deterioro en la calidad de vida, o incluso la comorbilidad con distintas patologías que conlleva el uso abusivo de dispositivos móviles, en concreto: insomnio, afectaciones oculares, ansiedad y desórdenes alimenticios.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Tabla 4.

Análisis de contenido codificación abierta categoría 2

Categoría 2: Adolescencia		
Descripción: Esta categoría se enfoca en la etapa del desarrollo en la cual se encuentra el adolescente y la incidencia que ha tenido el uso excesivo de dispositivos móviles en el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional y así poder evidenciar las manifestaciones emocionales que se presentan y que puede interferir directamente en el desarrollo evolutivo y adaptativo del adolescente.		
Subcategoría: Desarrollo físico		
Los cambios hormonales del adolescente son debidos a la interacción entre SNC con la influencia de factores genéticos y ambientales		
Pregunta	Respuesta	Análisis
¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?	Sujeto 1: Pues, en mi salud no creería, pues físicamente no. Pero de que genera problemas por el lado mental, y eso, puede pasar ya que muchas veces se puede decir, hay es que vi tal cosa en el internet está bien no sé y eso está afectando mentalmente ya que te está cambiando las ideas. Sujeto 2: Me levanto cansado o también a veces por estar tanto tiempo en el teléfono me duelen los ojos. Sujeto 3: Creo que los horarios de sueño, también como que, no sé como que el tiempo que le dedico a mi físico realmente, ahora permanezco más tiempo en un lugar y pues no hago mucho solo estoy acostado Sujeto 4: Pues, la verdad parece curioso, pero al parecer en la pandemia yo siempre tiendo a comer mucho, eso es algo que no hacia usualmente y lo más curioso de todo es que yo sigo delgado, tengo una complexión normal y pues a causa de esas comidas pues tuve unas consecuencias a veces siento que se me para el corazón o que los	Peñuela (2014, pág. 343) refiere que debido a la gran cantidad de horas que dedican a esta práctica, se desplazan o remplazan actividades como deporte, paseos y tareas escolares, situación que conlleva a disminuir el rendimiento académico y la generación de conductas tales como adicción, agresividad, aislamiento y cambios en hábitos de alimentación y sueño que pueden afectar el estado físico y emocional de los estudiantes. Se encuentra en las respuestas que 5 de 6 entrevistados identifican alteraciones físicas y emocionales asociadas al uso excesivo del celular, como cambios en el sueño, la alimentación, sedentarismo, alteraciones visuales y posibles lumbalgias.

¿Piensa que el tiempo de sueño ha cambiado o ha habido variaciones por el uso excesivo del celular/computador?
¿Por qué?

pulmones los siento muy apretados.

Sujeto 5: No, no señora

Sujeto 6: Lo usaba en la noche para ver películas, para hablar por teléfono no sé, pero lo usaba mucho por la noche, entonces eh a mí **me empezó a desgastar mucho la vista** yo antes pues miraba muy borroso y decía tan raro, pero pues no le puse mucha atención y ya después pues yo si ya no podía ver los letreros, **dolor de espalda** no se si sea por el celular o estar sentada en el computador.

Sujeto 1: Pues me ha pasado que uno tenía el celular, pero igualmente tenía acceso total al internet, **muchas veces no dormía.**

Sujeto 2: Creo que también el hecho de dormir, **no duermo mucho**, por eso también a veces, y.... me levanto cansado o también a veces por estar tanto tiempo en el teléfono me duelen los ojos. Ha reducido porque, me acuesto como dos horas tarde, pero no paso de eso.

Sujeto 3: yo si me note es como mi horario de sueño se vio mucho afectado también mi estado de ánimo, y también **no podía dormir** pensando en que me escribirían o que dirían, que tendría por comentar,

Sujeto 4: a veces hay días en los que está con el teléfono y constantemente suelo tener un poco más de sueño

Sujeto 5: No, no señora.

Sujeto 6: Uy sí, a mí me pasa, me pasa mucho, yo que yo me acuesto por muy temprano las 9, por muy tarde las 11, entonces pues esos horarios no los veo como muy malos como que **uy me**

Se encuentra que casi todos los entrevistados presentaron alteración en el ritmo de sueño, algunos por aumento, otros por disminución y otros por cambios en los ciclos de sueño esperados, como lo refiere Peñuela (2014, pág. 343).

Si bien, el uso de los videojuegos puede generar en los encuestados aspectos positivos como estrategias y habilidades de pensamiento, debido a la gran cantidad de horas que dedican a esta práctica, se desplazan o remplazan actividades como deporte, paseos y tareas escolares, situación que conlleva a disminuir el rendimiento académico y la generación de conductas tales como adicción, agresividad, aislamiento y cambios en hábitos de alimentación y sueño que pueden afectar el estado físico y emocional de los estudiantes. Se puede decir que hay alta relación de este fenómeno ya sea por el uso excesivo de los celulares que lleva a la disminución del desarrollo de otras actividades que le permiten regular el sueño o por los cambios fisiológicos en la producción de melatonina por privación del sueño como afirma Monpó (2018) ya que “la luz que emite la pantalla del móvil hace que se produzca menos melatonina, que es la hormona que ayuda a conciliar el sueño. También el celular puede llegar a despertarlos en medio de la noche por vibraciones o sonido. El simple hecho de tener móvil disminuye las horas de sueño y con ello la cantidad del mismo.” lo que lleva a alterar las

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

trasnoche, y me levanto como entre las 9 y las 11 del otro día (risas)

Sujeto 1: Pues **no**, realmente mi alimentación no está sujeta con el uso del celular.

Sujeto 2: si a veces quería comer mucho, pues no por hambre sino porque sentía que quería comer algo dulce y eso y lo hacía, pero aun así no, aun así, seguía sintiendo lo mismo. A veces se incrementaba, a veces quería repetir, aunque no tenía hambre más que todo quería seguir comiendo o a veces cuando terminaba de comer pasaba una hora y volvía a comer algo.

Sujeto 3: Pues como el no tener un horario de sueño fijo antes, pues llego a que mi horario de alimentación se viera afectado no solo de ánimo, **entonces no comía porque no quería**, en consecuencia, de que no tenía como que un horario fijo, mi cuerpo como que se des configuró y a su vez mi peso era malo, ahora mismo estoy pues más consiente y si trato de comer los tres, desayuno, almuerzo y cena, antes era como solo almuerzo o solo desayuno y ya, pero ahora si como todo,

Sujeto 4: pienso que a veces el apetito siento que **es un poco más voraz** me refiero al término como que se necesita comer un poco más

Sujeto 5: No, no señora, yo casi siempre, digamos como a la misma hora, pero en el día no.

Sujeto 6: Pues no, en eso no, la comida es sagrada para mí, si no hay comida no hay nada.

respuestas emocionales.

En esta pregunta se encuentra que solo uno de los participantes presenta este cambio en los hábitos de alimentación, posiblemente por desplazar el tiempo en actividades con los dispositivos móviles como peñuela (2014, pág. 343) lo menciona que debido a la gran cantidad de horas que dedican al uso de celulares o PC se desplazan o remplazan actividades como deporte, paseos y tareas escolares, situación que conlleva a disminuir el rendimiento académico y la generación de conductas tales como adicción, agresividad, aislamiento y cambios en hábitos de alimentación y sueño que pueden afectar el estado físico y emocional de los estudiantes.

Subcategoría: Desarrollo cognitivo

Capacidad operacional de los estudiantes reflejada en el desempeño académico y concentración.

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año?	Sujeto 1: muchas veces no entregaba trabajos en el tiempo que era por estar mucho tiempo en el celular.	Se evidencia que todos los estudiantes presentan bajo rendimiento académico durante el último año debido a la gran cantidad de horas que dedican al uso de los dispositivos móviles, desplazando o remplazando actividades como deporte, paseos y tareas escolares. Situación que conlleva a disminuir el rendimiento académico y la generación de conductas tales como adicción, agresividad, aislamiento y cambios en hábitos de alimentación y sueño que pueden afectar el estado físico y emocional de los estudiantes. (Peñuela, 2014, pág. 343).
	Sujeto 2: Nooo, me ha ido muy mal estos dos años, de hecho, ya he tenido que firmar como tres compromisos o más y estuve muy mal debido a eso también, a veces decía, ah después hago mis trabajos y seguía en el celular y al final no hacía nada y decía al siguiente día, al siguiente día y no.	es importante resaltar que los jóvenes hacen referencia a que aunque cuentan con las capacidades cognitivas para responder a los compromisos académicos el uso excesivo del celular los llevo a postergarlos, aunque se sentían emocionalmente comprometidos por no cumplir. Lo que se evidencia en las siguientes expresiones:
	Sujeto 3: Si porque fue un cambio muy brusco como que, de los cuadernos con el profesor y pues no es lo mismo, todo cambio entonces pienso que, para mí, más que no pueda asimilarlo yo pienso que no di de mi parte, mi rendimiento decayó bastante, no porque no fuera capaz, sino porque simplemente no consideré salir de esa zona,	“estuve muy mal debido a eso” “yo pienso que no di de mi parte” “he tendido a caer mucho eh en la desgracia pues académica”
	Sujeto 4: Pienso que sí a veces he tendido a caer mucho eh en la desgracia pues académica, pero eso a veces no dejó que aun así me deje tirado en el piso sino que intento como levantarme y seguir haciendo los trabajos.	“Fue así tan drástico que yo siempre ocupaba entre el primero y el segundo puesto, era de las mejores estudiantes”
	Sujeto 5: Si, Qué puedo mejorar porque estoy regular.	
	Sujeto 6: También, llore mucho, fue así tan drástico que yo siempre ocupaba entre el primero y el segundo puesto, era de las mejores estudiantes, me ganaba medallas, eh simbolitos de eso eh y toda la cosa, y de un periodo a otro periodo quede casi en el 11, y 12 puesto y con notas muy terribles, así pasaditas y yo decía, pero como, así fue, drástico.	

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Sujeto 1: Si, realmente ha cambiado mucho el nivel de concentración porque muchas veces no entregaba trabajos en el tiempo que era por estar mucho tiempo en el celular, y pues la concentración disminuye ya que uno no se centra solo en el trabajo sino en otra cosa y la mente dice, hay que habrá pasado en el video, que habrá pasado en la red, y así.

Sujeto 2: creo que si a veces, más que todo en las clases, ehh pues no sé, siento que a veces no entiendo o cuando me están explicando siento que van muy rápido y pues eso también me hace perder la concentración. Cuando estaba en los talleres cuando tenía que leer algo, tenía que leerlo mil veces o cuando había algún ruido o algo así que no me dejaba concentrar, entonces no entendía, no entendía lo que decía la guía.

Sujeto 3: Pues ha sido como, más que todo propio mío, pero si como que ha contribuido, eh también es como, se suma no, eh yo soy una persona como que dispuesta a desconcentrarse en las cosas, entonces pasa un carro voy y lo miro y pues ahora en el celular y pues al estar en clases así tipo virtual, si, si contribuye bastante porque no es como la forma mía de aprender, y pues no sé, me meto a una red social empiezo a ver otro tipo de cosas y descuido la clase.

Sujeto 4:
Eh! siempre tiende distraerse más fácil, pues con la tecnología pues con lo que lo rodea que siempre tiende a estar de cualquier manera.

Sujeto 5: Hacía en qué sentido, de por ejemplo de estar más con mi

Los participantes expresan tener dificultades de concentración, por distraerse con actividades en los celulares, lo que no les permite memorizar el material académico estudiado o concentrarse en las clases y así no poder entender los temas de estudio, este factor corresponde como característica del uso excesivo de los celulares que se relaciona con la alteración en el hábito de sueño como lo expone Monpó (2018). Ella menciona que los niños de primaria y los adolescentes de bachillerato que tienen móvil, duermen menos que los que no lo tienen, lo que se puede ver relacionado a largo plazo con un déficit crónico de sueño, y los efectos que esto provoca, como: disminución de la atención y concentración, generando bajo rendimiento escolar, cansancio y cambio de carácter.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

familia o..., en de pronto es lo de **las tareas sí**, pero en lo de la casa no, siempre hago primero lo de la casa y después el celular. a veces me distraigo por ejemplo voy a mirar algo y me quedo ya mucho tiempo ahí en el celular, me distrae.

Sujeto 6: Yo digo que **si** la verdad,.. no se ya no tenía la como esa capacidad de que me entrara todo a la cabecita ahí hacia algo y ya a la media hora se me olvido.

Subcategoría: Desarrollo socioemocional

Adquisición de la independencia, establecer relaciones con los amigos y lograr la identidad del adolescente

¿Cómo se siente cuando la persona con la que está hablando es quien usa el celular durante un encuentro personal?

Sujeto 1: Pues uno siente que no le están prestando atención **no**, porque muchas veces ha pasado aquí en la casa que cada quien anda con su celular y uno como que le habla a alguien y piensa que lo está escuchando cuando le dicen ¿ah? ¿Qué me dijo? **Uno se siente como ignorado**, como que no le prestan atención.

Sujeto 2: Pues no sé como que de alguna manera **siento desinterés por parte de la otra persona** y me siento **incomodo como si quisiera irme** y pues sí, solo no seguir hablando en ese momento.

Sujeto 3: Presencial, pues depende como que, de lo que se tenga que hacer en su momento, cambian muchos factores porque es más raro que estar en el celular porque se está haciendo algo en su momento físico, cosa que es muy común acá vía virtual porque yo puedo meterme a otras redes y apagar mi cámara, en cambio esa persona que esta presencial es como que sí, realmente **me genera estrés**,

Para Erickson (1982) los adolescentes que resuelven la crisis de identidad de manera satisfactoria desarrollan la virtud de la fidelidad, siendo esta última la lealtad, la esperanza o una sensación de pertenecer a una persona amada o a los amigos y compañeros. Afirma que la fidelidad es una prolongación de la confianza. Lo que lleva a identificar que los sentimientos expresados por los estudiantes a esta pregunta, refleja ese proceso normal del adolescente de fidelidad y deseo de pertenecer y ser reconocido dentro de un contexto social con el fin de desarrollar su identidad.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Considera que la conectividad que mantiene le ha generado rupturas en sus relaciones con amigos, parejas o familiares?

Sujeto 4:

Sujeto 5: Como Ignorado.

Sujeto 6: Pues como yo soy malgeniada **siempre me pongo brava** (risas) pues porque como digo, a mí me gusta compartir con la persona ahí, entonces ya deje ese celular, después habla con quien quiere hablar, pero póngame cuidado.

Sujeto 1: no, yo realmente he sido de mientras estoy en el celular aun así prestar atención.

Sujeto 2: pues mi mamá pues al principio me decía que, si le pusiera empeño, pero pues después como que ya cuando me repetía mucho lo mismo se enojaba a veces y mi papa pues si hubo una o dos veces que se enojó bastante por eso, y fue porque perdí 7 materias, esa vez me regañó feo y a principio de año, de este año, también se enojó, porque él decía que qué tenía yo y eso, pero pues como yo nunca le decía nada, entonces pues creo que también era eso.

Sujeto 3: Pues de degenerarse quizás, pero igualmente donde hay una amistad realmente profunda no se rompe así nada más, simplemente nos dejamos de ver y ya. lo mismo con la familia supongo, no es necesario así una ruptura cuando no hay una comunicación, simplemente está ahí permanente.

Sujeto 4: Pues **en una parte**, en una parte pues, a que siempre lleva la tecnología a las personas las tiende a cambiar siempre en el parecer, pero eso para mí no es lo mismo, para mí es la cantidad del consumo que se le da a una persona.

Sujeto 5: No, yo por ejemplo en la

Esta pregunta genera variedad en las respuestas, al parecer depende del grado de vinculación que presenten con la persona en que se enfocan al responder. Si lo relacionan con los amigos sienten que el vínculo se mantiene y hasta los acerca, pero los estudiantes que se ubicaron en las relaciones paternas si mencionan distanciamiento afectivo.

Al respecto se puede afirmar que la interacción constante, redundante en que la conectividad permanente se ha convertido hoy en día en un elemento esencial a la hora de construir y manejar las amistades y la vida social (Moeller, Powers y Roberts, 2012; Haaf, 2012: 41-75).

La ecología del desarrollo humano comprende una progresiva acomodación mutua entre un ser humano activo, en desarrollo, y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que vive la persona en desarrollo, en cuanto a este proceso se ve afectado por las relaciones que se establecen entre estos entornos, y por los contextos más grandes en los que están incluidos los entornos (Bronfenbrenner, p. 40).

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

tarde salgo a veces hablar con las amigas ahí afuera o sii.

Sujeto 6: Pues, pues **si**, pues siendo sincera yo creo que sí, porque pues bueno mis papás como trabajan entonces yo la mayoría del tiempo mantengo aquí, en mi casa solita y pues yo mantengo ahí conectada, entonces cuando ellos llegan yo ni cuenta me doy.

Sujeto 1: Pues de pronto con amigos o personas fuera del núcleo familiar de pronto si las puede llegar acercar el uso, pero pues en cuanto al núcleo familiar no creería que estar usando ese celular en estas situaciones ayude mucho

Sujeto 2: de mi familia como que me ha alejado más y de mis amigos pues, creo que me ha hecho más cercanos de cierto modo, podría confiar más en ellos y eso.

Sujeto 3: Pues me acerca a quienes yo considero apreciar, pues yo tengo amigos de otros lados, no de acá específicamente, pero las redes me acercan a las personas, porque es tenerlas como a un clic y no como a 20 cuadras o dos países o al otro continente, sino que ahí mismo.

Pues en temas de familia no es que sea muy cercano la verdad, más que todo, la mayoría de tiempo que pasaba con ellos era de pequeño.

Sujeto 4: La verdad quería yo, que eso no me aleja ni mucho ni poco, pero si en cierta manera siempre me mantiene un poco distraído de los demás.

Sujeto 5: Ambas cosas, porque digamos, por ejemplo; cuando hay una persona a distancia pues uno se puede comunicar por ahí, pero a

La ecología del desarrollo humano comprende una progresiva acomodación mutua entre un ser humano activo, en desarrollo, y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que vive la persona en desarrollo, en cuanto a este proceso se ve afectado por las relaciones que se establecen entre estos entornos, y por los contextos más grandes en los que están incluidos los entornos (Bronfenbrenner, p. 40).

En relación a esta teoría se podría decir que los estudiantes entrevistados se encuentran en proceso de acomodación a los cambios del contexto global actual, donde la tecnología y la conectividad virtual han tomado un papel preponderante en dicho desarrollo. En las respuestas se pueden identificar que los estudiantes relacionan la pregunta con el vínculo afectivo: Familiar Vs Amigos, donde sienten que el uso de los dispositivos móviles los acerca a los amigos, pero la aleja de los padres.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

veces por estar en el celular no puede, no sé, lo mismo ahorita uno se distrae y no como que hace sentir ignorada la persona y pues obviamente se va a alejar de uno.

Sujeto 6: Pues eso está entre mitad y mitad la verdad, no diría que si ni diría que no, pues porque las personas de distancia ejemplo el coronavirus, pues ese un medio pa comunicarse, y a veces también los que están cerca pues no aprovechan ese tiempo de que están cerca y por el trabajo, por el estudio.

Fuente. Elaboración propia

Tabla 5.

Análisis de contenido codificación abierta categoría 3

Categoría 3: Emociones

Descripción: Esta categoría indaga las emociones de los adolescentes como una respuesta a las situaciones del entorno que generan una movilización de acciones y valoraciones personales en cuanto al uso excesivo de los dispositivos móviles.

Subcategoría: Miedo

Entendido como la emoción surgida a partir de la interpretación de una situación con potencial para producir daño

Pregunta	Respuesta	Análisis
¿Ha habido situaciones que le generan miedo en relación con el uso de los dispositivos móviles? ¿Cuáles?	Sujeto 1: Pues de pronto puede generar miedo por lo que uno se puede encontrar, de pronto, aunque realmente tener miedo a usar todas esas herramientas realmente pues no lo tengo. Yo veo muy bien con que personas puedo llegar hablar o en que lugares me puedo meter, pero realmente si uno se mete con desconocidos realmente si da miedo ya que uno no sabe qué persona realmente está detrás de la pantalla. Sujeto 2: Volver a clases me genero miedo porque hace mucho no socializaba con las personas y eso y	A pesar de que el comportamiento obsesivo ligado a dispositivos móviles tiene en su raíz la respuesta a estímulos que generan emociones efímeras de alegría o emoción; el uso constante y abusivo de la conectividad digital termina redundando en situaciones de ansiedad y temor, como lo demuestran las respuestas dadas en este apartado. Se evidencian emociones ligadas al temor cuyas razones oscilan entre la posibilidad de llegar a una dependencia absoluta de los dispositivos móviles, la ansiedad ante los escenarios de interacción física, es decir distintos a la interacción virtual, y el

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

me hacía sentir como miedo, ansioso y también nervioso porque el tener que hablar, además ves a muchas otras personas.

Eeee...pues creo que el hecho de que no se, creo que el hecho de que una vez me iban a quitar el celular o cuando si le van a revisar, eso me generaba miedo también el que si lo tomaran, tomaran mi celular y me sentía, si sentía miedo me sentía muy nervioso la verdad...pues antes no pasaba eso pues, si lo iban agarrar y lo iban a revisar o algo así pues no, no me pasaba eso no me sentía así, pero ahora sí.

Sujeto 3: Creo que estancarme ahí y no hacer nada más, o sea quedarme ahí amarado, algo que yo puedo cambiar, pero asumo que no, no es que pueda hacer mucho,

Sujeto 4: No, no señora la verdad es que yo hace muchos que conozco el mundo del internet y sé cómo funciona y la verdad es que no tengo ningún temor o cierta inseguridad de eso la verdad que como toda delante eso.

Sujeto 5: No, no señora. sí señora, a que muchas veces por ejemplo yo hablo con gente y que muchas veces son pedófilos o perfiles en falsos, pues no sé yo veo que la persona es como falsa pues obviamente la eliminó, la bloqueo y ya.

Sujeto 6: Pues sí, en ocasiones eso de ejemplo las redes sociales, que uno a veces como que uno uy no, como que no sé, como que le roban las cuentas en el aspecto de que duplican, o sea si yo tengo una cuenta, hay otra igual con la misma foto y eso y uno entonces a uno le da como nervios de que lo hagan pasar por uno, lo metan por ahí en problemas

miedo a situaciones de peligro derivadas de la interacción digital, como el riesgo de abuso sexual o de vulneración de la intimidad.

Al analizar lo anterior, se evidencia nuevamente que el abuso de la conectividad digital adquiere matices de un comportamiento adictivo, en tanto al adolescente se le imposibilita manejar o mesurar la conducta, aun cuando esta genera alteraciones a la calidad de vida, materializadas en las emociones de miedo, inseguridad y ansiedad.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

Sujeto 1: Pues uno como que siempre tiende a decir mentiras porque sabe que si dice, hay estuve todo el día, pues le van a echar un regaño, mejor me salgo de esto y le digo tal cosa.

Sujeto 2: Mi mama me decía que llevaba todo el día pegado en el celular, entonces le decía, no que apenas lo acababa de agarrar.

Sujeto 3: Como lo dije acá, no realmente no siento pena, pues es algo que yo hago no lo voy a negar

Sujeto 4: Eh! sí señora es siempre o a veces intentar quedar bien, tal como especie libertad.

Sujeto 5: No, Porque mi mamá siempre ha estado aquí en la casa.

Sujeto 6: Pues no, yo siempre he sido como muy realista en eso, o sea yo soy muy sincera.

La variedad de respuestas en este apartado, nos arrojan que el hecho de ocultar o no a los padres de familia el tiempo realmente invertido, depende en gran medida de la dinámica familiar.

En este orden de ideas, quienes sienten que pueden ser objeto de una reprimenda tienden a mentir al respecto, mientras que quienes no sienten que su comportamiento traerá repercusiones negativas a través del control familiar son honestos en sus respuestas al respecto.

En este sentido, podemos ver que la comunicación familiar centrada en el tiempo de conexión no es un factor determinante frente al abuso de los dispositivos móviles.

Ahora bien, sobre todo en las respuestas de quienes afirman mentir por temor a una reprimenda familiar, se puede deducir que la comunicación está centrada en controlar el tiempo de conexión, no en los contenidos visitados ni en las implicaciones del uso abusivo de los dispositivos móviles. En este apartado se evidencia una ausencia de comunicación sobre las consecuencias del abuso de dispositivos móviles, que podría generar un factor preventivo a los problemas asociados al abuso de conectividad, y como la poca comunicación al respecto se centra en un control de tiempo, desde la lógica tiempo productivo e improductivo, que a la postre resulta siendo poco efectiva.

Subcategoría: Tristeza

Emoción relacionada con la pérdida o el fracaso, real o probable, de una meta valiosa, entendida ésta como un objeto o una persona.

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

Sujeto 1: De pronto de todo el tiempo que se perdió y no se aprovechó pro estar horas seguidas en el celular y ver que se va el día y no se pudo hacer nada. Me pasa todos los días, aunque pesar de que uno diga hay no, voy a dejar el celular a

En los textos “En el enjambre” y la “sociedad del cansancio” (2010) Byung Chu Han enfatiza en cómo el momento actual de hiperconectividad y autoexplotación, trae consigo un aumento de patologías mentales como el síndrome de Bournot, síndrome de fatiga

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

lado o dejo música sonando en el celular y me pongo no se a doblar la ropa o algo, es como si uno necesitara tener una fuerza tenas para soltar el celular y ponerse hacer eso.

Sujeto 2: el hecho de que si, de ver como personas, ver fotos de personas que están con sus amigos y eso o están pasando un buen rato pues eso me hacía sentir mal, porque pues yo también quería salir y pues tener como amigos así, y hacer eso.

Sujeto 3: a superficialidad de las redes y de las personas, algo que yo en su momento me las tomaba muy a pecho pero aprendí a distinguir que eso es ficción y si es cierto pero no es mi realidad, entonces va a decir porque mi papá no es este actor, porque yo no tengo ese cuerpo así como lo marcan cinco estrellas, o porque mi cabello no es rubio y yo no soy de ojos azules, eso fue una consecuencia o una tristeza que me género, pero yo me di cuenta que pues esto es una red social, no es tan real, incluso puede ser un viejo verde con un filtro.

Sujeto 4: Eh! no, la verdad es que no, si estamos hablando de un juego de terror, sí a veces sí me produce algo de miedo.

No, la verdad es que yo nunca me he sentido como afectado, pero hubo una vez que sí llegué a sentirme un poco afectado por este término.

Sujeto 5: Mas cuando lo del paro que miraba como mucha, sí como muchas cosas feas en las redes sociales. Pues nada, seguir mirando porque no podía hacer nada. Por ejemplo Hay el Gobierno viene que digamos los colombianos sepamos qué es lo que en realidad está pasando y pues yo si quería seguir mirando.

Sujeto 6: Pues principalmente cuando yo estoy escuchando música,

informativa y depresión.

Las respuestas obtenidas en este apartado, en su mayoría, dan cuenta de cómo la respuesta situacional de los adolescentes ante el abuso propio de conectividad digital y sus reflexiones ante el mismo, conducen a un estado de tristeza que puede desembocar en patologías depresivas.

En primer lugar, se ratifica que no existe un control de la conducta abusiva frente al dispositivo móvil de parte de los adolescentes, y esta falta de control deriva en los estados de tristeza, bien sea derivada de la sensación de fracaso personal ante la imposibilidad de dosificar la conducta abusiva, o bien sea de la tendencia a consumir contenido digital que les genera emociones de tristeza, derivada principalmente de la autoreflexión sobre el fracaso en relaciones amorosas o de amistad, o el sentimiento de incertidumbre ante la situación sociopolítica y el futuro propio. Así pues, podemos ver cómo la permanente exposición a estímulos digitales, genera un sentimiento de fracaso en el manejo del tiempo y las responsabilidades personales, derrota en el manejo de relaciones interpersonales y pesimismo e incertidumbre frente a las posibilidades de progreso en medio del contexto sociopolítico.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

eh que uno está escuchando algo relajado y eso que pasan músicas que a uno le dedican o canciones de personas que uno con esa canción se recuerda a esa persona y eso.

Subcategoría: Ansiedad

Respuesta anticipatoria a un evento, varía desde una respuesta adaptativa hasta un trastorno incapacitante que bloquea una respuesta efectiva.

**¿Ha habido situaciones que le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computador?
¿Cuáles?**

Sujeto 1: De pronto a veces si me genera como esa intranquilidad y ganas de hacer algo, pero si no se puede hacer nada. Más que todo con al envío de trabajos que no queda tiempo o no logro acabar a tiempo el trabajo y no se pudo enviar en la fecha que era, genera intranquilidad porque lo voy a enviar tarde y me van a poder mala nota.

Sujeto 2: Es más que todo como que, quiero hacer algo, pero como no tengo nada que hacer vuelvo agarrar el celular y eso me pone como más tranquilo, pero cuando lo suelto pues es lo mismo, aunque peor a veces.

Sujeto 3: La angustia que yo siempre tengo es como del uso inadecuado que le dé al celular no, podría estar haciendo otras cosas, podría estar estudiando de digamos,

Sujeto 4: Suele ser como o no sé cómo decirlo, suele ser mucho a que lleve a la persona a hacer sus labores temprano y realizar todo lo más rápido posible para realizar ese juego.

Sujeto 5: No, no.

Sujeto 6: Ansiedad sí, yo hace como unos cuatro meses atrás estaba esperando como una notificación para lo de la matrícula, entonces dure como dos horas pegadas al computador esperando así y miraba cualquier cosa y miraba el correo y hay no, y miraba el correo y nada y

La afectación a la atención, hiperatención en términos de Byun Chul Han, la imposibilidad de controlar el deseo de nuevos estímulos digitales, el constante incumplimiento con responsabilidades académicas y el sentimiento de frustración asociado a la imposibilidad de controlar la conducta de uso abusivo de dispositivos móviles; genera en la gran mayoría de entrevistados episodios de ansiedad que bloquean su respuesta efectiva frente a sus labores escolares así como a la realización de actividades sociales y cotidianas.

En este orden de ideas, se genera un ciclo emocional, en el que de la euforia generada por los estímulos digitales o la sensación placebo frente a los espacios sociales o el aburrimiento, se pasa a un estado emocional percibido como negativo, dominado por emociones de temor o tristeza, que a su vez generan episodios de ansiedad, al constituirse como emociones que no pueden ser procesadas o asimiladas.

Este hallazgo, demuestra que el uso abusivo de dispositivos móviles, puede implicar un grave riesgo para el desarrollo integral de los adolescentes, en tanto conlleva el potencial de escalar hacia un trastorno de ansiedad que puede ocasionar problemas graves de salud mental, depresión, uso de sustancias e incluso suicidio.

Por otra parte, puede interferir con la capacidad de enfocarse y de aprender lo que puede conllevar a tener problemas en

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

yo ayyy no no no, y si con un estrés al tiempo, pero estaba esperando hasta que llegue.

la escuela, lo cual puede tener un impacto a largo plazo. También puede ocasionar problemas físicos, tales como dolores de cabeza, dolor crónico, problemas digestivos y enfermedades del corazón más adelante.

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador?

Sujeto 1: Pues diría que feliz (risas) porque pues esta como en, no sé si se podría llamar en un ambiente cómodo, donde uno esta pues viendo, escuchando, leyendo lo que quiere escuchar, lo que quiere ver.

Sujeto 2: pues como que tranquilidad, me hace sentir muy bien.

Sujeto 3: Pues bien, alivio, porque es como que ahí está mi mundo, como para mi papá estar ahí en la calle buscando trabajo o para la gata es la purina lo que la hace feliz, a mí me hace feliz el teléfono, me siento alegre porque ahí tengo mi chat o lo necesario para comunicarme con las demás personas.

Sujeto 4: Eh;, Usualmente siento como esa especie de felicidad o una especie de cómo decirlo como esa especie animo que me da al ver cierta cosa o hacer cierta cosa.

Sujeto 5: Distraído, y pues como emocionado al jugar porque uno quiere como siempre ganar. Mmm, no pues lo que yo haga es jugar y hablar por whatsapp. A veces, solo cuando estoy usando el dispositivo, si el celular o computador cualquiera de los dos cuando estoy hablando o jugando, mirando memes y vídeos.

Sujeto 6: Pues, sea lo que sea principalmente yo mantengo es revisando lo de mis correos y eso pues para revisar, entonces a veces me siento como cansada, aburrida, pues porque si es un aparato con el que uno se distrae y todo, pero estar solo y mirar eso aburre, a uno le gustaría salir tomarse algo, mirar el

A pesar de que en respuestas anteriores los entrevistados han señalado las sensaciones de temor, ansiedad y tristeza, derivadas del uso abusivo de dispositivos móviles, al ser indagados por su sentimiento general al momento de conectarse, dan prioridad a las sensaciones positivas, derivadas de la euforia ante la novedad de los diferentes estímulos digitales, el alivio ante el aburrimiento de la vida cotidiana, o en general la desconexión de los problemas.

En ese sentido, se observa como se le da prioridad al efecto placebo o refugio frente a situaciones interpretadas como negativas de la vida cotidiana. Existe un cansancio de los problemas de la vida cotidiana, una imposibilidad de elaborar vivencias sociales y cotidianas, y para asimilar el vacío, o cansancio profundo según el pensamiento de Byung Chun Hal, se le da prioridad al efecto placebo a través de los dispositivos móviles, aun cuando exista conciencia de que este puede implicar problemas a largo plazo.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

	paisaje yo qué sé. como hay otras veces que uno ve algo sorprendente algo que jummm y uno pues se siente feliz, sorprendido, emocionado o alegre.
¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?	Sujeto 1: Pues de pronto un poquito desesperada, pero realmente no me preocupo mucho por eso, porque yo sé que en algún momento podré hablar y volver actualizarme. Yo busco otra cosa que hacer Sujeto 2: Una vez me paso eso, cuando no había luz en mi casa, en mi anterior casa duramos como dos días sin poder conectarnos y estaba muy muy ansioso, no tenía nada que hacer en verdad y en si no había luz entonces pues me acostaba o empezaba a caminar por toda la casa, o me sentaba y me volvía a parar y pues si aumento mi ansiedad en ese momento y estaba muy aburrido. Sujeto 3: Pues me siento raro, eh pero ahí con mi hermano empezábamos a jugar en la casa o con la gata yo siempre soy de entretenerme siempre con algo. Sujeto 4: Ehj, depende la situación, puesto que a veces estoy en una hora académica y cuando se tiende a ir la luz o el internet, suelo a estar un poco desesperado y en cuanto a cuestiones de video o entretenimiento siempre suele estar como un poquito más, ósea me da igual. Sujeto 5: Ehj, pues no igual porque ya no, por ejemplo; el celular lo distrae mucho a uno sí, pues sería como todo lo contrario no tendría como nada que mirar, porque digamos no hay internet, entonces el internet es como, puede entrar al Facebook mirar vídeos, jugar. A veces ira y pues no sé, pues digamos que cómo ósea no me estresaría, pero por ejemplo si apagan

Las respuestas a esta pregunta evidencian la imposibilidad de controlar la situación de uso abusivo de dispositivos móviles, y como la falta de conectividad genera ansiedad, estrés, aburrimiento y sensación de desesperación. En este orden de ideas, la hiperatención, en terminología de Byung Chul Han, genera una necesidad de estímulos digitales, que no puede ser satisfecha por los ritmos de la comunicación y la interacción no digital. Así mismo, al interrumpirse el ciclo de consumo de tiempo digital, es decir al perderse la conexión, se evidencia la ruptura entre la atención del adolescente, y el entorno digital, en tanto al estar imposibilitado para conectarse digitalmente, el adolescente no puede asumir la cotidianidad física, llenándose de sensaciones de extrañeza y desasosiego.

De esta manera, el efecto de la brecha entre la atención del adolescente centrado en el mundo digital, y el entorno que rodea la corporalidad del joven, se evidencia, generando una incapacidad de reacción a la cotidianidad no digital.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

el internet sí.

Sujeto 6: Supongamos que me quiten el celular y el computador como pa que me quede sin nada, eh... yo realmente buscaría eh no sé, algo que no tenga nada que ver con la tecnología, y pues eso me distraería la verdad, y pues con las cosas que tengo acá

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿Cómo se siente si la respuesta es negativa?

Sujeto 1: Pues digo, pues realmente no me hace sentir nada, porque digo pues si no hay por aquí pues voy y me busco otra cosa a ver con que entretenerme, no me preocupa mucho.

Sujeto 2: muy frecuente la verdad, a veces cuando estoy haciendo algo no lo reviso mucho, pero cuando lo agarro no lo suelto en bastante tiempo.

Sujeto 3: cuando estoy acá en la casa si, pues porque yo ahora mismo así en resumidas cuentas trabajando con una prima y pues debo ver que me lleguen mensajes pues porque no la puedo ignorar, o por los grupos del colegio, porque mantienen cambiando todo, entonces si lo reviso más que todo por el colegio o por no sé, estar atento a algo mío.

Sujeto 4: Sí solo, pues a no comúnmente pero sí de vez en cuando revisar pues en las redes sociales y el historial de llamadas.

Sujeto 5: no, no señora

Sujeto 6: Con frecuencia, ahorita si, pues como hasta ahorita estamos empezando lo presencial entonces una semana presencial y otra virtual, entonces que le informan hoy chicos las clases a tal hora, entonces uno tiene que está revisando.

¿Alguna vez ha intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones?

Sujeto 1: (Risas)...Yo creería que todo el tiempo presente, digo voy a dejar aquí el celular y no sé, voy a organizar tal cosa, pero dice, hay lo alisto en un ratico, en un ratico y así se va todo el día.

En relación con esta pregunta se encuentra que la mayoría responde de manera afirmativa, lo que lleva a deducir que presentan cierta dependencia a los dispositivos, de acuerdo a lo que expone Labrador (2010, pág.181) quien afirma que: “El aspecto más controvertido y que mayor alarma social crea, es el potencial adictivo de estas tecnologías, especialmente entre los menores, los que mayor uso hacen de ellas”. También resalta en la investigación la valía elevada, en cuanto a los dispositivos móviles, de la conducta de consultas frecuentes de mirar con insistencia la pantalla para ver si hubo alguna llamada o SMS. Labrador afirma que esta pauta de conducta, aunque no tiene similitud con los síntomas de adicciones, puede llegar a ser un indicador del nivel de dependencia del móvil.

En términos generales, los adolescentes refieren su incapacidad para controlar el tiempo de conexión. De esta manera, se ratifica la presencia de una conducta adictiva, que podríamos resumir en este ciclo:

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Sujeto 2: En los juegos, me obsesiono con el juego y no lo quiero borrar, a veces digo lo voy a borrar o pasa algo con un pedazo que me gusta y no lo borro, hasta que descargo otro y me aburro de ese, no lo sigo jugando y borro el juego, pero sigo con el otro

Sujeto 3: Pues siempre me la he planteado hacer, pero no la hago porque pues no es como otra cosa que tenga que hacer, mi cuarto yo lo tengo ahí con las cosas en su lugar, lo de mi trabajo lo tengo ahí en su sitio, los cuadernos los tengo organizados, mi maleta a mi derecha, tengo todo lo que necesito acá, pues no no voy hacer otras cosas porque no las tengo.

Sujeto 4: Sí señora, yo dure una vez que hice eso y básicamente no use mi móvil pues por casi 2 o 3 meses fue antes de la pandemia.

Sujeto 5: Cuando me lo quita.

Sujeto 6: Pues sí, yo en ese tiempo que mis papás me castigaron para no usar el celular, me lo quitaron, yo dije no, si no lo tengo pa que voy a buscar si no tengo el celular, pero ya el resto, me hice es como esa meta, por eso me devolvieron el celular.

la euforia generada por los estímulos digitales o la sensación placebo frente a los espacios sociales o el aburrimiento, se pasa a un estado emocional percibido como negativo, dominado por emociones de temor o tristeza, que a su vez generan episodios de ansiedad, al constituirse como emociones que no pueden ser procesadas o asimiladas.

Por su parte, este ciclo genera una ruptura entre la atención del individuo y las actividades mediadas por su corporalidad, dejando la atención y la respuesta positiva a estímulos, exclusivamente en la atención digital.

De igual manera, llama la atención que en varios casos, la desconexión se da por castigo de sus padres, con lo que la familia genera una idea en la que la conexión es un premio, reforzando así la conducta abusiva.

Fuente: Elaboración propia

4.2 Codificación Axial

Desde los resultados de la codificación abierta y por medio de un proceso de agrupación se crearon unas categorías relevantes, con relación a esto Quintana (2006) argumenta que la codificación axial corresponde a una categorización que permite clasificar, ordenar y dar sentido a la información, en función de los objetivos trazados. Para efectuar esta agrupación se manejó como insumo la codificación abierta, obteniendo como resultado las siguientes tablas y la figura 10.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Tabla 6.

Análisis de contenido de la codificación Axial categorías

CATEGORIA	DESCRIPCION	CATIDAD DE PREGUNTAS
Comunicación Digital	Explora el impacto y las repercusiones que ha tenido el uso excesivo de dispositivos móviles en la interacción del adolescente con su entorno. La función que cumple esta categoría es, realizar un acercamiento hacia la relevancia que tienen los medios digitales en el contexto de esta población y su incidencia en las diferentes dimensiones del desarrollo.	9
Desarrollo Adolescente	Esta categoría se enfoca en la etapa del desarrollo en la cual se encuentra el adolescente y la incidencia que ha tenido el uso excesivo de dispositivos móviles en el desarrollo físico, cognitivo y socioemocional y así poder evidenciar las manifestaciones emocionales que se presentan y que puede interferir directamente en el desarrollo evolutivo y adaptativo del adolescente.	8
Emoción	Indaga sobre las emociones de los adolescentes como una respuesta a las situaciones del entorno que generan una movilización de acciones y valoraciones personales en cuanto al uso excesivo de los dispositivos móviles.	11

Fuente. Elaboración propia

Tabla 7.

Análisis de contenido de la codificación Axial subcategorías

CATEGORIA	SUBCATEGORIA	DESCRIPCION
Comunicación digital	Contexto actual	Rol del uso del teléfono celular en la interacción del adolescente con su entorno.
	Interacción personal	Relación social recíproca entre dos o más personas.
	Salud Mental	Bienestar emocional, psicológico y social. Afecta la forma en que pensamos, sentimos y actuamos cuando enfrentamos la vida. También ayuda a determinar cómo manejamos el estrés, nos relacionamos con los demás y tomamos decisiones.
Desarrollo Adolescente	Físico	Los cambios hormonales del adolescente son debidos a la interacción entre SNC con la influencia de factores genéticos y ambientales
	Cognitivo	Capacidad operacional de los estudiantes reflejada en el desempeño académico y concentración.
	Socio-emocional	Adquisición de la independencia, establecer relaciones con los amigos y lograr la identidad del adolescente

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Emoción	Miedo	Respuesta producida ante la percepción de peligro o amenaza, genera una reacción de alarma en el organismo.
	Tristeza	Entendido como la emoción surgida a partir de la interpretación de una situación con potencial para producir daño
	Ansiedad	Respuesta anticipatoria a un evento, varía desde una respuesta adaptativa hasta un trastorno incapacitante que bloquea una respuesta efectiva.

Fuente. Elaboración propia

En la actualidad, debido a la crisis sanitaria por la que atraviesa el planeta, el ser humano se ha visto en la inminente necesidad de incrementar el uso de dispositivos móviles para poder comunicarse y para cumplir con sus deberes, ya sean laborales, académicos, financieros, etc., y es por ello que en el presente estudio es posible perfilar el teléfono celular como el dispositivo de conexión e interacción digital más común entre la población adolescente, dado al fácil acceso que se tiene a la información y como un medio para que puedan acceder a la educación. Es por ello que, el análisis hacia el impacto de la comunicación digital en los adolescentes puede delimitarse hacia la reflexión acerca del rol del uso del teléfono celular en la interacción del adolescente con su entorno.



Figura 9. Relación de categorías de análisis. Diagrama Propio

Como puede evidenciarse en la figura 10, la descripción entregada por los entrevistados en la cual el teléfono celular es utilizado en distintas facetas de su vida académica y social, permite preliminarmente aceptar como hipótesis el planteamiento de Byung Chul Han (2010), según el cual la interacción a través de estos dispositivos genera un reemplazo de la interacción física por un relacionamiento mediado por la tecnología, en el cual la comunicación degenera en un intercambio de información. Esto implica que, en la actualidad, se ha generado un impacto directo en las relaciones de interacción social y académica, las cuales han sido reemplazadas por las conexiones en búsqueda de información o entretenimiento.

Sujeto 1:

“Yoo creería que por buscar no se entretenimiento o quitar el aburrimiento o un distractor se podría decir así.”

Sujeto 2:

“Mmm pues...creo que los juegos o si, más que todo facebook y eso, las aplicaciones, eehh pues a veces lo suelto y lo vuelvo agarrar, porque si, digamos ehh lo suelto, doy una vuelta por la casa y digo: qué voy hacer? Y después como que lo vuelvo agarrar porque no sé, no encuentro algo que hacer en ese instante, pero más que todo estoy jugando en él y eso o escuchando música.”

Sujeto 3:

“Creo que el entretenimiento realmente, es como lo que me distrae la mayoría del tiempo. Pues las redes, pues las ya mencionadas anteriormente como Instagram, telegram, twitter, Facebook y así, eh pues para perder el tiempo más que todo o ver contenido de interés.”

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Sujeto 4:

“Eh! la cuestión principal sería la labor académica y lo otro que, pues tiene un poquito de relevancia que la primera, es la cuestión social, puesto que ahí comparto con mi familia, amigos y demás.”

Sujeto 5:

“Para jugar, sí, pero se llama brawl stars. Free fire”

Sujeto 6:

“Lo uso únicamente para investigar para estudiar y hacer cosas de mis estudios pienso yo.”

Por otra parte, estos sucesos nos demuestran como el ser humano va ajustándose a los cambios con los cuales se encuentra a lo largo de su vida, tal como lo manifiesta Bronfenbrenner (1987), en la Ecología del desarrollo humano, existe una progresiva acomodación mutua entre el ser humano activo, en desarrollo y las propiedades cambiantes de los entornos inmediatos en los que vive la persona (p.40). Para este caso en particular, ha sido el adolescente quien se ha visto en la inminente necesidad de ajustarse a las circunstancias de la actual pandemia, para sumergirse de un modo más recurrente en los medios digitales, que a su vez han generado alteraciones en la vida del adolescente como que se expondrán en el transcurso de este análisis.

Ahora bien, siguiendo los planteamientos del filósofo coreano, Byung Chul Han (2010), estos dispositivos móviles hoy en día se han convertido en un elemento indispensable para el ser humano, para el adolescente lo han sido aún más, se han convertido casi que en un “órgano del cuerpo con el cual la gente se ha fusionado” lo cual, ha generado una compulsión por su uso y una total dependencia de estos dispositivos.

Sujeto 1:

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

“Aaaaahh, pues de que paso mucho tiempo pues sí, porque ahí tanteando eeeh...no sé por ahí 10 horas al día, un poquito más, un poquito menos, más o menos se podría decir”

Sujeto 2:

“Uishhh (risas), pues la mayoría del día, pues cuando voy a clases, ahora que estoy yendo a clases no tanto, pero esta semana si lo he estado utilizando más, y pues solo lo suelto más que todo, cuando estoy haciendo aseo o almorzando y eso...La verdad como 12 horas al día o más.”

Sujeto 3:

“En promedio al día, pues mi celular tiene como algo ahí, creo que se mantenía entre 14 a 15 horas. El fin de semana es cuando más tengo, porque como no hay clase, más tiempo para andar en el celular.”

Sujeto 4:

“incluyo mucho tiempo en mis labores académicas y en lo de las redes sociales, incluyendo esos dos lados, es un aproximado de 8 a 10 horas.”

Sujeto 5:

“Sí en el día por ahí 8 horas.”

Sujeto 6:

“Pues, yo supondría que por ahí unas 10 horas al día.”

Como puede observarse, cinco de los entrevistados coinciden en que pasan 10 o más horas al día conectados a internet, es decir que, su interacción a través de dispositivos móviles, supera en tiempo a la interacción física con los miembros de su entorno social, familiar e incluso académico.

Así pues, la medición del tiempo dedicado por los adolescentes al reemplazo de las

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

interacciones físicas por la búsqueda de información e interacción digital, nos demuestra la relevancia de esta actividad para los jóvenes, lo que implica tanto un cambio de paradigma de interrelación como una tendencia a la desconexión de la situación física. En este orden de ideas, las interrelaciones mediadas por la corporalidad son progresivamente remplazadas por estímulos digitales en los cuales la atención no responde a los estímulos de su entorno cercano. Esto nos permite inferir que los estudiantes han generado una mayor dependencia de los dispositivos móviles que puede tener un fuerte impacto en la forma en como estos perciben el mundo, pues esta dependencia va ligada a un constante bombardeo de información que puede influir en su forma de pensar, de actuar y de sentir. Lo anterior es coherente con el pensamiento de Bronfenbrenner (1987) quien afirma que: *“lo que cuenta para la conducta y el desarrollo es el ambiente, como se lo percibe, más que como pueda existir en la realidad objetiva”* (p. 24). Esta forma alterada de percepción del mundo debido a la alta exposición a los dispositivos móviles, puede entonces incidir de manera directa en la emocionalidad del adolescente creando dificultades para adaptarse a sus entornos inmediatos.

Al analizar la información proporcionada por esta población, se encuentra que hay un reconocimiento de la problemática ligada al uso excesivo de dispositivos móviles y al mismo tiempo se ve reflejada una tendencia que apunta hacia la normalización del tiempo prolongado que se pasa frente a la pantalla, es decir que, hay un bajo interés por las repercusiones que podrían presentarse posteriormente en la salud tanto física como mental del adolescente y que además, puede afectar en los procesos adaptativos de los entornos inmediatos en los que este se desarrolla, para cumplir con cada uno de sus deberes como individuo social. De manera que, el tiempo dedicado a la conectividad por parte del adolescente ha generado un reemplazo de la interacción física por la interacción digital, lo que ha generado una fractura del entorno familiar y

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

social asociada a una reinvención de la corporalidad degradada. En tanto solo interesa el tiempo productivo, y la productividad se traduce en la búsqueda de información digital, las actividades mediadas por el cuerpo (juego, creación, expresión afectiva) se consideran tiempo muerto que debe ser reemplazado por la interacción digital.

En consecuencia, de lo anteriormente mencionado, puede observarse como el desarrollo adecuado del adolescente se ha visto afectado, teniendo en cuenta que su interacción con pares, familia, docentes, vecinos etc., se ha reducido considerablemente dado a la compulsividad a la que se encuentra sujeto con los medios digitales. Esta irrupción en la interacción ha truncado la posibilidad de que el individuo pueda asumir diferentes roles en sus ambientes más próximos, de tal modo que puedan constituirse en un estímulo para el desarrollo mismo de una personalidad más compleja que le permita adaptarse al entorno. En pocas palabras, *“el desarrollo humano se facilita a través de la interacción con personas que ocupan una variedad de roles...”* (Bronfenbrenner, 1987, pg. 127), por tal razón se ha llegado a la conclusión de que el uso excesivo de los dispositivos móviles, ha limitado la posibilidad de que el adolescente amplíe su radio de acceso a diferentes entornos sociales que faciliten el desarrollo de capacidades socioemocionales, asumiendo distintos roles que aporten a la construcción de un individuo completamente adaptable y funcional.

Así mismo, puede analizarse que los vínculos afectivos que el adolescente establece con quienes se encuentran más próximos, depende de cómo se relacione con ellos, si se trata de sus amigos sienten que el vínculo se mantiene y hasta los acerca, pero en cuanto a las relaciones paternas se manifiesta un distanciamiento afectivo. Al respecto, puede afirmarse que la interacción constante, redundante en que la conectividad permanente se ha convertido hoy en día en un elemento esencial a la hora de construir y manejar las amistades y la vida social (Moeller,

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Powers y Roberts, 2012; Haaf, 2012: 41-75).

Sujeto 1:

“Pues de pronto con amigos o personas fuera del núcleo familiar de pronto si las puede llegar acercar el uso, pero pues en cuanto al núcleo familiar no creería que estar usando ese celular en estas situaciones ayude mucho”

Sujeto 2:

“...de mi familia como que me ha alejado más y de mis amigos pues, creo que me ha hecho más cercanos de cierto modo, podría confiar más en ellos y eso.”

Sujeto 3:

“Pues en temas de familia no es que sea muy cercano la verdad, más que todo, la mayoría de tiempo que pasaba con ellos era de pequeño.”

Sujeto 4:

“La verdad quería yo, que eso no me aleja ni mucho ni poco, pero si en cierta manera siempre me mantiene un poco distraído de los demás.”

Sujeto 5:

“...uno se distrae y no, como que hace sentir ignorada la persona y pues obviamente se va a alejar de uno.”

Sujeto 6:

“...pues ese es un medio pa comunicarse, y a veces también los que están cerca pues no aprovechan ese tiempo de que están cerca y por el trabajo, por el estudio.”

En las respuestas se puede identificar que los estudiantes distinguen dos partes importantes en los vínculos afectivos, por un lado se encuentra la familia y por otra, los amigos, donde se siente que el uso de los dispositivos móviles acerca y fortalece estos vínculos con los

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

amigos, pero los aleja de los padres, donde se ha generado un cierto grado de malestar provocado por las reprimendas que reciben debido al tiempo prolongado que pasan en sus dispositivos, dejando de priorizar los deberes con los que el adolescente debe cumplir.

Por otra parte, la revisión frecuente y obsesiva que los estudiantes mantienen con el teléfono celular, implica la disociación entre el entorno digital y el físico, en detrimento de este último, que ha generado un cambio en los procesos mentales en el cual la atención se centra en los estímulos digitales, interfiriendo así en la relación con otras personas e impidiendo concentrarse en otras tareas, es decir que, estos distractores se encuentran irrumpiendo en el normal desarrollo de sus dimensiones sociales, afectivas y académicas.

Sujeto 1:

“Muchas veces no entregaba trabajos en el tiempo que era por estar mucho tiempo en el celular”.

Sujeto 2:

“Nooo, me ha ido muy mal estos dos años, de hecho, ya he tenido que firmar como tres compromisos o más y estuve muy mal debido a eso también, a veces decía, ah después hago mis trabajos y seguía en el celular y al final no hacía nada y decía al siguiente día, al siguiente día y no”.

Sujeto 3:

“mi rendimiento decayó bastante, no porque no fuera capaz, sino porque simplemente no consideré salir de esa zona”.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Sujeto 4:

“Pienso que sí a veces he tendido a caer mucho eh, en la desgracia pues académica, pero eso a veces no dejó que aun así me deje tirado en el piso sino que intento como levantarme y seguir haciendo los trabajos”.

Sujeto 5:

“puedo mejorar porque estoy regular”.

Sujeto 6:

“También, llore mucho, fue así tan drástico que yo siempre ocupaba entre el primero y el segundo puesto, era de las mejores estudiantes, me ganaba medallas, eh simbolitos de eso eh y toda la cosa, y de un periodo a otro periodo quede casi en el 11, y 12 puesto y con notas muy terribles, así pasaditas y yo decía, pero como, así fue, drástico.”

Ante estas expresiones, se evidencia que todos los estudiantes presentan bajo rendimiento académico en el último año debido a la gran cantidad de horas que dedican al uso de los dispositivos móviles, desplazando o remplazando actividades como deporte, paseos y tareas escolares. Situación que conlleva a disminuir el rendimiento académico y la generación de conductas tales como adicción, agresividad, aislamiento y cambios en hábitos de alimentación y sueño que pueden afectar el estado físico y emocional de los estudiantes. (Peñuela, 2014, pág. 343). En este punto, es importante resaltar que los participantes hacen referencia a que aunque cuentan con las capacidades cognitivas para responder a los compromisos académicos el uso excesivo del celular los llevo a postergarlos, aunque se sentían emocionalmente comprometidos por no cumplir.

En el bajo desempeño académico que los adolescentes manifiestan, también se ven implícitas las dificultades en los procesos psicológicos básicos como la atención y concentración

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

asociados a la alta exposición de dispositivos móviles, lo que concuerda con lo expuesto por Han (2010), cuando relaciona la idea del síndrome de la fatiga por información, donde los resultados obtenidos por la continua adherencia al mundo digital están ligados a una mala concentración, ansiedad, nerviosismo y la incapacidad de aceptar responsabilidad personal, por consiguiente, el adolescente no es la excepción de encontrarse padeciendo este síndrome que ha afectado a la población en general y que de un modo más directo, sus repercusiones apuntan hacia la emocionalidad del individuo, generando mayor inestabilidad en su vida personal.

Como consecuencia de la sobre exposición a estos dispositivos, también se evidencia el deterioro en la calidad de vida del adolescente, incluso la existencia de una comorbilidad con distintas patologías, en concreto: insomnio, afectaciones oculares, ansiedad y desórdenes alimenticios, tal como se observa en las siguientes respuestas:

Sujeto 1:

“Pues, en mi salud no creería, pues físicamente no. Pues me ha pasado que uno tenía el celular, pero igualmente tenía acceso total al internet, muchas veces no dormía.”

Sujeto 2:

“Me levanto cansado o también a veces por estar tanto tiempo en el teléfono me duelen los ojos.”

Sujeto 3:

“Creo que los horarios de sueño, también como que, no sé como que el tiempo que le dedico a mi físico realmente, ahora permanezco más tiempo en un lugar y pues no hago mucho solo estoy acostado y por eso me encierro en mi pieza con la luz apagada.”

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Sujeto 4:

“Pues, la verdad parece curioso, pero al parecer en la pandemia yo siempre tiendo a comer mucho, eso es algo que no hacía usualmente y lo más curioso de todo es que yo sigo delgado, tengo una complexión normal y pues a causa de esas comidas pues tuve unas consecuencias a veces siento que se me para el corazón o que los pulmones los siento muy apretados.”

Sujeto 6:

“me empezaron a llevar al oftalmólogo, entonces allá me revisaron y me dijeron que no tenía la vista mala, mala, pero me había quemado la retina por usar tanto el celular en las noches... ya me quedé de por vida así porque me dijeron que tenía que usar las gafas permanentes.”

Acorde a estas respuestas y como lo refiere Peñuela (2014, pág. 343), debido a la gran cantidad de horas dedicadas a la conectividad, se desplazan o remplazan actividades como deporte, paseos y tareas escolares, ocasionando un bajo desempeño académico y la generación de conductas tales como adicción, agresividad, aislamiento y cambios en hábitos de alimentación y sueño que pueden afectar el estado físico y emocional de los estudiantes. Se encuentra en las respuestas que 5 de 6 entrevistados identifican alteraciones físicas y emocionales asociadas al uso excesivo del celular, como cambios en el sueño, la alimentación, sedentarismo, alteraciones visuales y posibles lumbalgias.

Pasando al escenario explícito de la emocionalidad, se ha evidenciado que el uso constante y abusivo de la conectividad digital termina redundando en situaciones de ansiedad y temor, como lo demuestran las respuestas dadas en este apartado.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Sujeto 1:

“si uno se mete con desconocidos realmente si da miedo ya que uno no sabe qué persona realmente está detrás de la pantalla.”

Sujeto 2:

“Volver a clases me genero miedo porque hace mucho no socializaba con las personas y eso y me hacía sentir como miedo, ansioso y también nervioso porque el tener que hablar, además ves a muchas otras personas.”

Sujeto 3:

“Creo que estancarme ahí y no hacer nada más, o sea quedarme ahí amarrado, algo que yo puedo cambiar, pero asumo que no, no es que pueda hacer mucho”

Sujeto 4:

“No, no señora la verdad es que yo hace muchos que conozco el mundo del internet y sé cómo funciona y la verdad es que no tengo ningún temor o cierta inseguridad de eso la verdad que como toda delante eso”

Sujeto 5:

“Sí señora, a que muchas veces por ejemplo yo hablo con gente y que muchas veces son pedófilos o perfiles en falsos, pues no sé yo veo que la persona es como falsa pues obviamente la eliminé, la bloqueo y ya.”

Sujeto 6:

“Pues sí, en ocasiones eso de ejemplo las redes sociales, que uno a veces como que uno uy no, como que no sé, como que le roban las cuentas en el aspecto de que duplican, o sea si yo tengo una cuenta, hay otra igual con la misma foto y eso y uno entonces a uno le da como nervios de que lo hagan pasar por uno, lo metan por ahí en problemas.”

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

En este punto, se evidencian emociones ligadas al temor cuyas razones oscilan entre la posibilidad de llegar a una dependencia absoluta de los dispositivos móviles, la ansiedad ante los escenarios de interacción física, es decir distintos a la interacción virtual, y el miedo a situaciones de peligro derivadas de la interacción digital, como el riesgo de abuso sexual o de vulneración de la intimidad. Esto, implica que el abuso de la conectividad digital adquiere matices de un comportamiento adictivo, en tanto al adolescente se le imposibilita manejar o mesurar la conducta, aun cuando esta genera alteraciones a la calidad de vida, materializadas en las emociones de miedo, inseguridad y ansiedad.

En los textos “En el enjambre” y la “sociedad del cansancio” (2010) Byung Chu Han enfatiza en cómo el momento actual de hiperconectividad y autoexplotación, trae consigo un aumento de patologías mentales como el síndrome de Bournot, síndrome de fatiga informativa y depresión. En este sentido, la información proporcionada por los participantes da cuenta de que el abuso de la conectividad digital, conducen a un estado de tristeza que puede desembocar en patologías depresivas, con lo cual se llega a la conclusión de que la sobre exposición a estos medios digitales, infiere directamente en la emocionalidad del sujeto, presentándose una serie de manifestaciones que han deteriorado la calidad de vida y el modo de adaptarse al mundo tangible que le rodea más allá de la virtualidad.

Según lo anterior, no existe un control de la conducta abusiva frente al dispositivo móvil de parte de los adolescentes, y esta falta de control deriva en los estados de tristeza, bien sea derivada de la sensación de fracaso personal ante la imposibilidad de dosificar la conducta abusiva, o bien sea de la tendencia a consumir contenido digital que les genera emociones de tristeza, derivada principalmente de la autoreflexión sobre el fracaso en relaciones amorosas o de amistad, o el sentimiento de incertidumbre ante la situación sociopolítica y el futuro propio, de

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

manera que, la exposición a estímulos digitales, genera un sentimiento de fracaso en el manejo del tiempo y las responsabilidades personales, derrota en el manejo de relaciones interpersonales y pesimismo e incertidumbre frente a las posibilidades de progreso en medio del contexto sociopolítico.

Simultáneo a estos episodios, se encuentra la imposibilidad de controlar el deseo de nuevos estímulos digitales, el constante incumplimiento con responsabilidades académicas y el sentimiento de frustración asociado a la imposibilidad de controlar la conducta de uso abusivo de dispositivos móviles; genera en la gran mayoría de entrevistados episodios de ansiedad que bloquean su respuesta efectiva frente a sus labores escolares, así como a la realización de actividades sociales y cotidianas.

Sujeto 1:

“De pronto a veces si me genera como esa intranquilidad y ganas de hacer algo, pero si no se puede hacer nada. Más que todo con al envío de trabajos que no queda tiempo o no logro acabar a tiempo el trabajo y no se pudo enviar en la fecha que era, genera intranquilidad porque lo voy a enviar tarde y me van a poder mala nota.”

Sujeto 2:

“Es más que todo como que, quiero hacer algo, pero como no tengo nada que hacer vuelvo agarrar el celular y eso me pone como más tranquilo, pero cuando lo suelto pues es lo mismo, aunque peor a veces.”

Sujeto 3:

“La angustia que yo siempre tengo es como del uso inadecuado que le dé al celular no, podría estar haciendo otras cosas, podría estar estudiando de digamos”

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Sujeto 4:

“Suele ser como o no sé cómo decirlo, suele ser mucho a que lleve a la persona a hacer sus labores temprano y realizar todo lo más rápido posible para realizar ese juego.”

Sujeto 6:

“Ansiedad sí, yo hace como unos cuatro meses atrás estaba esperando como una notificación para lo de la matrícula, entonces dure como dos horas pegadas al computador esperando así y miraba cualquier cosa y miraba el correo y hay no, y miraba el correo y nada y yo ayyy no no no, y si con un estrés al tiempo, pero estaba esperando hasta que llegue.”

En este orden de ideas, se genera un ciclo emocional, en el que de la euforia generada por los estímulos digitales o la sensación placebo frente a los espacios sociales o el aburrimiento, se pasa a un estado emocional percibido como negativo, dominado por emociones de temor o tristeza, que a su vez generan episodios de ansiedad, al constituirse como emociones que no pueden ser procesadas o asimiladas.

Este hallazgo, demuestra que el uso abusivo de dispositivos móviles, puede implicar un grave riesgo para el desarrollo integral de los adolescentes, en tanto lleva consigo el potencial de escalar hacia un trastorno de ansiedad, que puede ocasionar problemas graves de salud mental, depresión, uso de sustancias e incluso suicidio.

Finalmente puede decirse que, la dimensión familiar es un punto clave en la regulación del uso excesivo de dispositivos móviles, pues desde aquí se desarrollan patrones de conducta que pueden afectar el adecuado desarrollo del adolescente y en el caso de la población elegida, no se han tomado medidas correctivas que ayuden a mitigar de un modo contundente esta problemática. Desde este microsistema, se extiende la problemática hacia contexto escolar y

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

social, donde la influencia que ejerce la conectividad tiene unos niveles tan altos, que no se ha presentado una reciprocidad en la adecuada interacción de los ambientes familia-escuela que ayude a solventar las necesidades del adolescente, pues el ambiente se constituye en una parte fundamental para el desarrollo del individuo, ya que este es definido como: importante para el proceso de desarrollo, no se limita a un único entorno inmediato, sino que se extiende para incluir las interconexiones entre estos entornos” (Bronfenbrenner, 1987, p. 41).

Conclusiones y Recomendaciones

Esta investigación permitió encontrar en los relatos de los adolescentes, diferentes manifestaciones emocionales producto del uso excesivo de dispositivos móviles. Fenómeno que ha venido presentándose, dado a las actuales condiciones de aislamiento, ocasionados por la actual pandemia generada por el COVID-19, donde la población adolescente, ha perdido contacto directo con las personas de los entornos más próximos en los que usualmente interactuaba y el contacto directo con las realidades vivenciales de los diferentes contextos, que son tan importantes para lograr un oportuno desarrollo integral, en concordancia con la etapa evolutiva en la cual se encuentran.

La conectividad ha alcanzado un nivel tan alto, que ha generado brechas en la interacción con su entorno más próximo, la familia, es decir que, los medios digitales cada vez más, se encuentran alejándonos del otro. En pocas palabras, el adolescente se haya tan sumergido en el mundo imaginario, que ha logrado despojarse del mundo real, de modo que se ha suscitado una compulsividad por la comunicación digital, la cual se encuentra interconectada con las alteraciones emocionales del adolescente en particular.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Es preciso perfilar los dispositivos móviles, como el medio de comunicación más común utilizado por los adolescentes, para generar interacción con otras personas, buscar entretenimiento y cumplir con sus deberes académicos, de modo que, esta población se ha visto impulsada a incrementar su uso, convirtiéndose en un elemento indispensable en su vida, por el cual se ha generado una alta dependencia y compulsividad debido a su uso desmesurado. Desde ahí, se desprenden las dificultades en procesos psicológicos básicos como la atención y concentración en otras actividades, como por ejemplo en las académicas, que han llevado a la gran mayoría a presentar un bajo desempeño académico. Situación que ha desencadenado repercusiones en el área emocional, produciendo frustración, tristeza, ansiedad, nerviosismo, dado a la continua adherencia a los medios digitales, lo cual se encuentra ligado directamente con el síndrome de la fatiga por información.

Este estudio demuestra que la adherencia a los medios digitales, ha producido un deterioro en la calidad de vida del adolescente, teniendo en cuenta que se han presentado comorbilidades con diferentes patologías, en concreto: insomnio, afectaciones oculares, ansiedad, desórdenes alimenticios y la generación de conductas como la adicción, sedentarismo, agresividad y aislamiento.

Emociones negativas como el miedo, se encuentran asociadas a la compulsividad de la conexión digital, suscitadas por llegar a una dependencia absoluta del teléfono móvil y, por otro lado, se encuentra la ansiedad que genera retornar a escenarios que impliquen interacción física, temores generados por retomar el contacto con sus entornos próximos, que impliquen un desprendimiento de ese mundo imaginario en el que han permanecido durante prolongados periodos de tiempo.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

La ausencia de autocontrol frente al uso excesivo de dispositivos móviles, desencadenan estados de tristeza producidos por la sensación de fracaso personal ante la imposibilidad de dosificar la conducta compulsiva, que ha llevado al adolescente a tener fracasos en el ámbito académico e interpersonal. Las conductas adictivas, son desencadenantes de episodios de ansiedad que bloquean la respuesta efectiva del adolescente frente a sus labores escolares y sociales.

Una vez realizada la revisión teórica desde la lectura de la filosofía y la psicología sobre los cambios en la dinámica comunicativa interpersonal, generados a partir del rol que han asumido los dispositivos informáticos como reguladores sociales en la contemporaneidad; lectura que ha sido problematizada con la revisión de registros sobre salud mental en adolescentes en Colombia, se evidencia la necesidad de realizar ejercicios investigativos que clarifiquen la relación entre el excesivo uso de medios digitales y la salud mental adolescente.

Se recomienda continuar con esta línea de investigación donde se incluyan otros actores que vivencian esta problemática, como lo son la institución educativa y la familia. Como lo propone Bronfenbrenner (1987), quien hace alusión a que el *ambiente ecológico*, se encuentra compuesto por una serie de estructuras concéntricas, en las que cada una se encuentra contenida por la siguiente, denominadas: *microsistema* (interrelaciones dentro del entorno inmediato como el hogar, la escuela), *mesosistema* (interrelaciones de dos o más entornos en los que la persona participa activamente como el hogar, la escuela, amigos del barrio), *exosistema* (uno o más entornos que no incluyen a la persona como participante activo pero que le afectan por lo que ocurre), *macrosistema* (sistemas seriados e interconectados como una manifestación de la ideología y la organización de las instituciones sociales de una determinada cultura). Así se

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

fortalecerían el análisis de los resultados teniendo en cuenta si el uso excesivo de los dispositivos móviles genera cambios en las dinámicas familiares e institucionales.

También es interesante poder relacionar los resultados de la presente investigación con un enfoque de intervención social participativa, que busque impactar de manera positiva a la población de adolescentes que presentan esta problemática y generar estrategias institucionales de prevención, desde los proyectos de dirección de grado o articulando acciones con los programas transversales ya establecidos.

Finalmente, ante los resultados obtenidos en esta investigación donde se han identificado fuertes alteraciones emocionales se recomienda diseñar y ejecutar intervenciones tanto familiares como individuales enfocadas hacia la regulación de la conducta compulsiva sobre el uso de dispositivos móviles, así como también el manejo asertivo de emociones negativas identificadas en la presente investigación.

Referencias Bibliográficas

- Aguirre, L. (2011). Introducción al análisis de redes sociales. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <https://www.ciepp.org.ar/images/ciepp/docstrabajo/doc%2082.pdf>
- Alcaldía de Villavicencio. (Marzo 2021). Recuperado de <http://www.villavicencio.gov.co/MiMunicipio/Paginas/Informacion-del-Municipio.aspx>
- Bautista C., N. P. (2011). Proceso de la investigación cualitativa. Epistemología, metodología y aplicaciones (capítulos 1 al 8). Recuperado de <http://www.ebooks7-24.com.ibero.basesdedatosezproxy.com/?il=1063>
- Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Cognición y desarrollo humano. Barcelona, Ediciones Paidós.
- Calicchio, S. (2020). Introducción a La Psicología de las Emociones. *Desde Darwin a la neurociencia lo que son las emociones y cómo funcionan*. Recuperado de <https://books.google.com.co/books?id=pfrnDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=darwin+las+emociones&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjC98eJpL3vAhVxuVkKHYrfDgkQuwUwAXoECAUQBw#v=onepage&q=darwin%20las%20emociones&f=false>
- Corte constitucional, sentencia T-260 de 2012. Recuperado de https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/t-260_1912.htm
- Cevera, D. (mayo 2013). Reseña histórica del barrio ciudad Porfia. *Club Ensayos*. Recuperado de <https://www.clubensayos.com/Tecnolog%C3%ADa/RESE%C3%91A-HISTORICA-DEL-BARRIO-CIUDAD-PORFIA/814040.html#:~:text=Durante%20los%20primeros%20a%C3%B1os%20ciudad,ni%20es%20ajeno%20a%20esto>

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Chul Han, B. (2014). *En el enjambre*. 1a ed. digital. Barcelona

Constitución Política de Colombia. (1991). Recuperado de

<https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>

Corporación Universitaria Iberoamericana. (2015). Ficha técnica informe final proyectos particulares y proyectos semilleros de investigación. Recuperado de la base de datos E-libro.

Periódico el mundo (2019). Byung-Chul Han: "El ocio se ha convertido en un insufrible no hacer nada" 19 de febrero de 2019. Recuperado de:

<https://www.elmundo.es/papel/lideres/2019/02/12/5c61612721efa007428b45b0.html>

Feldman, R. (2007). Desarrollo psicológico a través de la vida. Cuarta edición. México. Recuperado de

https://www.academia.edu/36209711/Desarrollo_Psicologico_a_traves_de_la_vida

Fernández, E. & Jiménez, M. (2010). Psicología de la emoción. Editorial Universitaria Ramón Areces. Madrid. Recuperado de

<https://www.cerasa.es/media/areces/files/book-attachment-2986.pdf>

Flora C. (2018, abril). *Investigación y ciencia*. ¿Está embotando el móvil el cerebro de los adolescentes? Recuperado de

<https://www.investigacionyciencia.es/revistas/investigacion-y-ciencia/los-primeros-agujeros-negros-733/est-embotando-el-mvil-el-cerebro-de-los-adolescentes-16236>

Fuentes Fuentes, Luz Stella, & Pérez Castro, Libia María (2015). Los videojuegos y sus efectos en escolares de Sincelejo, Sucre (Colombia). *Opción*, 31(6),318-328. [fecha de Consulta 27 de junio de 2021]. ISSN: 1012-1587. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31045571020>

Gobierno de Colombia. (2020). *Acciones tomadas por el gobierno. Instituciones educativas*. 15 de marzo de 2020. Recuperado de

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

<https://coronaviruscolombia.gov.co/Covid19/acciones/acciones-de-educacion.html>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2006). Capítulo 1. Similitudes y diferencias entre los enfoques cuantitativo y cualitativo. En Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P., Metodología de la investigación. 4a ed. (pp. 3-29). Recuperado de

<http://www.ebooks7-24.com.iberobasesdedatosezproxy.com/?il=6443>

Labrador Encinas, Francisco Javier, & Villadangos González, Silvia María (2010). Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. *Psicothema*, 22(2),180-188. [Fecha de Consulta 26 de junio de 2021]. ISSN: 0214-9915. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72712496002>

Mestre, J. & Guil, R. (2012). La regulación de las emociones. Una vía a la adaptación personal y social. Ediciones pirámide. Madrid. Recuperado de: https://www.academia.edu/38725067/La_regulaci%C3%B3n_de_las_emociones

Organización Mundial de la Salud OMS. (2020, septiembre). *Salud mental del adolescente* Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Ministerio de Salud de Colombia (2021). Normatividad. Resolución 8430 de 1993. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/RESOLUCION%208430%20DE%201993.pdf

Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica. Universidad Sur colombiana. Neiva. Recuperado de <https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnpbnZlc2l>

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

0aWN8Z3g6NmMxYzcxOTFjOWRkYjkxYw

Monpó, M. (2918). *La importancia del uso responsable del móvil en adolescentes*. Quieronsalud.

Blog Materno infantil de los Hospitales Quirónsalud Murcia y Valencia. 26 de septiembre de 2018. Recuperado de:

<https://www.quironsalud.es/blogs/es/aventura-madre/importancia-uso-responsable-movil-adolescentes>

Olivencia-Carrión, M. A., Pérez-Marfil, M. N., Ramos-Revelles, M. B., López-Torrecillas, F. (2016).

Personalidad y su relación con el uso versus abuso del teléfono móvil [Relation personality to mobile pone use and abuse]. *Acción Psicológica*, 13(1), 109-118. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5944/ap.13.1.17427>

Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio.

International Journal of Morphology, 35(1), 227-232. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

Pallarés, M. (2013). Emociones y sentimientos. Dónde se forman y como se conforman. Editorial

Marge books. Primera edición. Recuperado de

<https://books.google.com.co/books?id=vP5qbPfw88C&printsec=frontcover&dq=emociones+psicolog%C3%ADa&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiv1afehc7vAhXFpFkKHVHJC1sQ6AEwAHoECAQQAg#v=onepage&q&f=false>

Peñuela Epalza, Martha, & Paternina Del Río, Juan, & Moreno Santiago, Diana, & Camacho Pérez,

Laura, & Acosta Barrios, Laura, & De León De León, Laura (2014). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 30(3),335-346. [fecha de Consulta 26 de Junio de

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

2021]. ISSN: 0120-5552. Recuperado de

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81737153008>

República de Colombia. Ley 1098 de 2006. Código de infancia y adolescencia.

Recuperado de

<https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2006/4609.pdf>

Salvat, G. & Serrano, V. (2011). La revolución digital y la sociedad de la información. España.

Recuperado de

<https://books.google.com.co/books?id=EqkmWOV5QbAC&printsec=frontcover&dq=que+es+la+comunicacion++digital+definicion+pdf&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwix9oKg79XvAhUjwFkKHSr3CkEQ6AEwB3oECAgQAg#v=onepage&q=que%20es%20la%20comunicacion%20%20digital%20definicion%20pdf&f=false>

Serrano, J. (2013). *Vidas conectadas: tecnología digital, interacción social e identidad. Historia y comunicación social*. Vol. 18. España. Recuperado de <https://revistas.ucm.es> › HICS › article › download

Turtulici, R.(2015). *Investigación en ciencias sociales en el siglo XXI*. Investigación Histórico-Hermenéutico. Recuperado de

<https://sites.google.com/site/investigacioncsociales/investigacion-empirico-analitica-1>

Tambo Solaque Carlos & Becerra Derly (2014). Motivaciones extrínsecas del uso del Teléfono Móvil en hombres y mujeres jóvenes de la Facultad de Derecho de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio. Facultad de Psicología. [fecha de Consulta 27 de Junio de 2021]. Recuperado de

https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/5239/1/2014_motivaciones_extrinsecas_uso.pdf

Anexos

Anexo A. Contextualización del consentimiento informado para participar en estudios de investigación y autorización para el uso y divulgación de información de salud

Este documento trata de explicar toda la información que una persona quisiera saber para decidir si desea participar o no en este estudio de investigación. Se da cumplimiento así a una de las normas científicas, técnicas y administrativas dispuestas en la Resolución 8430 del 4 de octubre de 1993 en el Título II, capítulo 1. Artículo 6, literal e. del Ministerio de Salud de la República de Colombia para la investigación en salud.

Título del estudio: Manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años, en la I.E Champagnat Pinares de oriente, de la ciudad de Villavicencio

Patrocinador del estudio: Los costos del estudio serán asumidos por los investigadores.

Investigador principal: Claudia Patricia Rodríguez y Socorro del Carmen Guaramá Otero

Lugar donde se llevará a cabo el estudio: IE Champagnat Pinares de Oriente en la ciudad de Villavicencio.

(Este formato de consentimiento puede tener palabras que usted no entienda. Por favor solicite al investigador o cualquier persona del estudio que le explique cualquier palabra o información, que usted no entienda claramente. Usted puede llevarse una copia de este formulario de consentimiento informado para pensar en su participación en este estudio o para discutirlo con la familia y amigos antes de tomar su decisión). Una vez que haya comprendido el estudio y si usted decide participar se le pedirá que firme este formulario de consentimiento que se encuentra al final del documento.

1. Justificación del estudio. Este trabajo busca que no solo a los investigadores, si no igualmente

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

a todos los participantes, puedan interpretar las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes

2. Objetivos del estudio: Comprender las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años en la I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio.

3. Participantes del estudio: estudiantes I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio.

4. Beneficios del estudio: Su participación en el presente estudio tendrá como beneficio conocer las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles.

5. Privacidad y confidencialidad: La información obtenida será utilizada únicamente con fines académicos y los resultados de esta investigación pueden ser publicados en revistas científicas o presentados en reuniones de investigadores y profesionales en el área, garantizando la confidencialidad de la identidad y demás datos relacionados con ella, de cada uno de los participantes.

Si usted ha resuelto todas sus dudas y decide participar en el estudio puede firmar la hoja de consentimiento que hace parte de este documento.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Anexo B. Formato de Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____ identificado con
cédula de ciudadanía No. _____ expedida en la ciudad de _____ he
leído y comprendido la información anterior y mis preguntas han sido respondidas de forma
satisfactoria. He sido informado y entiendo que los datos obtenidos en el estudio pueden ser
publicados o difundidos con fines científicos. Acepto mi participación en el presente estudio. Si
es mi deseo recibiré una copia firmada y fechada de esta forma de consentimiento.

Por tal motivo autorizo a mi hijo (a).

Nombres y Apellidos Completos _____

No. de documento de identidad _____

Firma: _____

Número (s) telefónico de contacto _____

Dirección: _____ Barrio: _____

Correo electrónico _____

Deseo recibir una copia del consentimiento informado:

SI _____

NO _____

Anexo C. Contextualización del consentimiento informado para realizar estudios de investigación y autorización para el uso y divulgación de información encontrada en la IE Champagnat Pinares de Oriente

Este documento trata de explicar toda la información que puede ser recolectada para la participar o no en este estudio de investigación. Se da cumplimiento así a una de las normas científicas, técnicas y administrativas dispuestas en la Resolución 8430 del 4 de octubre de 1993 en el Título II, capítulo 1. Artículo 6, literal e. del Ministerio de Salud de la República de Colombia para la investigación en salud.

Título del estudio: Manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años, en la I.E Champagnat Pinares de oriente, de la ciudad de Villavicencio.

Patrocinador del estudio: Los costos del estudio serán asumidos por los investigadores.

Investigador principal: Claudia Patricia Rodríguez y Socorro del Carmen Guaramá Otero.

Lugar donde se llevará a cabo el estudio: IE Champagnat Pinares de Oriente en la ciudad de Villavicencio.

(Este formato de consentimiento puede tener palabras que usted no entienda. Por favor solicite al investigador o cualquier persona del estudio que le explique cualquier palabra o información, que usted no entienda claramente. Una vez que haya comprendido el estudio y si la institución decide participar se le pedirá que firme este formulario de consentimiento que se encuentra al final del documento.

1. Justificación del estudio. Este trabajo busca que no solo a los investigadores, si no igualmente a todos los participantes, puedan interpretar las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

2. Objetivos del estudio: Comprender las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años en la I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio.

3. Participantes del estudio: estudiantes I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio.

4. Beneficios del estudio: Su participación en el presente estudio tendrá como beneficio conocer las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles.

5. Privacidad y confidencialidad: La información obtenida será utilizada únicamente con fines académicos y los resultados de esta investigación pueden ser publicados en revistas científicas o presentados en reuniones de investigadores y profesionales en el área, garantizando la confidencialidad de la identidad y demás datos relacionados con ella, de cada uno de los participantes.

Si usted ha resuelto todas sus dudas y decide participar en el estudio puede firmar la hoja de consentimiento que hace parte de este documento.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Anexo D. . Formato de consentimiento informado institucional

CONSENTIMIENTO INFORMADO INSTITUCIONAL

Yo, _____ identificado con
cédula de ciudadanía No. _____ expedida en la ciudad de _____, en
calidad de rector de la IE Champagnat Pinares de Oriente, he leído y comprendido la información
anterior y mis preguntas han sido respondidas de forma satisfactoria. He sido informado y
entiendo que los datos obtenidos en el estudio pueden ser publicados o difundidos con fines
científicos. Acepto la participación de la Institución a la cual represento en el presente estudio. Si
es mi deseo recibiré una copia firmada y fechada de la investigación realizada.

Nombres y Apellidos Completos _____

No. de documento de identidad _____

Nombre de la IE. _____

Nit _____

Firma: _____

Número (s) telefónico de contacto _____

Dirección: _____ Barrio: _____

Correo institucional _____

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Anexo E. Guía de entrevista cualitativa sobre las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes

Fecha:

Hora:

Lugar (ciudad y sitio específico): Villavicencio - IE Champagnat Pinares de Oriente

Entrevistador:

Nombre del entrevistado:

Edad:

Descripción general del proyecto: Comprender las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años en la I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio.

Características de la entrevista: Se aplica la entrevista semiestructurada, esto, teniendo en cuenta que a través de este instrumento puede obtenerse información detallada sobre el fenómeno a estudiarse y donde se brinda al entrevistado la oportunidad y la libertad de expresar sus ideas, experiencias o vivencias.

Confidencialidad: La información solo la manejarán quienes se encuentran a cargo de esta investigación. De igual manera la información y datos recogidos serán salvaguardados específicamente por las investigadoras.

Duración aproximada: 2 horas

Preguntas:

Categoría: *Comunicación Digital*

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?

¿Cuántas horas dedica al móvil/computador a la semana?

¿Cuántas horas dedica al celular al día?

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

¿En qué lugares usa con más frecuencia el celular/computador?

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?

¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores?

Categoría: Adolescente

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

¿Piensa que el tiempo de sueño ha cambiado o ha habido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año?

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Cómo se siente cuando la persona con la que está hablando es quien usa el celular durante un encuentro personal?

¿Considera que la conectividad que mantiene le ha generado rupturas en sus relaciones con amigos, parejas o familiares?

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

Categoría: Emociones

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador? ¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?

¿Cómo se siente si pasa mucho tiempo desde la última vez que usó del celular/computador?

¿Tiene discusiones con sus amigos o familiares por el tiempo que dedica al celular/computador? ¿Qué le dicen ellos?

¿Ha habido situaciones que le generan miedo en relación con el uso de los dispositivos móviles?
¿Cuáles?

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

¿Ha habido situaciones le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computador? ¿Cuáles?

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿cómo se siente si la respuesta es negativa?

¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones?

Anexo F. Cronograma de Entrevistas por Plataforma Teams

Estudiante	Edad (Años)	Grado	Código	Entrevista virtual	
				Fecha	Hora
Entrevistado 1	15	10	Sujeto 1	03-08-2021	3 pm
Entrevistado 2	17	10	Sujeto 2	03-08-2021	4 pm
Entrevistado 3	16	10	Sujeto 3	03-08-2021	5 pm
Entrevistado 4	15	10	Sujeto 4	04-08-2021	4 pm
Entrevistado 5	15	9	Sujeto 5	04-08-2021	5 pm
Entrevistado 6	15	10	Sujeto 6	05-08-2021	4pm



Anexo G. Transcripción de entrevistas

Sujeto 1

EDAD: 15 GRADO: 10

NUCLEO FLIAR: madre (40 años), padre (50 años), hermana (22 años)

Comunicación Digital

¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?

¡Ehh dispositivos! El celular más que todo, desde este año he estado utilizando el celular, aunque cuando ya información más extensa más que todo utilizo el computador.

¿Y estos elementos son de tu propiedad o tú tienes que recurrir a alguien más para que te los preste?

Pues, el celular si es de mi propiedad y pues los computadores si se podría decir que pertenecen al internet, al local que tenemos.

¿Cuántas horas dedica al celular al día?

Aaaaahh, pues de que paso mucho tiempo pues sí, porque ahí tanteando eeeh...no sé por ahí 10 horas al día, un poquito más, un poquito menos, más o menos se podría decir.

¿Y que varíe el tiempo de uso de qué depende?

¿De qué puede variar? Ehh...pues yo creo que depende si en ese momento hayan redes sociales, de pronto si subieron no se un nuevo video, de pronto en eso varíe.

¿En los fines de semana ese uso se incrementa o es igual?

Es igual, realmente todos los días que tengo es igual.

¿O sea que a la semana estarías dedicando unas 70 horas a la conectividad, independientemente de que sea para labores académicas o para socializar con las personas que se encuentran en tu entorno?

Ahhh yo creería que sí, ¡eso es mucho! (risas) pues si lo dicen así de esa manera toda semana, todas esas horas, si consideraría que sí.

¿No habías hecho ese cálculo?

Pues yo creería que todos los días --- no---- pero es que dice hay no pero es que tal cosa en el internet uno sigue pegado a pesar de que quiera despegarse

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

Minutos (risas), pues hay veces que si duro mucho tiempo pero la mayoría suelen ser minutos, para revisar.

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

Yoo creería que por buscar no se entretenimiento o quitar el aburrimiento o un distractor se podría decir así.

¿En qué lugares usa con más frecuencia el celular/computador?

Pues en la casa, sería en mi habitación normalmente en la habitación y a veces de pronto en la sala.

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Pues yo creería que mi mamá, aunque hay veces que mi papá es el que lleva los gastos del internet, aunque más que todo es mi mamá creería yo.

¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?

Si, en realidad me ha ocurrido muchas veces y pues eso me ha generado problemas con el estudio.

En tu casa por ejemplo, se han presentado problemas?

Pues por el uso del celular cuando lo uso mucho tiempo si, más que todo con mi mamá que es la que me presta atención completa.

Los problemas se han presentado muchas veces por estar usando tanto tiempo seguido el celular, pues en realidad cuando no tengo tareas que hacer no ayudo en la casa hacer oficio, o no colaboro más que todo y el calibre de los problemas pues, mi mama muchas veces me dice: deje el celular a un lado y ayúdeme, y empieza así hasta que llega un punto en el que ya pues, explota y empieza a gritar y a quejarse y todo.

Unas tres veces me han suspendido el celular, pero por unos dos días.

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores? ¿Crees que puede interferir en la vida normal del ser humano?

Claro que puede interferir, porque realmente, ----- es como inútil, no realmente no beneficia aun así lo seguimos viendo y estamos es gastando tiempo preciado que se puede utilizar para cosas beneficiosas.

Pues es malo, ya que pues uno pierde mucho tiempo que puede utilizar en cosas productivas en vez de estar acostado sentado viendo cosas que realmente no le están beneficiando, sino solo por entretenerse.

¿Tu vez que tu madre permanece mucho tiempo conectada en el teléfono?

Pues, creería que si, pues en menor cantidad que uno mismo, pero pues cuando se sienta con el celular si se queda gran tiempo pues ahí mirándolo y no es hasta que la llaman o le piden algún favor que lo suelta.

¿Tú le has llamado la atención alguna vez por lo mismo?

Pues se podría decir que si, de pronto cuando necesito que me preste atención a mí, la empiezo a llamar hasta que me ponga cuidado.

Adolescente

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

Pues, en mi salud no creería, pues físicamente no.

Pues me ha pasado que uno tenía el celular pero igualmente tenía acceso total al internet, muchas veces no dormía, o sea pasaba un día completo, y podía ir al colegio y no pasaba nada, pero pues ahora ya no es así porque me acuesto a tal hora y despierto a tal hora normalmente, aunque en el pasado si ocurría antes ya no es , no se tan...pegada a estar al internet a toda hora pero siempre sigue ahí las ganas de seguir mirando y mirando en el internet a ver qué cosas nuevas hay....Pero de que genera problemas por el lado mental , y eso, puede pasar ya que muchas veces se puede

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

decir, hay es que vi tal cosa en el internet está bien no sé y eso está afectando mentalmente ya que te está cambiando las ideas.

¿Piensa que el tiempo de sueño ha cambiado o ha habido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

Pues no, realmente mi alimentación no está sujeta con el uso del celular, sigo comiendo igual solo que pues he reducido un poquito la comida como para no exceder ese exceso de comida.

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año?

Si, muchas veces no entregaba trabajos en el tiempo que era por estar mucho tiempo en el celular,

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Si, realmente ha cambiado mucho el nivel de concentración porque muchas veces no entregaba trabajos en el tiempo que era por estar mucho tiempo en el celular, y pues la concentración disminuye ya que uno no se centra solo en el trabajo sino en otra cosa y la mente dice, hay que habrá pasado en el video, que habrá pasado en la red, y así.

¿Te distraes entonces por estar pendiente del celular?

Si.

Alguna vez alguien te ha llamado la atención por eso.

Pues mi mamá, es la única que me dice eso, ya que ella es la única que está pendiente de mí.

¿Por la situación de la pandemia crees que se ha incrementado el uso del celular?

Pues yo creería que sí, de pronto incremento un poco pero realmente no creería que aumento mucho ya que siempre llevaba ese ritmo de estar en el celular o antes de la pandemia siempre tenía el celular o el computador.

Durante el tiempo de aislamiento el contacto con tus amigos como se establecía la comunicación.

Pues por la parte familiar, la relaciones si mejoro no, ya que, pues estábamos todos ya que nos pusimos a convivir hacer actividades, cosas que nunca se hacen ya que no estaban en ningún lado trabajando.

¿Cómo se siente cuando la persona con la que está hablando es quien usa el celular durante un encuentro personal?

Pues uno siente que no le están prestando atención no, porque muchas veces ha pasado aquí en la casa que cada quien anda con su celular y uno como que le habla a alguien y piensa que lo está escuchando cuando le dicen ¿ah? ¿Qué me dijo? Uno se siente como ignorado, como que no le prestan atención.

¿Te han llamado a ti la atención por la misma situación?

Si de pronto desde que inicio la pandemia se podría decir, aunque yo realmente he sido de mientras estoy en el celular aun así prestar atención.

¿Considera que la conectividad que mantiene le ha generado rupturas en sus relaciones con amigos, parejas o familiares?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

Pues de pronto con amigos o personas fuera del núcleo familiar de pronto si las puede llegar acercar el uso, pero pues en cuanto al núcleo familiar no creería que estar usando ese celular en estas situaciones ayude mucho.

Emociones

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador?

Pues diría que feliz (risas) porque pues esta como en, no sé si se podría llamar en un ambiente cómodo, donde uno esta pues viendo, escuchando, leyendo lo que quiere escuchar, lo que quiere ver.

¿Tú te sientes más cómoda comunicándote de esta manera o teniendo contacto físico?

Yo prefiero por el celular, ya que no es que me gusta estar socializando así personalmente, sobre todo el celular, de pequeña tuve interacción un poquito mala con el colegio, crecí con ese miedo o esas ganas de, hay si digo algo malo la persona me va a ofender a mí, le voy a dar una mala impresión de mí, se podría decir así, o me da miedo lo que pueda decir la persona.

¿Las redes sociales te hacen sentir más segura?

Si, se podría decir así.

¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?

Pues de pronto un poquito desesperada, pero realmente no me preocupo mucho por eso, porque yo sé que en algún momento podré hablar y volver actualizarme. Yo busco otra cosa que hacer yo digo en algún momento regresará y si tarda más pues ya habrá tiempo para mirar todo, porque eso sigue ahí, no se irá. Puedo aprovechar para hacer oficio o adelantar alguna tarea.

¿Ha habido situaciones que te generen miedo frente al uso de estos dispositivos?

Pues de pronto puede generar miedo por lo que uno se puede encontrar, de pronto, aunque realmente tener miedo a usar todas esas herramientas realmente pues no lo tengo. Yo veo muy bien con que personas puedo llegar hablar o en que lugares me puedo meter, pero realmente si uno se mete con desconocidos realmente si da miedo ya que uno no sabe qué persona realmente está detrás de la pantalla.

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

De pronto de todo el tiempo que se perdió y no se aprovechó por estar horas seguidas en el celular y ver que se va el día y no se pudo hacer nada. Me pasa todos los días aunque pesar de que uno diga hay no, voy a dejar el celular a lado o dejo música sonando en el celular y me pongo no se a doblar la ropa o algo, es como si uno necesitara tener una fuerza tenas para soltar el celular y ponerse hacer eso.

¿Ha habido situaciones le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computado? ¿Cuáles?

Mmmm de pronto a veces si me genera como esa intranquilidad y ganas de hacer algo, pero si no se puede hacer nada. Más que todo con al envió de trabajos que no queda tiempo o no logro

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

acabar a tiempo el trabajo y no se pudo enviar en la fecha que era, genera intranquilidad porque lo voy a enviar tarde y me van a poder mala nota.

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

Pues uno como que siempre tiende a decir mentiras porque sabe que si dice, hay estuve todo el día, pues le van a echar un regaño, mejor me salgo de esto y le digo tal cosa.

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿Cómo se siente si la respuesta es negativa?

Pues digo, pues realmente no me hace sentir nada, porque digo pues si no hay por aquí pues voy y me busco otra cosa a ver con que entretenerme, no me preocupa mucho.

¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones? (Risas)...Yo creería que todo el tiempo presente, digo voy a dejar aquí el celular y no sé, voy a organizar tal cosa pero dice, hay lo alisto en un ratico, en un ratico y así se va todo el día.

¿Tú has pensado en medir más el tiempo para aprovecharlo en otras tareas?

Pues, he intentado hacer un horario de en tales horas voy a usar el celular y en otras me dedico hacer oficio en la casa o de pronto leer o dibujar, pero pues muchas veces se pierde y uno se queda con el celular. Uno se despierta y dice, me voy a bañar miro unos minutos que paso con el celular y me voy hacer oficio, pero pues, nunca se puede porque uno siempre se queda ahí.

¿Qué crees que hace falta para que esa meta se cumpla?

De pronto tener más como fuerza de voluntad de uno mismo y de pronto quizá el apoyo de alguien más que le esté recordando, no se olvide usted se prometió tal cosa, acuérdesse. Muchas veces yo le digo mami, mami si me ve con el celular recuérdeme que tengo que hacer oficio, o tengo una lista de tareas pa yo intentar hacerlo.

Sujeto 2

Edad: 17 años

Núcleo familiar: Madre: hermana: 16, primo

Comunicación Digital

¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?

Eh pues... más que todo utilizo mi teléfono, pero son muy pocas veces las que utilizo el computador, pues en este momento lo estoy utilizando, pero más que todo el teléfono, para acceder a las redes y eso.

¿Cuántas horas dedica al móvil/computador a la semana?

84 horas más o menos,

¿Este tiempo, te alarma un poco?

Eeeh... pues la verdad si, mucho, porque es bastante tiempo en un móvil, yo creo que lo podría dedicar a otras cosas, pero pues no tengo mucho que hacer, pues salir con mi hermana y eso, pues sí.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Es que la verdad con mis familiares hablamos ahí pero no mucho, y pues entre otras cosas yo leo en mi celular a veces, pero pues mmm no se creo que podría salir y eso pero no tengo muchas personas con las cuales salir, solo con mi hermana.

¿Cuántas horas dedica al celular al día?

Uishhh (risas), pues la mayoría del día, pues cuando voy a clases, ahora que estoy yendo a clases no tanto, pero esta semana si lo he estado utilizando más, y pues solo lo suelto más que todo, cuando estoy haciendo aseo o almorzando y eso...La verdad como 12 horas al día o más.

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

Mmmm muy frecuente la verdad, a veces cuando estoy haciendo algo no lo reviso mucho, pero cuando lo agarro no lo suelto en bastante tiempo.

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

Mmm pues...creo que los juegos o si, más que todo facebook y eso, las aplicaciones, eeeh pues a veces lo suelto y lo vuelvo agarrar, porque si, digamos ehh lo suelto, doy una vuelta por la casa y digo: qué voy hacer? Y después como que lo vuelvo agarrar porque no sé, no encuentro algo que hacer en ese instante, pero más que todo estoy jugando en él y eso o escuchando música.

¿En la pandemia crees que se ha incrementado ese tiempo de conectividad o crees que es igual?

Siii, mucho, antes pues solo utilizaba el teléfono para jugar, y eso, antes de que empezara la pandemia, no lo usaba tanto la verdad porque estaba en clases y en la tarde tenía que volver al colegio, entonces no lo utilizaba y en las noches llegaba era como a conectarme y eso, no lo utilizaba tanto, pero con la pandemia si, mucho. Creo que es malo, pero a la vez como que acceder a las redes y eso como que ayuda a informarse de muchas cosas o de las que creía que eran malas y eso me ayudo también mucho, pero tampoco digo que sea bueno, porque estoy mucho tiempo en el celular y eso tampoco.

¿En qué lugares usa con más frecuencia el celular/computador?

En mi habitación, pues es más que todo ahí, no salgo mucho de mi cuarto. No sé cómo que ahí me siento más tranquilo.

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?

Mi mamá, ella es la que paga el internet.

En cuanto a la comunicación. ¿Prefiere la comunicación presencial con las personas o prefiere la comunicación por redes?

Eeeh.... pues Presencial no hablo mucho la verdad, pues si es mejor pero no soy muy bueno, pero por redes si como que por decirlo así me desenvuelvo mejor. Creo que es porque se me facilita, además no tengo que estar pensando en ese momento que le voy a decir a la persona.

¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?

Pues siempre utilizo el teléfono, pero últimamente como que voy a utilizar el computador para entrar a clases porque me distraigo mucho con el...eeh creo que me distraigo por las notificaciones, eh a veces llegan como mensajes y como que entro para ver que dicen los mensajes, o cuando empiezo como aburrirme entro a Facebook y eso y no pongo pues más atención a la clase.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores?

Pues, el uso excesivo creo que no, pues el usar el celular pues puede ayudar en muchas cosas, pero eso de pasar esos límites creo no, en verdad no puede traer nada que pueda beneficiarnos.

Adolescente

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

Me levanto cansado o también a veces por estar tanto tiempo en el teléfono me duelen los ojos.

¿Piensa que el tiempo de sueño ha cambiado o ha habido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

Eeeh, pues creo que también el hecho de dormir, no duermo mucho, por eso también a veces, y... me levanto cansado o también a veces por estar tanto tiempo en el teléfono me duelen los ojos.

¿Las horas se han reducido?

Esta semana si se han reducido porque, me acuesto como dos horas tarde, pero no paso de eso.

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

Eeeh...si a veces quería comer mucho, pues no por hambre sino porque sentía que quería comer algo dulce y eso y lo hacía, pero aun así no, aun así, seguía sintiendo lo mismo. A veces se incrementaba, a veces quería repetir, aunque no tenía hambre más que todo quería seguir comiendo o a veces cuando terminaba de comer pasaba una hora y volvía a comer algo.

¿Por qué crees que se daban esas variaciones?

Pues, creo que, por eso mismo, quería hacer algo, no sé, quería como entretenerme con algo y cuando no encontraba algo que hacer, entonces si iba a comer.

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año?

No, me ha ido muy mal estos dos años, de hecho, ya he tenido que firmar como tres compromisos o más y estuve muy mal debido a eso también, a veces decía, ah después hago mis trabajos y seguía en el celular y al final no hacía nada y decía al siguiente día, al siguiente día y no.

¿Para ti si es importante la comunicación en físico con las personas?

Si pero...tampoco soy muy bueno hablando, así que pues ese también es mi problema.

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Pueeees, creo que si a veces, más que todo en las clases, ehh pues no sé, siento que a veces no entiendo o cuando me están explicando siento que van muy rápido y pues eso también me hace perder la concentración. Cuando estaba en los talleres cuando tenía que leer algo, tenía que leerlo mil veces o cuando había algún ruido o algo así que no me dejaba concentrar, entonces no entendía, no entendía lo que decía la guía.

¿Cómo se siente cuando la persona con la que está hablando es quien usa el celular durante un encuentro personal?

Eeeeehhh... pues no sé como que a veces por estar en el celular no me responde y yo como que no, ehh pues como que pierden el interés por decirlo así, si como que ya le pregunto una vez y si no me responden ya digo como ajh ya que.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Pues no sé como que, de alguna manera siento desinterés por parte de la otra persona y me siento incomodo como si quisiera irme y pues si, solo no seguir hablando en ese momento.

¿Le han llamado la atención por la misma razón?

Eeeh... Pues creo que sí, mi hermana y mi papá a veces, si cuando estaba con él, a veces se ponía bravo sí, me decía que dejara el celular, a veces lo soltaba y a veces no, sino le ponía atención y me iba para otro lado o a veces si lo soltaba y me quedaba ahí, pero la verdad no tenía mucho que hacer.

¿Considera que la conectividad que mantiene le ha generado rupturas en sus relaciones con amigos, pareja o familiares?

Eeeh...pues mi mamá pues al principio me decía que si le pusiera empeño, pero pues después como que ya cuando me repetía mucho lo mismo se enojaba a veces y mi papa pues si hubo una o dos veces que se enojó bastante por eso, y fue porque perdí 7 materias, esa vez me regañó feo y a principio de año, de este año, también se enojó, porque él decía que que tenía yo y eso, pero pues como yo nunca le decía nada, entonces pues creo que también era eso.

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

Mmmm...pues de mi familia como que me ha alejado más y de mis amigos pues, creo que me ha hecho más cercanos de cierto modo, podría confiar más en ellos y eso.

¿Usted se siente en riesgo con el uso de los dispositivos?

Si creo que sí, pues los grupos de WhatsApp o algo así o las aplicaciones, el hablar con personas que en verdad no conozco y eso pues también es un problema. A veces como que da miedo.

Emociones

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador?

Mmm pues como que tranquilidad, me hace sentir muy bien.

¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?

Una vez me paso eso, eeeh cuando no había luz en mi casa, en mi anterior casa duramos como dos días si poder conectarnos y estaba muy muy ansioso, no tenía nada que hacer en verdad y en si no había luz entonces pues me acostaba o empezaba a caminar por toda la casa, o me sentaba y me volvía a parar y pues si aumento mi ansiedad en ese momento y estaba muy aburrido.

¿Y cuando volvió la luz que te hizo sentir?

Pues como que tranquilidad y me hizo sentir muy bien, porque ya podía hacer algo, ya podía tomar mi celular, además quería ver si como un juego, había un evento y quería entrar al evento o cuando o a WhatsApp quería ver si habían escrito o algo. Lo primero que hice cuando llego la luz fue conectar el celular.

¿Tiene discusiones con sus amigos o familiares por el tiempo que dedica al celular/computador? ¿Qué le dicen ellos?

Eeeh. Pues creo que sí, mi hermana y mi papá a veces, si, cuando estaba con él, a veces se ponía bravo o si, me decía que deje el celular. A veces lo soltaba y a veces no, y no le ponía atención y me iba para otro lado, o a veces si lo soltaba y me quedaba ahí si no tenía mucho que hacer.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Ha habido situaciones que le generan miedo en relación con el uso de los dispositivos móviles? ¿Cuáles?

Mmmmm...Miedo pues el volver a clases me genero miedo porque hace mucho no socializaba con las personas y eso y me hacía sentir como miedo, ansioso y también nervioso porque el tener que hablar, además ves a muchas otras personas.

Eeee...pues creo que el hecho de que no se, creo que el hecho de que una vez me iban a quitar el celular o cuando si le van a revisar, eso me generaba miedo también el que si lo tomaran, tomaran mi celular y me sentía, si sentía miedo me sentía muy nervioso la verdad...pues antes no pasaba eso pues, si lo iban agarrar y lo iban a revisar o algo así pues no, no me pasaba eso no me sentía así, pero ahora sí.

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

Eeeeh pues...el hecho de que si, de ver como personas, ver fotos de personas que están con sus amigos y eso o están pasando un buen rato pues eso me hacía sentir mal, porque pues yo también quería salir y pues tener como amigos así, y hacer eso.

¿Ha habido situaciones le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computado? ¿Cuáles?

MMmmm pues es más que todo como que, quiero hacer algo, pero como no tengo nada que hacer vuelvo agarrar el celular y eso me pone como más tranquilo, pero cuando lo suelto pues es lo mismo, aunque peor a veces.

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

La verdad no me había percatado de todo el tiempo que pasa, pues nunca le había mentido a nadie sobre el uso del celular la verdad, ellos se dan cuenta, mi familia se da cuenta de todo el tiempo que lo usaba y eso y mis amigos nunca me preguntaban eso.

Mi mama me decía que llevaba todo el día pegado en el celular, entonces le decía, no que apenas lo acababa de agarrar.

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿Cómo se siente si la respuesta es negativa?

Mmmm muy frecuente la verdad, a veces cuando estoy haciendo algo no lo reviso mucho, pero cuando lo agarro no lo suelto en bastante tiempo.

Eh, creo que me distraigo por las notificaciones, eh a veces llegan como mensajes y como que entro para ver que dicen los mensajes, o cuando empiezo como aburrirme entro a Facebook y eso y no pongo pues más atención a la clase.

¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones?

En los juegos, había un juego en el que ya llevaba tanto tiempo y si me la pasaba tan pegado que empezaba a mover los dedos así por si solos o las manos, cuando ya estaba a punto de dormirme empezaba como a mover las manos o algo así, como si estuviera jugando y eso también es un problema. Han habido algunas veces si, como que ya me estaba durmiendo no podía diferenciar como la realidad del juego y empezaba a sentirme como si estuviera jugando y me paso como tres

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

veces, pero una vez me paso con un juego distinto y pues cuando me pasaba siempre borraba el juego porque yo ya sabía que eso no era como...bueno. Duraba en juegos como 8 o 9 horas. En ese momento no había reaccionado, pero cuando reaccioné pues si me sorprendí, porque me di cuenta de lo que estaba haciendo y eso como que, me asuste, reaccione y pues de una vez borre el juego también...pues ese es un problema con los juegos, cuando estoy jugando eeeeh.. me obsesiono con el juego y no lo quiero borrar, a veces digo lo voy a borrar o pasa algo con un pedazo que me gusta y no lo borro, hasta que descargo otro y me aburro de ese, no lo sigo jugando y borro el juego, pero sigo con el otro

Sujeto 3

Edad: 16 años Grado: 10

Núcleo familiar: Padre - Madre - Hermano: 16 años

Comunicación Digital

¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?

Con más frecuencia, pues el que yo noto que se mantiene como estable es el celular, para WhatsApp, de resto todas las otras redes sociales son como que muy variantes, dependiendo de lo que salga, por ejemplo para jugar discor, es como para estar con otras personas online o otras redes que son como más de contenido gráfico y menos de hablar como tic toc, tic toc tiene un medio para hablar pero no lo uso mucho, también Instagram o twitter, solo uso establemente WhatsApp, los demás muy situacionales. Todo lo hago desde el celular realmente.

Tenemos dos computadores.

¿Cuántas horas dedica al móvil/computador a la semana?

A la semana más o menos unas 98 horas, tengo entendido que deberían ser como menos de 8 horas al día, algo así, eso dicen por ahí, pero ni idea porque al no tener un horario fijo para mi es normal que para una persona que si sabe el mal que es estar tanto tiempo conectado pues no se nota, pero me acostumbro y pues lo normalizo, algo que no debería hacer. Puede ser perjudicial el mal uso que le dé.

¿Cuántas horas dedica al celular al día?

Ahora mismo, pues menos por las horas dedicadas al colegio y es mientras la rutina como que va cambiando, porque ahora mismo yo hice esto la primera semana cuando entré al colegio, las clases eran como a las 10:30 entonces yo me levantaba a las 6 y navegaba como a la 8 y de ahí me levantaba, bañaba...pues como menos de cuatro horas, pero cuando ya regresaba por la tarde ese ya era otro cuento porque e alargaba. En promedio al día, pues mi celular tiene como algo ahí, creo que se mantenía entre 14 a 15 horas. El fin de semana es cuando más tengo, porque como no hay clase, más tiempo para andar en el celular.

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Mmmmm realmente por ahí lo único que si reviso bastante es el WhatsApp porque ahí me llega así que todo no, la información o los trabajos o los grupos en los que estoy, pero el Gmail o otros correos así no tanto, pero siempre trato de verlo de vez en cuando.

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

Creo que el entretenimiento realmente, es como lo que me distrae la mayoría del tiempo. Pues las redes, pues las ya mencionadas anteriormente como Instagram, telegram, twitter, Facebook y así, eh pues para perder el tiempo más que todo o ver contenido de interés.

¿En qué lugares usa con más frecuencia el celular/computador?

Acá en la casa, solo en la casa, acá es donde lo uso más que todo, en mi pieza pues porque estoy solo y me puedo encerrar, me siento cómodo acá, eh también lo uso para todos lados realmente, lo único que lo suelto es cuando voy al baño o cuando me voy a bañar, o salgo a la calle o al colegio, de resto siempre lo cargo conmigo en un bolsillo o en un bolso.

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?

Eh mi papá.

¿Tienen algún tipo de restricciones en casa para su uso?

No realmente, eso se fue quitando poco a poco, pero mmm por ahí las restricciones que yo mismo me estoy dando, es hasta las 12 m, es más que todo personal.

¿Con sus padres con respecto al tiempo excesivo que pasas en las redes, han dialogado sobre el tema?

Es algo que se menciona mucho, pero realmente cada uno le da un uso no, si en su momento advirtieron, pero es como que no cambiaba nada, el hecho de que tenga que moderar el tiempo no mostraba como un cambio, sino que antes como más problema

¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?

Si.

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores?

Mmmm...yo creo que el celular más que todo no es que afecte, sino el mal uso que yo le doy es el que genera eso, porque el celular solo no es nada, soy yo entonces, es como una herramienta para usarse a daño propio o de quien lo use en su momento, y pues también creo yo que se genera una adicción, yo por ejemplo si yo salgo de casa, o voy a un campamento pues realmente no siento dependencia, realmente me da igual, me acostumbre a no tener celular la mayor parte de mi vida, pues que ahora lo uso mucho, pero cuando es necesario soltarlo lo hago.

Adolescente

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

Creo que los horarios de sueño, también como que, no sé como que el tiempo que le dedico a mi físico realmente, ahora permanezco más tiempo en un lugar y pues no hago mucho solo estoy acostado y por eso me encierro en mi pieza con la luz apagada.

¿Piensa que el tiempo de sueño ha cambiado o ha habido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Pues antes, yo si me note es como mi horario de sueño se vio mucho afectado también mi estado de ánimo, y también no podía dormir pensando en que me escribirían o que dirían, que tendría por comentar, pero eso fue algo que ya se me está quitando pues, cuando me tengo que ir a dormir, me tengo que ir a dormir y apago el celular, lo dejo al lado. Yo no puedo dormir así normal, pongo música, eh abro mi aplicación spotify y pongo a reproducir ahí algo y lo apago, que quede sonando y así me relajo y me duermo.

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

Pues como el no tener un horario de sueño fijo antes, pues llego a que mi horario de alimentación se viera afectado no solo de ánimo, entonces no comía porque no quería, en consecuencia de que no tenía como que un horario fijo, mi cuerpo como que se des configuró y a su vez mi peso era malo, ahora mismo estoy pues más consiente y si trato de comer los tres, desayuno, almuerzo y cena, antes era como solo almuerzo o solo desayuno y ya, pero ahora si como todo, y pues yo si noto y mi forma de comer es como excesiva no, o como mucho o como muy poco y ahora mismo estoy comiendo mucho. Como distraído, estoy al celular a mi mano, pues soy derecho no, tengo el celular en mi mano izquierda y así, me entretengo bastante, me demoro incluso, por la mañana si me demoro muy poco, pues porque tengo que ir al colegio, pero pues por la tarde si es otro cuento, si me demoro bastante. O sea, yo me doy cuenta, yo sé que tengo que seguir comiendo, pero yo no lo hago.

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año, por el uso excesivo de móviles?

Si porque fue un cambio muy brusco como que, de los cuadernos con el profesor y pues no es lo mismo, todo cambio entonces pienso que para mí, más que no pueda asimilarlo yo pienso que no di de mi parte, mi rendimiento decayó bastante, no porque no fuera capaz, sino porque simplemente no consideré salir de esa zona, como que en un estado de victimización más que todo, pero si influyo en su momento muchos factores que detonaron como una situación estresante pero, si decaí pero, no porque no pueda, sino más que todo de aposte y de saboteamiento. Esto fue cuando inicio la pandemia más que todo.

¿Usted prefiere la comunicación en directo con el contacto físico se le facilita más por redes sociales?

Eh, pues la comunicación se me hace mejor presencial, pero esta forma también ha facilitado como muchas cosas, es como que no es necesario ir a donde el estudiante o la persona y pues usted puede hacerle así la video llamada desde su casa o desde un sitio donde usted se pueda cuadrar, pero yo prefiero, de preferencia presencial, pero así está también bien, no lo miro del todo mal, también es como una nueva forma de comunicación a la cual me tengo que acostumbrar.

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Pues ha sido como, más que todo propio mío pero si como que ha contribuido, eh también es como, se suma no, eh yo soy una persona como que dispuesta a desconcentrarse en las cosas,

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

entonces pasa un carro voy y lo miro y pues ahora en el celular y pues al estar en clases así tipo virtual, si, si contribuye bastante porque no es como la forma mía de aprender, y pues no sé, me meto a una red social empiezo a ver otro tipo de cosas y descuido la clase.

¿Cómo se siente cuando la persona con la que está hablando es quien usa el celular durante un encuentro personal?

Presencial, pues depende como que, de lo que se tenga que hacer en su momento, cambian muchos factores porque es más raro que estar en el celular porque se está haciendo algo en su momento físico, cosa que es muy común acá vía virtual porque yo puedo meterme a otras redes y apagar mi cámara, en cambio esa persona que esta presencial es como que sí, realmente me genera estrés, pero es como que muy raro que pase porque no es lo mismo que acá mediante una cámara porque esa persona está ahí en físico y si tiene que hacerlo si o si, de resto pues no sé, le sucederá algo por no aportar, pero sí, yo le llamaría la atención. No están en obligación de ponerme atención realmente, del mismo modo que yo no estoy para que alguien me escuche.

¿Considera que la conectividad que mantiene le ha generado rupturas en sus relaciones con amigos, parejas o familiares?

Pues de degenerarse quizás, pero igualmente donde hay una amistad realmente profunda no se rompe así nada más, simplemente nos dejamos de ver y ya como una amiga, la conozco desde hace muchísimos años, se llama Daniela es de 11, se embarazo en 11. Pues con ella, yo con ella no nos vimos en mucho tiempo o hablamos, no nos hablamos, pero cuando nos vimos fue como tan emocionante todo y pues lo mismo con la familia supongo, no es necesario así una ruptura cuando no hay una comunicación, simplemente está ahí permanente.

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

Pues me acerca a quienes yo considero apreciar, pues yo tengo amigos de otros lados, no de acá específicamente, pero las redes me acercan a las personas, porque es tenerlas como a un clic y no como a 20 cuadras o dos países o al otro continente, sino que ahí mismo.

Pues en temas de familia no es que sea muy cercano la verdad, más que todo, la mayoría de tiempo que pasaba con ellos era de pequeño.

Emociones

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador?

No, no me gusta realmente, no que no la disfrute sino que no es mi fuerte, pero en algo que si me ha ayudado es como al manejo de las actividades, a parte del colegio yo soy scout y pues yo puedo ir a otras reuniones de otras partes del mundo como me inscribí a un jamboree en Corea, hice unas actividades, eh también asisto a eventos de Bogotá o Perú o México o personas de Brasil realmente, así que me gusta en ese aspecto, que me ayuda a estar virtualmente con alguien que antes no se podía, así que me gusta que me facilite eso, la comunicación con otros individuos.

Pues bien, alivio, porque es como que ahí está mi mundo, como para mi papá estar ahí en la calle buscando trabajo o para la gata es la purina lo que la hace feliz, a mí me hace feliz el teléfono, me

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

siento alegre porque ahí tengo mi chat o lo necesario para comunicarme con las demás personas.

¿Usted cree que se pueda generar algún riesgo con el uso de la conectividad?

Pues es como todo no, del mismo modo que yo salgo al colegio y puede que atropellen o me roben, o me dé un paro cardíaco y no despierte o me atraganto o con este collar me ahogo mientras duermo es la posibilidad, pero entonces yo lo que si puedo hacer es como toda persona es estar atento a que no pase y si hay una situación así, pues prevenirla o tratar de hacer lo más oportuno en su momento para no correr riesgo y que no termine en algo fatal o peor o incluso mi muerte.

Yo creo que lo más peligroso que he hecho así, es como hablar con extraños pero más que todo es que a uno le metan virus no, o le pasen un link que no es y eso o las típicas propagandas y pues otras cosas que son como más sádicas, o lo más raro lo más común es que pasen los links pues de virus o personas así siendo asesinadas y pues creo que lo más peligroso es como que me roben lo datos, cosa que no creo que les sirva tampoco porque es una pérdida de tiempo ya que yo no tengo nada de valor.

Yo trato de ser precavido, siempre que alguien me pregunta mis datos personales, más que todo específicos de donde vivo o con quienes vivo, y pues yo comúnmente creo perfiles falsos no, para no dar algo que sea original mío y sepan quién soy, pero igualmente es raro que yo de mis datos a alguien que no conozco y si lo conociera no lo hiciera porque no necesita saberlo realmente.

¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?

Pues me siento raro, eh pero ahí con mi hermano empezábamos a jugar en la casa o con la gata yo siempre soy de entretenerme siempre con algo no, acá las paredes de la casa están rayadas por mí mismo, las monedas las bolsas, me siento raro desubicado porque no es algo que sea, me pongo como a esperar por ejemplo a que llegue la luz, pero sé que mantener haciendo eso no es sano porque yo no debo depender siempre del celular, así que antes era así una desesperación pero ya no la hay porque la trate y pues esto no generaba nada positivo solo como un desanimo ahí, pero ya no la tengo como antes.

¿Ha habido situaciones que le generan miedo en relación con el uso de los dispositivos móviles? ¿Cuáles?

Creo que estancarme ahí y no hacer nada más, o sea quedarme ahí amarado, algo que yo puedo cambiar, pero asumo que no, no es que pueda hacer mucho, lo máximo que pueda hacer es como estudiar, distinguirme o tener los conocimientos y explotarlos, de resto estoy como todo joven no, como que limitado por mis aspectos o por mis conocimientos porque no se mucho, entonces lo que sí es mi miedo es ahí como estancarme con mi celular.

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

Pues es la superficialidad de las redes y de las personas, algo que yo en su momento me las tomaba muy a pecho pero aprendí a distinguir que eso es ficción y si es cierto pero no es mi realidad, pues no me lo voy a tragar entero, yo no soy esa persona yo soy ...y esta persona no soy yo y claro está que yo no me voy a comparar con los demás en ese aspecto, eso era algo que

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

me causaba tristeza, pero ya no realmente porque no lo tengo que hacer, no generaba nada, no aportaba, claro está que es como la problemática de que los menores o una persona que no tiene criterio propio este como eh, influenciada por muchos estímulos que son como las redes o personas, por eso mismo es como lo importante que yo me di cuenta como de la vigilancia o la restricción a ciertos contenidos, porque puede generar muchas consecuencias porque como es un menor se lo va a tragar todo de cara y no va a saber distinguirlo, entonces va a decir porque mi papa no es este actor, porque yo no tengo ese cuerpo así como lo marcan cinco estrellas, o porque mi cabello no es rubio y yo no soy de ojos azules, eso fue una consecuencia o una tristeza que me generó, pero yo me di cuenta que pues esto es una red social, no es tan real, incluso puede ser un viejo verde con un filtro.

**¿Ha habido situaciones le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computador?
¿Cuáles?**

La angustia que yo siempre tengo es como del uso inadecuado que le dé al celular no, podría estar haciendo otras cosas, podría estar estudiando de digamos, de cuando yo llego del colegio hasta las cinco, el ver como yo mismo me fomento la situación, pero no cambiarla, es la cuestión porque lleva años, yo mismo me doy cuenta o cosas que hice hace años y no las olvido, por eso mismo, por cosas que no hice en su momento.

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

Como lo dije acá, no realmente no siento pena, pues es algo que yo hago no lo voy a negar, pero igualmente es como incluso yo subo pantallazos, en su momento lo hice, el tipo burla de la situación del tiempo que yo malgastaba en el celular, esa cosa decía como de 15 a 18 horas, yo las subía ahí al estado, pues como para burlarme, pero no, no siento pena, me da igual.

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿Cómo se siente si la respuesta es negativa?

Pues cuando estoy acá en la casa si, pues porque yo ahora mismo así en resumidas cuentas trabajando con una prima y pues debo ver que me lleguen mensajes pues porque no la puedo ignorar, o por los grupos del colegio, porque mantienen cambiando todo, entonces si lo reviso más que todo por el colegio o por no sé, estar atento a algo mío.

¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones?

Pues siempre me la he planteado hacer, pero no la hago porque pues no es como otra cosa que tenga que hacer, mi cuarto yo lo tengo ahí con las cosas en su lugar, lo de mi trabajo lo tengo ahí en su sitio, los cuadernos los tengo organizados, mi maleta a mi derecha, tengo todo lo que necesito acá, pues no voy hacer otras cosas porque no las tengo.

Teniendo en cuenta que es el único dispositivo al cual tengo acceso, también es como medio difícil porque si me llaman, o algo del colegio o tengo que consultar algo es como que lo único a lo cual puedo usarlo y pues no puedo como que meterlo así en un cajón y irme al computador porque no puedo, yo creo una cosa para lidiar es como, no se buscar un trabajo, empezar hacer algo, un emprendimiento, vender, pintar mi cuarto no sé, cada vez que sienta la necesidad de meterme al celular hacer una raya en la pared y así contarla y ver que cada raya es una

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

motivación la cual hoy no hice uso indebido del celular porque no lo necesito en ese momento quizás y cuando llene toda la pared pues me dé cuenta de todo mi progreso, motivación creo yo, motivación es lo único que tengo es el colegio ahora mismo y ya.

¿Para esa motivación crees que sería importante la ayuda de otra persona?

Sí, pero no hay ninguna persona así especial que me motive hacerlo, pero no vendría mal por ahí una persona a la cual yo sienta que debería mejorar, no para esa persona en específico sino para mí, para dar lo mejor.

Sujeto 4

EDAD: 15 GRADO: 10

NUCLEO FLIAR: madrastra, medio hermano (14 años), padre (45años)

Comunicación Digital

¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?

Eh!, básicamente para hacer uso manipulación de las redes uso mi dispositivo móvil y para hacer un trabajo más sólido y más limpio con mis actividades académicas, uso un ordenador, puesto que eso me facilita más las cosas.

¿Y estos elementos son de tu propiedad o tú tienes que recurrir a alguien más para que te los preste?

Nooo!! Sii es único, personal. No eso lo desarrollo en el ordenador, ¡eh!, el ordenador lo uso para esas cuestiones y mi dispositivo móvil utilizo las redes y demás aplicaciones de entretenimiento.

¿Cuántas horas dedica al celular al día?

Yo básicamente le doy un aproximado de unas 8 a 9 horas, puesto a que siempre ¡eh...!, incluyo mucho tiempo en mis labores académicas y en lo de las redes sociales, incluyendo esos dos lados, es un aproximado de 8 a 10 horas.

¿Y que varíe el tiempo de uso de qué depende?

Yo diría que, en los fines de semana, pues siempre logra reducirse un poquito, puesto a que comparto de otra manera puesto con mi familia y demás.

¿En los fines de semana ese uso se incrementa o es igual?

Si señora, diría que es mucho y nada a la vez, porque, esa parte vendría siendo mucho para desperdiciar ese tiempo y nada para realizar mis actividades académicas, puesto que siempre son extensas.

¿O sea que a la semana estarías dedicando unas 70 horas a la conectividad, independientemente de que sea para labores académicas o para socializar con las personas que se encuentran en tu entorno?

Noo, siempre trato como de sacar como las tareas primero y después le proporciono las redes sociales, sii señora.

¿No te habías hecho ese cálculo?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Si me percató, ósea cuando ya hay un límite, si me entiende, cuando digamos es el momento de desayunar, almorzar yo sé que hay que parar y seguir con mis actividades académicas o seguir laborar en mis redes sociales y así varían un poco, ya en una hora casual de la tarde, pues básicamente no lo uso un tiempo mucho que digamos, pero si lo suelo usar más en la mañana.

¿En tu casa hay algún tipo de reglas que de pronto restrinja el uso del celular o esas reglas te las pones tú?

Pues! 50/50, eh!, tienen una especie de sistema con el que funciona pues que usamos el teléfono eh, dependiendo como haigamos hecho en el día y a veces uno mismo se restringe, uno dice hasta aquí es y ya.

¿En tu casa tus padres no te ponen límites, te dan libertad para hacer el uso como tú lo crees conveniente?

Eh, si a veces se necesitan límites y a veces no, pues eso es a veces como curioso la verdad.

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?

¡Lo paga eh! mi papá, mi señor padre.

¿En qué lugares usa con más frecuencia el celular/computador?

Lo uso en mis tiempos libres y pues en un lugar muy abierto, como mi habitación o como la sala. No me gusta usarlo en ningún lugar externo, puesto que siempre tengo una especie de angustia o inseguridad.

Pues Angustia a que me pase algo con él, en sí mismo e inseguridad por lo mismo.

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

Eso lo uso muy frecuente, puesto a que como el tema de la pandemia todo cambio como pues con debidamente a las cosas académicas lo mantengo revisando un poquito más seguido de lo usual.

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

Eh! la cuestión principal sería la labor académica y lo otro que, pues tiene un poquito de relevancia que la primera, es la cuestión social, puesto que ahí comparto con mi familia, amigos y demás.

¿Te gusta estar más en casa así no estemos en pandemia?

Eh! no la verdad, la verdad es que me gusta un poquito salir y pues si caminar, charlar, pues siempre se mantiene un poco despejada la mente.

¿Tú te sientes más cómoda comunicándote de esta manera o teniendo contacto físico?

Lo prefiero mejor como esa presencialidad, puesto que la presencialidad tiene más humanidad que la virtualidad.

Eso varía, depende si estoy con una persona de confianza o no y si estoy con una persona que conozco muy poco, pues a veces suelo ser un poco torpe o menos interactivo y cuando ya entro en confianza soy mas interactivo y más extrovertido.

¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?

Si señora, a veces ocurre que estoy muy a veces apegado a la tarea o al video o a la red social que estoy viendo y se me pasa el tiempo y pues a mí se me olvida, cosa que a veces me sorprende.

¿Se te olvidan que tipo de actividades?

Suelen ser muy recurrentes la del oficio o las de labor común.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Qué acciones hacer para mejorar esa situación?

Pues eh! a veces procuro liberarme un poco de esa, como le digo de cotidianidad, trato de hacer otras cosas.

Adolescencia

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

Pues, la verdad parece curioso, pero al parecer en la pandemia yo siempre tiendo a comer mucho, eso es algo que no hacia usualmente y lo más curioso de todo es que yo sigo delgado, tengo una complexión normal y pues a causa de esas comidas pues tuve unas consecuencias a veces siento que se me para el corazón o que los pulmones los siento muy apretados.

¿El comer mucho hace referencia a que manera o frecuencia lo realiza?

Eh! solo que me da constantemente y en porciones no muchas ni pocas pero Si poco usuales para quedar lo suficientemente satisfecho.

¿Sientes que tu ritmo de sueño ha cambiado?

Eh¡, a veces hay días en los que está con el teléfono y constantemente suelo tener un poco más de sueño o a veces puede que como los use más libremente, eh puede que no tenga por comer un poco menos de sueño.

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

pienso que a veces el apetito siento que es un poco más voraz me refiero al término como que se necesita comer un poco más a veces pues no sé si fueran otras personas diferentes no pues yo siento a veces que necesito comer algo más, pero eso.

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año?

Pienso que sí a veces he tendido a caer mucho eh en la desgracia pues académica, pero eso a veces no dejó que aun así me deje tirado en el piso sino que intento como levantarme y seguir haciendo los trabajos.

¿Cuáles son las desgracias académicas?

Es que a veces no suelo cumplir, pues por la misma cuestión de estar muy apegado a las redes que bajan mi rendimiento y pues simplemente no dejo que esos trabajos queden ahí, eh pues con esa nota en blancas, sino que trató de como de darles una nota al menos.

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Eh! siempre tiende distraerse más fácil, pues con la tecnología pues con lo que lo rodea que siempre tiende a estar de cualquier manera.

¿Te distraes entonces por estar pendiente del celular?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Ehí, no usualmente eso, pero sí en cuestiones, cómo explicarlo pues me distraigo no constante pero sí, sí ocasionalmente y pues siempre suelo como de caer en la desgracia de siempre hacer algo tonto ridículo.

¿Qué sería ridículo?

Que suele decir a veces cosas incoherentes o a veces suelo faltarle el respeto a alguien o desquitarme con alguien.

¿Consideras que esa conectividad tan alta que tienes ha generado ruptura Con tu familia o con tus amigos?

Pues en una parte, en una parte pues, a que siempre lleva la tecnología a las personas las tiende a cambiar siempre en el parecer, pero eso para mí no es lo mismo, para mí es la cantidad del consumo que se le da a una persona.

¿Te han llamado a ti la atención por la misma situación?

No, no señora, la verdad siento que eso sería innecesario y si alguien me llama la atención, es pues por otras razones no sería por eso.

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

La verdad quería yo, que eso no me aleja ni mucho ni poco, pero si en cierta manera siempre me mantiene un poco distraído de los demás.

Emociones

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador?

Ehí, Usualmente siento como esa especie de felicidad o una especie de cómo decirlo como esa especie animo que me da al ver cierta cosa o hacer cierta cosa.

¿Tú te sientes más cómoda comunicándote de esta manera o teniendo contacto físico?

Ehí, siempre ver vídeos de contenidos pues que sean de uso para mí, para que me hagan reír, puesto que no todos no tenemos los mismos gustos. ¡sí!, lo segundo sería pues jugar video juegos, eso a mí siempre me puedo levantar el ánimo o no.

Que promedio de las 8 o 9 horas, cuanto tiempo le dedica a los videos juegos?

Eso es un promedio más o menos, como 3 o 4 horas más o menos.

¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?

Ehí, depende la situación, puesto que a veces estoy en una hora académica y cuando se tiende a ir la luz o el internet, suelo a estar un poco desesperado y en cuanto a cuestiones de video o entretenimiento siempre suele estar como un poquito más, ósea me da igual.

En tu casa, por ejemplo, ¿se han presentado problemas?

Pues es que a veces, pues mi hermano y yo solíamos hablar con personas anónimas, pero no. ósea no hablábamos de nada íntimo ni nada eso, siempre estábamos algo así como regañados.

¿Ha habido situaciones que te generen miedo frente al uso de estos dispositivos?

No, no señora la verdad es que yo hace muchos que conozco el mundo del internet y sé cómo funciona y la verdad es que no tengo ningún temor o cierta inseguridad de eso la verdad que como toda delante eso.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Ha habido situaciones que te generen miedo frente al uso de estos dispositivos?

Sí señora y suele ser muy constante en los videojuegos, la verdad sí en los videojuegos; por ejemplo, como los que son online más que todo estos son más siempre que con lo que la gente que la gente es como más, cómo decirlo; como más tóxica en el ámbito, en el ámbito general y siempre suelen tener como pensamientos fuera de lo normal.

¿Qué tipos de pensamientos son los que dice fuera de lo normal?

No sé, pero la verdad yo sí tuve un amigo, que decía que él hacía todo por un juegos y la verdad, pues eso no como muy raro.

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

Eh! no, la verdad es que no, si estamos hablando de un juego de terror, sí a veces sí me produce algo de miedo.

No, la verdad es que yo nunca me he sentido como afectado, pero hubo una vez que sí llegué a sentirme un poco afectado por este término.

¿En qué momento y tiempo ocurrió eso?

En mis principios en los que tuve como esa libertad, en cuanto a dispositivo móvil, En un aproximado de 5 años.

¿Ha habido situaciones le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computado? ¿Cuáles?

Eh! si señora, pues básicamente cuando uno está muy apegado a un videojuego, yo la pasare presentó una persona que siempre sienta como una especie de ansiedad de sentir o jugar otra vez ese juego.

¿Y cómo es esa ansiedad?

Suele ser como o no sé cómo decirlo, suele ser mucho a que lleve a la persona a hacer sus labores temprano y realizar todo lo más rápido posible para realizar ese juego.

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

Eh! sí señora es siempre o a veces intentar quedar bien, tal como especie libertad.

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿Cómo se siente si la respuesta es negativa?

Sí solo, pues a no comúnmente pero sí de vez en cuando revisar pues en las redes sociales y el historial de llamadas.

¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones?

Sí señora, yo dure una vez que hice eso y básicamente no use mi móvil pues por casi 2 o 3 meses fue antes de la pandemia.

¿Cómo te sentiste en ese proceso?

Lo sentí un poco normal, pero necesitaba en muchas ocasiones el teléfono pues para realizar ciertas actividades o básicamente pues a veces para entretenerme.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores? ¿Crees que puede interferir en la vida normal del ser humano?

Pues es muy importante y especial pues saberlo en esta pandemia, puesto a que la pandemia nos obligó a estar siempre conectados con los dispositivos y saber en qué le damos el uso. Lo otro sería pues intentar cómo darle o saber dar administrar un uso a estos dispositivos.

¿Tienes alguna experiencia que nos pueda contar frente al tema de los dispositivos? ¿Algún gusto o disgusto?

En sí algo que me puede llegar a disgustar mucho, es cómo se genera tanta toxicidad y tantas discusiones absurdas, pues en las redes sociales y sus comunidades distintas por ciertos temas que no tienen al final del día ninguna relevancia para nosotros, eso me suele gustar un poco. Lo otro que me suele disgustar es como la gente intenta dar un pago a personas o mujeres para que hagan ciertas cosas pues, ya pues algunos ya conocemos que son esas cosas no hace falta recalcarlas y siento yo que sería eso como muy innecesario y como muy negativo para la sociedad actual.

Sujeto 5

EDAD: 15 GRADO: 9

NUCLEO FLIAR: madre

Comunicación Digital

¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?

Pues, Eh!, es más que todo el celular para ver teems y WhatsApp para el colegio. ¡Sii!

¿Y estos elementos son de tu propiedad o tú tienes que recurrir a alguien más para que te los preste?

Pues solo mío no, porque mi mamá lo coge y pues lo mira, pero osea que sea mío sí. Sii, un computador.

Entre los dos, ¿que utilizan más el celular o el computador?

Pues así para hacer las tareas en el computador y para las clases del celular.

¿Cuántas horas dedica al celular al día?

Pues, Yo me levanto hago mis oficios, digamos de tipo 8 de la mañana empieza a hacer las tareas hasta digamos ahh depende de lo que me demore haciendo la tarea, si la termino a las 11 pues ahí ya suelto el computador y ya, y de vez en cuando pues cuando me dejan el celular pues lo uso para jugar. Sí en el día por ahí 8 horas.

¿En los fines de semana ese uso se incrementa o es igual?

A veces más sí, el computador el fin de semana no lo uso.

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

Ahorita pues no lo estoy usando mucho, pero por ejemplo cuando juego lo uso casi todos los días.

¿Qué tiempo le darías?

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

A no, pues yo reviso, por ejemplo, si a mí me escriben en este momento yo reviso, si yo respondo pues al momento, pero que yo este por ahí cada minuto metiéndome eh, en WhatsApp, en Facebook, noo. Si por ejemplo a mí me llega un mensaje lo respondo.

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

Para jugar, sí, pero se llama brawl stars. Free fire? No, a mí nunca me ha gustado, no señora.

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?

Mmm, no, no tenemos internet propio, propio no, es de la vecina.

¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?

¡No!, pues siempre que digamos al comenzar el día, siempre lo primero que hago es lo deberes y ya después de que hago los deberes, hay si cojo el celular. Sí, a veces sí me ha pasado, pero que así frecuente no, porque siempre hago por ejemplo mis deberes de lo que tengo que hacer primero y ya después de que término digamos mis tareas, mis oficios, ahí sí puedo coger el celular.

¿Semanalmente son 56 horas, a ti, ese tiempo te parece mucho o parece un poco o que te representa esas 56 horas

De asustar, no porque por ejemplo la mayoría del tiempo que estoy en digamos así conectado digamos las 5 horas son en el computador haciendo tareas y pues del resto de la tarde ya juego en el celular, ósea como que no me preocupo porque si estoy haciendo algo productivo, pero las otras 3 horas y digamos son solo jugando.

¿Piensas que de pronto tu tiempo de sueño ha cambiado por estar ahí muy pegado al celular?

No, no señora.

¿A qué horas te acuestas y a qué horas te levantas?

Me acuesto, me acuesto casi siempre como 9:30 o 10 y si por ejemplo es sábado o viernes, como ya el otro día no tengo clase, me quedo viendo televisión digamos tipo 11 -11:30 y me levanto, digamos máximo a las 8, pero hay veces que mi ama me levanta más temprano.

¿Por la situación de la pandemia crees que se ha incrementado el uso del celular?

No, sí por la pandemia porque por ejemplo lo de las clases virtuales las 5 horas que uso el computador, porque usted me está diciendo del celular y yo el computador pues lo del celular sí pues lo de las clases virtuales siempre son como dos horitas y en la tarde, no pues digamos si fueran las clases presenciales, llegaría del colegio haría las tareas ya después que usaría el celular, pero me imagino que serían como las mismas 3 horas que usaría jugando en el celular.

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

No, no señora.

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

No, no señora, yo casi siempre, digamos como a la misma hora, pero en el día no.

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año?

Si, Qué puedo mejorar porque estoy regular.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Hacía en qué sentido, de por ejemplo de estar más con mi familia o..., en de pronto es lo de las tareas sí, pero en lo de la casa no, siempre hago primero lo de la casa y después el celular. a veces me distraigo por ejemplo voy a mirar algo y me quedo ya mucho tiempo ahí en el celular, me distrae.

¿Cómo se siente cuando la persona con la que está hablando es quien usa el celular durante un encuentro personal?

Como Ignorado.

¿Te han llamado a ti la atención por la misma situación?

Mmm, Digamos cuando estoy jugando y llega visita, sí a veces me pongo a jugar y porque digamos así que no le quiera poner atención a la visita o es porque como que no me cae bien o a veces si me distraigo en el celular.

En tu casa, por ejemplo, ¿se han presentado problemas?

No, yo por ejemplo en la tarde salgo a veces hablar con las amigas ahí afuera o sii.

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

Ambas cosas, porque digamos, por ejemplo; cuando hay una persona a distancia pues uno se puede comunicar por ahí, pero a veces por estar en el celular no puede, no sé, lo mismo ahorita uno se distrae y no como que hace sentir ignorada la persona y pues obviamente se va a alejar de uno.

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores? ¿Crees que puede interferir en la vida normal del ser humano?

Que muchas veces se olvidan de si, de socializar con los demás por estar ahí en el celular, que muchas veces se obsesión con las redes sociales y que digamos está en una haciendo algo y siempre es ahí con el celular en la mano.

Emociones

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador?

Distraído, y pues como emocionado al jugar porque uno quiere como siempre ganar. Mmm, no pues lo que yo haga es jugar y hablar por whatsapp. ¿A veces, solo cuando estoy usando el dispositivo?, si el celular o computador cualquiera de los dos cuando estoy hablando o jugando, mirando memes y vídeos.

¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?

Eh¡, pues no igual porque ya no, por ejemplo; el celular lo distrae mucho a uno sí, pues sería como todo lo contrario no tendría como nada que mirar, porque digamos no hay internet, entonces el internet es como, puede entrar al Facebook mirar vídeos, jugar.

A veces ira y pues no sé, pues digamos que cómo ósea no me estresaría, pero por ejemplo si apagan el internet sí.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Con tus amigos y familiares has tenido discusiones porque estés pegado mucho tiempo pegado al celular?

A veces, pocas, con ambas cosas con mi mamá y con amigas, que me despegue del celular, que hable. Me quitan el celular.

¿Ese normal cómo es?

Como le digo, ósea no me pongo, así como, ¡ay devuélvame el celular! No, ósea ya esperar hasta que ella, como que pase todo y ya después me ella decida cuando me va a devolver el celular.

¿Ha habido situaciones que te generen miedo frente al uso de estos dispositivos?

No, no señora. sí señora, a que muchas veces por ejemplo yo hablo con gente y que muchas veces son pedófilos o perfiles en falsos, pues no sé yo veo que la persona es como falsa pues obviamente la eliminé, la bloqueé y ya.

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

Mas cuando lo del paro que miraba como mucha, sí como muchas cosas fea en las redes sociales. Pues nada, seguir mirando porque no podía hacer nada. Por ejemplo Hay el Gobierno viene que digamos los colombianos sepamos qué es lo que en realidad está pasando y pues yo si quería seguir mirando.

¿Ha habido situaciones le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computado? ¿Cuáles?

No, no.

¿Para ti qué es la ansiedad cómo podría representarnos la ansiedad?

Digamos que usted está como que, enseñado a estar en el celular, un ejemplo entonces cuando a usted le quitan en el celular le entra como desespero de querer jugar y querer estar ahí como conectado y que sí.

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

No, Porque mi mamá siempre ha estado aquí en la casa.

¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones?
Cuando me lo quita.

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿Cómo se siente si la respuesta es negativa?

No no señora

¿Tú te sientes más cómoda comunicándote de esta manera o teniendo contacto físico?

En persona, claro obvio.

¿Tienes alguna experiencia que nos pueda contar frente al tema de los dispositivos? ¿Algún gusto o disgusto?

No, no señora.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Sujeto 6

Edad: 15 años Grado: 10

Núcleo familiar: Padre (46 años) Madre (46 años) Hermana (18 años)

Comunicación Digital

¿Qué medio de comunicación utiliza usted para acceder a redes sociales y realizar sus actividades académicas?

El computador portátil y pues mi celular.

¿Cuántas horas dedica al móvil/computador a la semana?

70 horas semanales, pues la verdad uno no se da cuenta no, o sea, yo como pues ahorita tengo mucho que estudiar entonces yo mantengo mucho tiempo en estos aparatos. En el tiempo de pandemia aumento mucho más.

¿Cuántas horas dedica al celular al día?

Pues, yo supondría que por ahí unas 10 horas al día.

¿Prefiere usted la comunicación frente a frente o se le facilita más hacerlo por redes sociales?

Mmm pues para mi es mejor salir, verlos hablarle, pues como en la pandemia uno choco mucho, yo ya estoy aburrida de ver ese celular entonces, eso uno ya quiere verlos carajo, verlos y pues no sé, yo prefiero verlos, no escribirles, me estresa.

¿Cada cuánto revisa el celular para ver correo o novedades?

Mmmm pues a cada ratico (risas)...

¿Cuál es el principal motivo que le lleva a utilizar el celular/computador?

Lo uso únicamente para investigar para estudiar y hacer cosas de mis estudios pienso yo.

¿En qué lugares usa con más frecuencia el celular/computador?

Pues en mi cuarto, si se podría decir, en el cuarto mantengo más metida en eso, hay más privacidad, por ejemplo, si uno va a la sala, empiezan hay haga esto, hay esto y uno ocupado ahí.

¿Quién paga el acceso a internet del celular/computador?

Mmmm pues mis dos papas, ellos dos se ayudan los dos.

¿Le ha ocurrido que abandona sus deberes por pasar tiempo en el celular/computador?

Siiii mucho (risas), pues no sé, a uno le entran como las ganas, la tentación, yo tengo muchos canales a donde me he suscrito en YouTube, entonces me llegan muchos videos, hay salió el programa tal, salió esto salió lo otro ta ta, entonces uno lo ve, entonces uno lo ve y uno como hay yo quiero mirar que es, entonces a veces me embobo mirando se va la hora, y uno aaaah, no he hecho nada.

¿Qué opina del uso excesivo de celulares/computadores?

Eso sí es feo la verdad, yo no me considero adicta realmente, pero si mantengo mucho tiempo al celular y por eso yo uso gafas porque yo me queme la retina de ver tanto el celular por las noches y pues como le digo, pues principalmente para mí, la familia es lo más importante entonces a mí me parece que yo no comparto mucho con ella y pues es importante pues al menos uno dialogar entre ellos conocer que hicieron entre la semana y eso, entonces no me parece bueno que las personas pues se metan ahí todo el tiempo y ni pa la familia tienen tiempo todo es para ese

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

aparato, que se les dañan y se mueren, hay se me murió el corazón, entonces no, no está bien, porque uno anteriormente no ve el celular, y como hacían entonces para todo lo que tenían que hacer que es casi lo mismo que ahorita, entonces no es algo que me parezca bueno, pero yo a veces si lo hago, claro uno tiene que reconocer las cosas.

Adolescente

¿Siente que su salud ha tenido afectaciones a causa del uso excesivo de su celular/computador? ¿Por qué?

Pues principalmente eh... a mí me dieron un celular como en quinto grado, un celular muy pequeñito y yo quería un celular grande y pues yo estaba bien yo no usaba gafas ni nada, no, normal, entonces ya cuando mi mamá dijo bueno es que pues o siempre he sido muy juiciosa y pues yo siempre ocupo los primeros puestos para que ellos me feliciten, para yo sentirme así niña consentida, entonces ellos me dijeron que yo me había esforzado tanto que pues me merecía algo que yo quisiera y yo les dije un celular, entonces me lo compraron y a mi hermanita también, y pues al principio uno todo creído con celular nuevo y yo estaba muy normal, pero me volví muy como de estar mucho tiempo ahí y principalmente yo no lo usaba en el día cuando estaba con mis papás, lo usaba en la noche para ver películas, para hablar por teléfono no sé, pero lo usaba mucho por la noche, entonces eh a mí me empezó a desgastar mucho la vista yo antes pues miraba muy borroso y decía tan raro, pero pues no le puse mucha atención y ya después pues yo si ya no podía ver los letreros, entonces me empezaron a llevar al oftalmólogo, entonces allá me revisaron y me dijeron que no tenía la vista mala, mala, pero me había quemado la retina por usar tanto el celular en las noches porque ese, que es que bota un brillito entonces eso hace que se quemem los ojos, o sea de tanto estar mirando se desgastan, y también me explicaban que digamos la pupila en las noches ella se dilata, se crece, si, y ese brillo la quema también y hace que uno quede como ciego después de tanto uso excesivo no, entonces ya yo ahorita como que solo lo uso en el día entonces me toca estudiar, y ya en la noche a las 8 para afuera, chao, a dormir (risas) yo ya tengo como que mis horarios, por esto mismo y pues ya me quede de por vida así porque me dijeron que tenía que usar las gafas permanentes.

Pues yo la verdad a veces me siento a veces como mal, yo dije no haberme cuidado bien teniendo pues los ojitos sanos y todo, si uno se siente como mal por eso.

¿Piensa que el tiempo de sueño ha cambiado o ha habido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

Uy si, a mí me pasa, me pasa mucho, yo que yo me acuesto por muy temprano las 9, por muy tarde las 11, entonces pues esos horarios no los veo como muy malos como que uy me traspasó, y me levanto como entre las 9 y las 11 del otro día (risas) y siento como que hay me duele la espalda, todo me duele, pero no sé si sea del celular o de estar tanto en el computador así sentado no sé, porque yo si mantengo mucho en el computador portátil.

¿Piensa que el deseo de comer ha tenido variaciones por el uso excesivo del celular/computador? ¿Por qué?

Pues no, en eso no, la comida es sagrada para mí, si no hay comida no hay nada, entonces en eso no, la verdad, yo siempre, siempre he comido demasiado y no, prefiero dejar el celular o el

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

computador a un lado, pero la comida primero, pues como mucho, si me sirven un plato grande me lo como y a las tres o cuatro horas ya tengo hambre.

¿Piensa que ha presentado cambios en su rendimiento académico a lo largo de este año?

También, llore mucho, fue así tan drástico que yo siempre ocupaba entre el primero y el segundo puesto, era de las mejores estudiantes, me ganaba medallas, eh simbolitos de eso eh y toda la cosa, y de un periodo a otro periodo quede casi en el 11, y 12 puesto y con notas muy terribles, así pasaditas y yo decía, pero como, así fue, drástico, drástico y yo no, yo me tengo que poner las pilas, mi mamá como es enfermera pues ella me cuidaba mucho en la alimentación y todo eso, y ya estoy bien.

Como los celulares traen como esas cosas de las baterías, cuando uno los deja cerca de uno a veces le genera muchos dolores de cabeza.

A mí al principio me mataba mucho la cabeza me sentía muy brutica, o sea, nada me guardaba, o sea no me entraba muy buena, el conocimiento como antes y yo como que mmmm...y averigüe por internet, así como yo soy, pues era porque tiene el celular muy cerca y quema las neuronas, entonces pues hace que uno se vuelva más bruto, no pues no hace que se vuelva bruto, pero si le quema las neuronas.

¿Considera que por causa del uso excesivo del celular/computador ha presentado falta de concentración y atención en el desarrollo de sus actividades académicas?

Yo digo que si la verdad, pues porque desde muy chiquita yo he sido muy entregada al colegio he sido muy juiciosa y eso, y como en esos grados que tuve mi gran celular nuevo, eh no se ya no tenía la como esa capacidad de que me entrara todo a la cabecita ahí hacia algo y ya a la media hora se me olvido, y yo como, entonces eso si me afecto pero pues yo no lo vi como algo malo ni que fuera hacerme algo, no sé, el caso fue que yo me empecé a cuidar y pues ya no uso tanto ese celular, solo para lo necesario.

¿Cómo se siente cuando la persona con la que está hablando es quien usa el celular durante un encuentro personal?

Pues como yo soy malgeniada siempre me pongo brava (risas) pues porque como digo, a mí me gusta compartir con la persona ahí, entonces ya deje ese celular, después habla con quien quiere hablar, pero póngame cuidado, yo soy súper de mal genio en ese aspecto y pues si obvio me da mucha rabia, si uno le está hablando que le va a poner cuidado el celular, primero uno, y también respeto eso cosa que si alguien me está hablando pues yo dejo el celular, si dígame, dígame, como dice mi mamá uno hace lo que quiere que le hagan, uno no hace lo que no quiere que le hagan.

¿Considera que la conectividad que mantiene le ha generado rupturas en sus relaciones con amigos, parejas o familiares?

Pues, pues si, pues siendo sincera yo creo que sí, porque pues bueno mis papás como trabajan entonces yo la mayoría del tiempo mantengo aquí, en mi casa solita y pues yo mantengo ahí conectada, entonces cuando ellos llegan yo ni cuenta me doy y solo como que hola papi bendición y ya sigo ahí donde estaba, yo creo que si afecta porque ellos vienen, así como con la emoción de saludarlo a uno o algo y uno ahí.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Piensa que el uso del celular/computador lo acerca o lo aleja de las personas? ¿Por qué?

Pues eso está entre mitad y mitad la verdad, no diría que si ni diría que no, pues porque las personas de distancia ejemplo el coronavirus, pues ese un medio pa comunicarse, pa verlas, pa hablarles, para saber cómo están, para saber cómo siguen de sus cosas bla bla bla, las que están enfermas y todo eso, y a veces también los que están cerca pues no aprovechan ese tiempo de que están cerca y por el trabajo, por el estudio, no aprovechan con su familia, entonces esta entre bien y está entre mal, ayuda a unos y al tiempo daña a unos, entonces no sabría cómo decirle si, no.

Emociones

¿Cómo se siente usted cuando se encuentra conectado o haciendo uso de celular/computador?

Pues, sea lo que sea principalmente yo mantengo es revisando lo de mis correos y eso pues para revisar, entonces a veces me siento como cansada, aburrida, pues porque si es un aparato con el que uno se distrae y todo pero estar solo y mirar eso aburre, a uno le gustaría salir tomarse algo, mirar el paisaje yo que se, entonces a veces yo me siento como cansada y aburrida de estar ahí mirando cosas que como que no me dan frutos, como que no me benefician en nada, entonces si, como hay otras veces que uno ve algo sorprendente algo que jummm y uno pues se siente feliz, sorprendido, emocionado o alegre, por ejemplo cuando yo hablo con amigos importantes así que uno quiere y aprecia mucho que le mandan mensajitos, hay muy bueno días y uno como que, tan lindo, entonces, eso va a depender de lo que uno este mirando no, pero principal principal, pues me siento como aburrida pues porque no me hablo mucho con nadie, entonces lo hago ahí como por rutina.

¿Cómo se siente cuando por algún motivo no puede usar el celular/computador?

He pasado un año sin el celular, si no me acuerdo muy bien que fue lo que paso, pero mis papas me lo quitaron y yo hay devuélvame, devuélvame y nada y nada, y yo como que hay ya me di por vencida, y dije si algo ahí está el computador, si ellos me lo quitaron y ya, y duro casi casi como un año.

Supongamos que me quiten el celular y el computador como pa que me quede sin nada, eh... yo realmente buscaría eh no sé, algo que no tenga nada que ver con la tecnología, y pues eso me distraería la verdad, y pues con las cosas que tengo acá, pues no se lo puedo hacer un ratito con el celular de mi mamá, le pido prestado y ya, eso la verdad no me afecta mucho yo la verdad lo hago porque me toca, no porque me encante, pero pues, me dolería un poquito al principio, me dolería, porque ahh como veo las novelas y todo, pero pues ya después uno como que ya se rinde, ya me lo quitaron.

¿Cómo se siente si pasa mucho tiempo desde la última vez que usó del celular/computador?

Yo no soy adicta en el sentido de que quiero tener el celular todo el tiempo, sino pues yo lo tenía para mis informaciones, mis cosas, mis videos, mis trabajos, porque yo ahí guardaba todos mis trabajos, y pues eso, pero pues como digo yo, no es necesario, sino que uno lo tiene ahí porque toca.

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

¿Tiene discusiones con sus amigos o familiares por el tiempo que dedica al celular/computador? ¿Qué le dicen ellos?

Si, hartísimo, me dicen que yo soy adicta al celular, si ellos me regalan mucho pues porque ellos no son de usarlo, o sea ellos si tienen celular pero no son de usarlo y pues pa que, yo si me considero una persona que si mantengo mucho en el celular, pero no es porque yo quiera realmente, sino pues porque a mí me gusta investigar, que si estoy mirando esto entonces investigo todo, todo, todo, y leo y miro y hago y así se me va el tiempo pero volando, y por eso me dicen que yo soy adicta al celular y si si me han regañado hartito, hasta me castigan a veces pues porque mantengo mucho en el celular, me lo quitan.

He tenido discusiones con mi pareja, aunque soy joven, él se pone molesto porque estoy en línea. Si, si he tenido muchos problemas con el por eso.

Con mis papás si he tenido muchos problemas, demasiados (risas), con ellos si, mejor dicho, hasta me castigan y todo, pues ya ahorita no tanto porque yo ya he reducido mucho eso, pero antes si, huy me castigaban mucho y pues ellos no me decían pues le voy a dar una paliza porque pues yo...yo les decía a ellos eh.. Si me pegan listo, me pegaron ahorita, me duele ahorita pero después ya no me va a doler, o sea ya me da igual si, entonces me decían, entonces la vamos a castigar con algo que, si le duele, entonces digamos sí, yo estaba mucho en el computador me quitaban el computador, esos eran los castigos de ellos.

¿Ha habido situaciones que le generan miedo en relación con el uso de los dispositivos móviles? ¿Cuáles?

Pues sí, en ocasiones eso de ejemplo las redes sociales, que uno a veces como que uno uy no, como que no sé, como que le roban las cuentas en el aspecto de que duplican, o sea si yo tengo una cuenta, hay otra igual con la misma foto y eso y uno entonces a uno le da como nervios de que lo hagan pasar por uno, lo metan por ahí en problemas no sé, que la gente mira la foto y dice aah es tal persona pero no saben quién es el que maneja esa cosa, eso a mí me da como susto a veces y también a veces soy como muy nerviosa en el sentido de abrir en otro lado pues mis cuentas, entonces tengo que ver algo y no tengo mi celular ni mi computador pues uno lo abre en otro lado, pero con esos nervios de que hay que tal se quede ahí guardado, me revisen, me vean mi información privada, no sé, esos son los nervios ahí con eso, o también puede ser que yo deje el celular y me revisen mi celular, o sea uno se queda como ah, no me lo revisen no sean chismosos, pues esos serian como mis miedos, que revisen cosas que no deben revisar.

¿Durante el tiempo que ha pasado conectado a su celular/computador, se han presentado situaciones que le hagan sentir tristeza o algún sentimiento negativo? ¿Cuáles?

Pues principalmente cuando yo estoy escuchando música, eh que uno está escuchando algo relajado y eso que pasan músicas que a uno le dedican o canciones de personas que uno con esa canción se recuerda a esa persona y eso, pues si uno se pone como sentimental, yo me considero una persona muy sentimental, muy sentimental, a mi todo, o sea pobrecito, o sea soy de muchos sentimientos, me enoja por una bobada, me entristece cualquier cosa, me aburre algo que tenga siempre ahí, todo o sea soy muy rara, pero si, en eso de la música si me pone triste o a veces como yo tengo los correos, entonces yo reviso correos de personas como que no se habla,

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

mensajes que uno ya como que perdieron comunicación con uno, no hay tan chévere cuando uno hablaba con esa persona, pero de resto no.

¿Ha habido situaciones le generan ansiedad en relación con el uso del celular/computado? ¿Cuáles?

Ansiedad sí, yo hace como unos cuatro meses atrás estaba esperando como una notificación para lo de la matrícula, entonces dure como dos horas pegadas al computador esperando así y miraba cualquier cosa y miraba el correo y hay no, y miraba el correo y nada y yo ayyy no no no, y si con un estrés al tiempo, pero estaba esperando hasta que llegue.

¿Miente a su familia o amigos sobre las horas que dedica al móvil? ¿Si miente cuál es la razón?

Pues no, yo siempre he sido como muy realista en eso, o sea yo soy muy sincera, si duro cinco horas pues sí, mami dure este tiempo hice esto, hice esto y ahí están las cinco horas, yo soy muy sincera, de mentir en ese aspecto no.

¿Consulta con frecuencia el móvil por si le ha llamado o escrito alguien? ¿Cómo se siente si la respuesta es negativa?

Con frecuencia, ahorita sí, pues como hasta ahorita estamos empezando lo presencial entonces una semana presencial y otra virtual, entonces que le informan hoy chicos las clases a tal hora, entonces uno tiene que está revisando porque si no pierde las clases y se saca mala nota y es mirar el correo, mirar el correo que le enviaron algo al correo y uno no revisa entonces pues si me toca revisar cada rato, estar ahí mirando el celular.

¿Alguna vez has intentado dejar de usar el móvil y no lo ha conseguido? ¿En qué ocasiones?

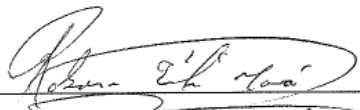
Pues sí, yo en ese tiempo que mis papas me castigaron para no usar el celular, me lo quitaron, yo dije no, si no lo tengo pa que voy a buscar si no tengo el celular, pa que voy a buscar el celular, pa que, entonces como que en ese tiempo hay me sentí libre, nadie me llamaba, nadie me molestaba, si me necesitaban venían hasta acá y me buscaban y se sentía muy bien, entonces como ese sería el transcurso que yo hice como para usar nada porque realmente no use el computador ni nada, si me necesitaban a mi mama llamaban y le preguntaban y mi mami hija dijeron esto le dijeron esto y yo ahh mami esto, esto...pero ya el resto, me hice es como esa meta, por eso me devolvieron el celular.

Anexo H. Consentimiento Informado Institucional Firmado

CONSENTIMIENTO INFORMADO INSTITUCIONAL FIRMADO

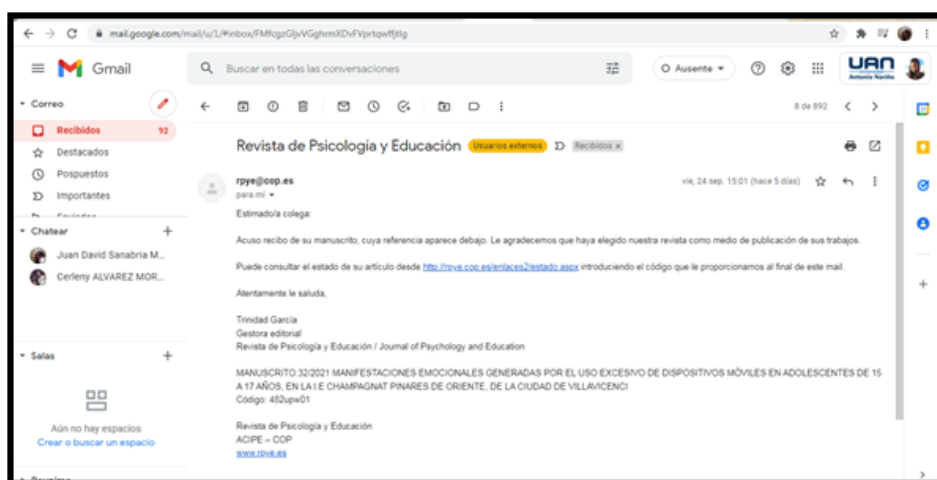
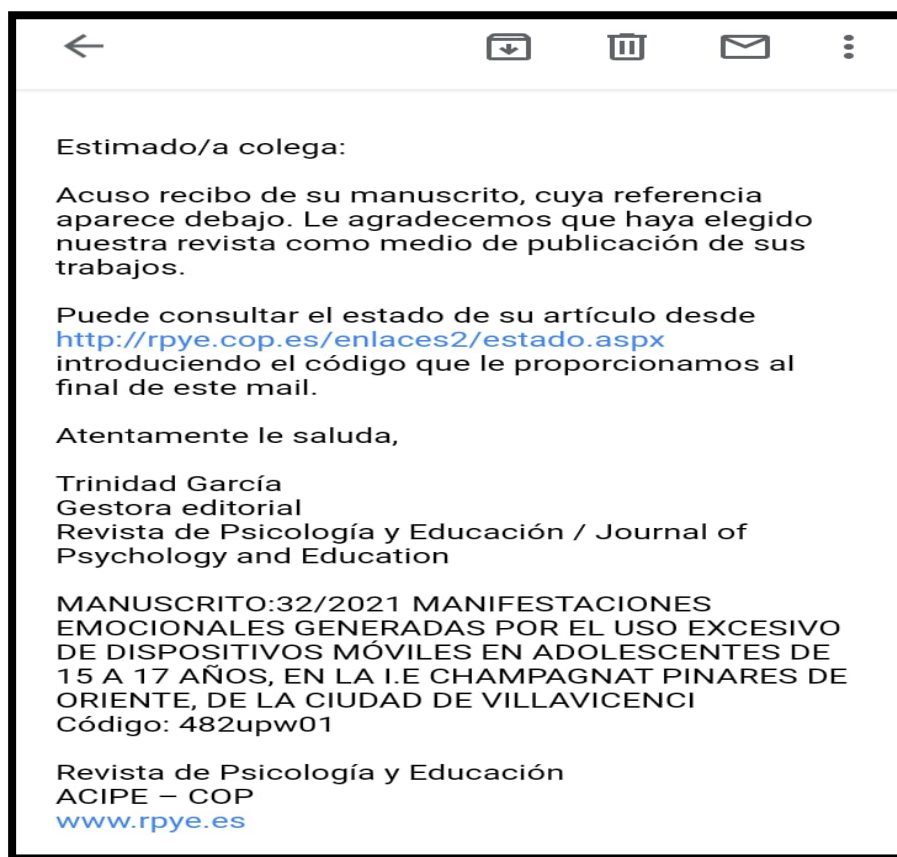
CONSENTIMIENTO INFORMADO INSTITUCIONAL

Yo, Robinson E. Roca identificado con cédula de ciudadanía
No. 77757965 expedida en la ciudad de Medellín, en calidad
de rector de la IE Champagnat Pinares de Oriente, he leído y comprendido la
información anterior y mis preguntas han sido respondidas de forma satisfactoria.
He sido informado y entiendo que los datos obtenidos en el estudio pueden ser
publicados o difundidos con fines científicos. Acepto la participación de la Institución
a la cual represento en el presente estudio. Si es mi deseo recibiré una copia firmada
y fechada de la investigación realizada.

Firma: 
Nombres y Apellidos Completos Robinson Emilio Roca Roca
No. de documento de identidad C.C. 77757965
Nombre de la IE. Champagnat Pinares de Oriente
Nit 860006744-9
Número (s) telefónico de contacto 376 523 6955
Dirección: calle 67 sur cru 47 Barrio: ciudad porfiria
Correo institucional rectoria.chp@fmsnor.org

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Anexo I. Postulación Del Artículo



Anexo J. Resumen analítico de investigación - RAI

Tema: Manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes.

1. Información General	
Tipo de documento	RAI
Acceso al documento	Corporación Universitaria Iberoamericana
Título del documento	Manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años, en la I.E Champagnat pinares de oriente, de la ciudad de Villavicencio.
Autores	Claudia Patricia Rodríguez Espinosa & Socorro del Carmen Guaramá Otero
Asesor	Ronald Javier Salamanca Ramos
Palabras Claves	Adolescencia, comunicación digital, emociones, uso excesivo.
2. Descripción	
La presente investigación, surge a partir de la necesidad de identificar las alteraciones emocionales suscitadas por la alta exposición a dispositivos informáticos que han afectado a la población adolescente, por ello, se ha planteado el objetivo de comprender las manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años en la I.E Champagnat Pinares de Oriente de la ciudad de Villavicencio. En aras de brindar un soporte teórico que sustente y de respuesta al objetivo planteado, se ha recurrido en primera estancia a la <i>teoría ecológica del desarrollo humano</i>, planteada por el psicólogo ruso Urie Bronfenbrenner, desde donde se analiza como los cambios presentados en el entorno del adolescente, influyen directamente en su desarrollo personal. Por otra parte, desde la perspectiva filosófica de Byung Chul Han, creador la <i>teoría del enjambre digital</i>, se toma como base la idea de cómo la revolución digital, ha tenido una injerencia directa en las formas en como el individuo se interrelaciona y se comunica en la actualidad, donde se tiene una relación casi obsesiva y coactiva con el aparato digital, que, para el caso del adolescente, ha generado manifestaciones emocionales negativas que han afectado su salud física y mental. Perspectivas teóricas que, para efectos de esta investigación se han problematizado desde la reflexión del cómo la actual crisis sanitaria ha obligado al ser humano a aislarse físicamente de los entornos más próximos y a sumergirse en el mundo digital. El diseño de investigación se construyó desde el enfoque cualitativo, seleccionando una muestra a conveniencia de 6 adolescentes entre 15 y 17 años de los grados 9 y 10 de secundaria, quienes con anterioridad evidenciaron tendencias al uso excesivo de dispositivos informáticos, motivo por el cual fueron remitidos al área de orientación escolar en la IE Champagnat Pinares de Oriente del sector de Porfía de la ciudad de Villavicencio. Por otra parte, para la recolección de información se empleó la técnica de la entrevista semiestructurada, compuesta por 28 preguntas orientadoras, elaboradas de acuerdo a la codificación preestablecida y dando relevancia a las características y significados propios de los entrevistados.	

3. Fuentes

Aguirre, L. (2011). Introducción al análisis de redes sociales. Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <https://www.ciepp.org.ar/images/ciepp/docstrabajo/doc%2082.pdf>

Alcaldía de Villavicencio. (Marzo 2021). Recuperado de <http://www.villavicencio.gov.co/MiMunicipio/Paginas/Informacion-del-Municipio.aspx>

Bautista C., N. P. (2011). Proceso de la investigación cualitativa. Epistemología, metodología y aplicaciones (capítulos 1 al 8). Recuperado de

<http://www.ebooks7-24.com.iberobasesdedatosezproxy.com/?il=1063>

Bronfenbrenner, U. (1987). La ecología del desarrollo humano. Cognición y desarrollo humano. Barcelona, Ediciones Paidós.

Calicicchio, S. (2020). Introducción a La Psicología de las Emociones. *Desde Darwin a la neurociencia lo que son las emociones y cómo funcionan*. Recuperado de

<https://books.google.com.co/books?id=pfrnDwAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=darwin+las+emociones&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwjC98eJpL3vAhVxuVkKHYrFDgkQuwUwAXoECAUQBw#v=onepage&q=darwin%20las%20emociones&f=false>

Corte constitucional, sentencia T-260 de 2012. Recuperado de

https://www.icbf.gov.co/cargues/avance/docs/t-260_1912.htm

Cevera, D. (mayo 2013). Reseña histórica del barrio ciudad Porfía. *Club Ensayos*. Recuperado de

<https://www.clubensayos.com/Tecnolog%C3%ADa/RESE%C3%91A-HISTORICA-DEL-BARRIO-CIUDAD-PORFIA/814040.html#:~:text=Durante%20los%20primeros%20a%C3%B1os%20ciudad,ni%20es%20ajeno%20a%20esto>

Chul Han, B. (2014). *En el enjambre*. 1a ed. digital. Barcelona

Constitución Política de Colombia. (1991). Recuperado de

<https://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>

Corporación Universitaria Iberoamericana. (2015). Ficha técnica informe final proyectos particulares y proyectos semilleros de investigación. Recuperado de la base de datos E-libro.

Periódico el mundo (2019). Byung-Chul Han: "El ocio se ha convertido en un insufrible no hacer nada" 19 de febrero de 2019. Recuperado de: <https://www.elmundo.es/papel/lideres/2019/02/12/5c61612721efa007428b45b0.html>

Feldman, R. (2007). Desarrollo psicológico a través de la vida. Cuarta edición. México. Recuperado de

https://www.academia.edu/36209711/Desarrollo_Psicologico_a_traves_de_la_vida

Fernández, E. & Jiménez, M. (2010). Psicología de la emoción. Editorial Universitaria Ramón Areces. Madrid. Recuperado de

<https://www.cerasa.es/media/areces/files/book-attachment-2986.pdf>

Flora C. (2018, abril). *Investigación y ciencia*. ¿Está embotando el móvil el cerebro de los adolescentes? Recuperado de

<https://www.investigacionyciencia.es/revistas/investigacion-y-ciencia/los-primeros-agujeros-negros-733/est-embotando-el-mvil-el-cerebro-de-los-adolescentes-16236>

Fuentes Fuentes, Luz Stella, & Pérez Castro, Libia María (2015). Los videojuegos y sus efectos en escolares de Sincelejo, Sucre (Colombia). *Opción*, 31(6),318-328. [fecha

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

de Consulta 27 de junio de 2021]. ISSN: 1012-1587. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=31045571020>

Gobierno de Colombia. (2020). *Acciones tomadas por el gobierno. Instituciones educativas*. 15 de marzo de 2020. Recuperado de <https://coronaviruscolombia.gov.co/Covid19/acciones/acciones-de-educacion.html>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2006). Capítulo 1. Similitudes y diferencias entre los enfoques cuantitativo y cualitativo. En Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P., *Metodología de la investigación*. 4a ed. (pp. 3-29). Recuperado de <http://www.ebooks7-24.com.ibero.basesdedatosezproxy.com/?il=6443>

Labrador Encinas, Francisco Javier, & Villadangos González, Silvia María (2010). Menores y nuevas tecnologías: conductas indicadoras de posible problema de adicción. *Psicothema*, 22(2), 180-188. [Fecha de Consulta 26 de junio de 2021]. ISSN: 0214-9915. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72712496002>

Mestre, J. & Guil, R. (2012). *La regulación de las emociones. Una vía a la adaptación personal y social*. Ediciones pirámide. Madrid. Recuperado de: https://www.academia.edu/38725067/La_regulaci%C3%B3n_de_las_emociones

Organización Mundial de la Salud OMS. (2020, septiembre). *Salud mental del adolescente* Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

Ministerio de Salud de Colombia (2021). Normatividad. Resolución 8430 de 1993. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/RESOLUCION%208430%20DE%201993.pdf

Monje, C. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica. Universidad Sur colombiana. Neiva. Recuperado de

<https://docs.google.com/viewer?a=v&pid=sites&srcid=ZGVmYXVsdGRvbWFpbnpbnZlc2l0aWN8Z3g6NmMxYzcxOTFjOWRkYjkxYw>

Monpó, M. (2018). *La importancia del uso responsable del móvil en adolescentes*. Quieronsalud. Blog Materno infantil de los Hospitales Quirónsalud Murcia y Valencia. 26 de septiembre de 2018. Recuperado de:

<https://www.quironsalud.es/blogs/es/aventura-madre/importancia-uso-responsable-movil-adolescentes>

Olivencia-Carrión, M. A., Pérez-Marfil, M. N., Ramos-Revelles, M. B., López-Torrecillas, F. (2016). Personalidad y su relación con el uso versus abuso del teléfono móvil [Relation personality to mobile phone use and abuse]. *Acción Psicológica*, 13(1), 109-118. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.5944/ap.13.1.17427>

Otzen, Tamara, & Manterola, Carlos. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. Recuperado de <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

Pallarés, M. (2013). Emociones y sentimientos. Dónde se forman y como se conforman. Editorial Marge books. Primera edición. Recuperado de

<https://books.google.com.co/books?id=vP5qbPfWp88C&printsec=frontcover&dq=emociones+psicolog%C3%ADa&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiv1afehc7vAhXFpFkKHVHJC1sQ6AEwAHoECAQQA#v=onepage&q&f=false>

Peñuela Epalza, Martha, & Paternina Del Río, Juan, & Moreno Santiago, Diana, & Camacho Pérez, Laura, & Acosta Barrios, Laura, & De León De León, Laura (2014). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 30(3), 335-346. [Fecha de Consulta 26 de junio de 2021]. ISSN: 0120-5552. Recuperado de

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=81737153008>

República de Colombia. Ley 1098 de 2006. Código de infancia y adolescencia.

Recuperado de

<https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2006/4609.pdf>

Salvat, G. & Serrano, V. (2011). La revolución digital y la sociedad de la información. España. Recuperado de

<https://books.google.com.co/books?id=EqkmWOV5QbAC&printsec=frontcover&dq=que+es+la+comunicacion++digital+definicion+pdf&hl=es&sa=X&ved=2ahUKEwiX9oKg79XvAhUjwFkKHSr3CkEQ6AEwB3oECAGQAg#v=onepage&q=que%20es%20la%20comunicacion%20%20digital%20definicion%20pdf&f=false>

Serrano, J. (2013). *Vidas conectadas: tecnología digital, interacción social e identidad. Historia y comunicación social*. Vol. 18. España. Recuperado de <https://revistas.ucm.es/HICS/article/download>

Turtulici, R.(2015). *Investigación en ciencias sociales en el siglo XXI*. Investigación Histórico-Hermenéutico. Recuperado de

<https://sites.google.com/site/investigacioncsociales/investigacion-empirico-analitica-1>

Tambo Solaque Carlos & Becerra Derly (2014). Motivaciones extrínsecas del uso del Teléfono Móvil en hombres y mujeres jóvenes de la Facultad de Derecho de la Universidad Cooperativa de Colombia, sede Villavicencio. Facultad de Psicología. [fecha de Consulta 27 de junio de 2021]. Recuperado de

https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/5239/1/2014_motivaciones_extr_insecas_uso.pdf

4. Contenidos

Este trabajo investigativo denominado, *Manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años, en la I.E Champagnat pinares de oriente, de la ciudad de Villavicencio*, cuenta con unos contenidos estructurados y organizados de la siguiente manera:

Capítulo I: Descripción general del proyecto. Donde se presenta el planteamiento del problema de investigación, el abordaje de los objetivos propuestos y la justificación, donde se sustenta básicamente el porqué de la importancia del fenómeno a investigarse y define la estructura central de esta propuesta investigativa.

Capítulo II: Marco de referencia. Contenido por el estado del arte, fundamentado en estudios realizados a nivel nacional e internacional, donde encontramos acercamientos al tema de investigación planteado. Posterior a esto, el lector podrá encontrar dos importantes teorías: la *Ecología del desarrollo humano*, planteada por el psicólogo Urie Bronfenbrenner y la teoría del *Enjambre digital*, propuesta por el filósofo coreano Byung Chul Han. Teorías que soportaran los planteamientos propuestos en el desarrollo de esta investigación.

Por otra parte, se encontrará el marco conceptual, el cual brinda un abanico de conceptos importantes alrededor de la temática abordada, que servirán de apoyo para contextualizar y comprender de una mejor manera el desarrollo de la presente investigación.

Finamente, se presenta el marco legal desde donde se aborda la normatividad pertinente que soportará legalmente el fenómeno abordado y para garantizar los derechos de los adolescentes, en quienes se basa esta investigación.

Capítulo III: Marco metodológico. Capítulo contenido por los mecanismos utilizados para el análisis del fenómeno estudiado, el cual parte desde el *enfoque cualitativo* desarrollado en diferentes fases y acompañado por un análisis *hermenéutico*, desde el cual se describe de una manera apropiada el fenómeno abordado.

Finalmente se presenta la población y muestra seleccionada, compuesta por 6 adolescentes entre los 15 y 17 años, estudiantes de los grados 9 y 10 de secundaria de la IE Champagnat Pinares de Oriente del sector de Porfía, de la ciudad de Villavicencio, quienes se eligieron mediante el muestreo por conveniencia, dado a sus tendencias al uso excesivo de dispositivos informáticos. Población a la cual se aplicó la técnica de entrevista semiestructurada para la recolección de información.

Capítulo IV: Marco de análisis. Inicialmente se encontrará la codificación axial abierta por categorías, para clasificar de un mejor modo la información. Posteriormente se presenta los resultados obtenidos, mediante el análisis de la información proporcionada por parte de los participantes en la presente investigación, análisis fundamentado en la teoría de la ecología del desarrollo humano y el enjambre digital.

Finalmente, se presentan las conclusiones y recomendaciones surgidas a raíz de la investigación propuesta en torno a, *Manifestaciones emocionales generadas por el uso excesivo de dispositivos móviles en adolescentes de 15 a 17 años, en la I.E Champagnat pinares de oriente, de la ciudad de Villavicencio.*

5. Metodología

Esta investigación se llevó a cabo teniendo en cuenta el enfoque *Cualitativo*, en tanto hace registros narrativos de los fenómenos, trabaja con el discurso de la gente, es decir, la

comunicación verbal y no verbal y los estudia mediante técnicas como la observación participante, entrevistas no estructuradas, entre otras, que difieren en sus objetivos del método cuantificable. [...] La investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su sistema de relaciones, su estructura dinámica. (Bautista, 2011, pg. 16, 17).

Instrumento de recolección de información: se empleó la técnica de la *entrevista semiestructurada* la cual se consideró pertinente al fenómeno estudiado. Este tipo de entrevista, según Hernández, Fernández & Bautista (2006), se basa en una guía asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información (p. 449). Teniendo en cuenta la situación de pandemia, las entrevistas se realizaron haciendo uso de la plataforma digital Teams, mediante video llamadas en encuentros sincrónicos, que se pactaron con la población objeto de estudio, luego de contar con el consentimiento informado debidamente diligenciado y firmado, bajo los lineamientos de la resolución 8430 de 1993.

Tipo de análisis: seleccionado para el desarrollo de esta investigación fue el *Hermenéutico*, comprendiendo la hermenéutica como “un intento de describir y estudiar fenómenos humanos significativos de manera cuidadosa y detallada, tan libre como sea posible de supuestos teóricos previos, basada en cambio en la comprensión práctica.” Turtulici. R. (2015).

Población: En Colombia se encuentra la ciudad de Villavicencio, capital del departamento del Meta, donde se ubica el barrio La Porfía, localizado en la comuna 8 de la capital del llano, donde se ha llevado a cabo el presente estudio. En el sector de Porfía, se encuentran ubicados 2 mega-colegio. Uno de ellos corresponde a la IE Champagnat Pinares de Oriente, la que tiene una capacidad de atención para 1400 estudiantes de transición a grado 11, en edades entre 5 y 18 años. El servicio es prestado en el modelo de jornada única presencial, bajo concesión con El Estado. Durante el tiempo de pandemia, las actividades académicas de la IE se realizaron bajo la propuesta de estudio llamada Champagnat Aprende en Casa, empleando la plataforma Teams con encuentros de tutorías sincrónicas virtuales y el desarrollo de talleres como estrategia de enseñanza no presencial. Lo que implica el acceso a dispositivos móviles como celulares tipo Smartphone o PC, por parte de los estudiantes, para poder acceder a la educación.

Muestra: el tipo de muestra seleccionado para esta investigación es no probabilístico, como lo describen Tamara Otzen & Carlos Manterola (2017) la selección de los sujetos a estudio dependerá de ciertas características o criterios que los investigadores consideren en ese momento. La muestra tomada para este caso fueron 6 estudiantes de la IE Champagnat Pinares de Oriente del sector de Porfía de la ciudad de Villavicencio, quienes se eligieron mediante el muestreo por conveniencia, donde se permite seleccionar aquellos casos accesibles y próximos que acepten ser incluidos (Tamara Otzen & Carlos Manterola, 2017). Se trata de estudiantes que mostraron tendencias al uso excesivo de dispositivos informáticos y que fueron reportados ante el área de orientación psicológica institucional, por presentar esta tendencia. Los Criterios de selección de la muestra establecidos fueron:

- **Etapas del desarrollo:** Adolescencia
- **Edad:** entre los 15 y 17 años
- **Género:** masculino y femenino
- **Escolaridad:** grados novenos y decimos
- **Estrato social:** 1 y 2
- **Área psicosocial:** estudiantes reportados en psicorientación escolar.

De acuerdo a estas características poblacionales, en la IE seleccionada se encontraron los criterios elegidos. De tal modo que esta población generó interés con el problema de investigación propuesto.

6. Conclusiones

Esta investigación permitió encontrar en los relatos de los adolescentes, diferentes manifestaciones emocionales producto del uso excesivo de dispositivos móviles. Fenómeno que ha venido presentándose, dado a las actuales condiciones de aislamiento, ocasionados por la actual pandemia generada por el COVID-19, donde la población adolescente, ha perdido contacto directo con las personas de los entornos más próximos en los que usualmente interactuaba y el contacto directo con las realidades vivenciales de los diferentes contextos, que son tan importantes para lograr un oportuno desarrollo integral, en concordancia con la etapa evolutiva en la cual se encuentran.

La conectividad ha alcanzado un nivel tan alto, que ha generado brechas en la interacción con su entorno más próximo, la familia, es decir que, los medios digitales cada vez más, se encuentran alejándonos del otro. En pocas palabras, el adolescente se haya tan sumergido en el mundo imaginario, que ha logrado despojarse del mundo real, de modo que se ha suscitado una compulsividad por la comunicación digital, la cual se encuentra interconectada con las alteraciones emocionales del adolescente en particular.

Es preciso perfilar los dispositivos móviles, como el medio de comunicación más común utilizado por los adolescentes, para generar interacción con otras personas, buscar entretenimiento y cumplir con sus deberes académicos, de modo que, esta población se ha visto impulsada a incrementar su uso, convirtiéndose en un elemento indispensable en su vida, por el cual se ha generado una alta dependencia y compulsividad debido a su uso desmesurado. Desde ahí, se desprenden las dificultades en procesos psicológicos básicos como la atención y concentración en otras actividades, como por ejemplo en las académicas, que han llevado a la gran mayoría a presentar un bajo desempeño académico. Situación que ha desencadenado repercusiones en el área emocional, produciendo frustración, tristeza, ansiedad, nerviosismo, dado a la continua adherencia a los medios digitales, lo cual se encuentra ligado directamente con el *síndrome de la fatiga por información*.

Este estudio demuestra que, la adherencia a los medios digitales, ha producido un deterioro en la calidad de vida del adolescente, teniendo en cuenta que se han presentado

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

comorbilidades con diferentes patologías, en concreto: insomnio, afectaciones oculares, ansiedad, desórdenes alimenticios y la generación de conductas como la adicción, sedentarismo, agresividad y aislamiento.

Emociones negativas como el miedo, se encuentran asociadas a la compulsividad de la conexión digital, suscitadas por llegar a una dependencia absoluta del teléfono móvil y por otro lado, se encuentra la ansiedad que genera retornar a escenarios que impliquen interacción física, temores generados por retomar el contacto con sus entornos próximos, que impliquen un desprendimiento de ese mundo imaginario en el que han permanecido durante prolongados periodos de tiempo.

Finalmente, la ausencia de autocontrol frente al uso excesivo de dispositivos móviles, desencadenan estados de tristeza producidos por la sensación de fracaso personal ante la imposibilidad de dosificar la conducta compulsiva, que ha llevado al adolescente a tener fracasos en el ámbito académico e interpersonal. Las conductas adictivas, son desencadenantes de episodios de ansiedad que bloquean la respuesta efectiva del adolescente frente a sus labores escolares y sociales.

Elaborado por:	Claudia Patricia Rodríguez Higuera, Socorro del Carmen Guaramá Otero.						
Revisado por:							
Fecha de elaboración del resumen	10	10	2021	Fecha de aprobación:			

Manifestaciones Emocionales Generadas por el Uso Excesivo de Dispositivos Móviles

Anexo K. Link de acceso al Video de sustentación del informe final de grado

Socialización trabajo de grado



The screenshot shows a video presentation slide from IBERO. The slide is titled "Análisis de resultados" and "Desarrollo Adolescente". It contains text about the deterioration in quality of life and comorbidity with various pathologies. It lists three subjects with their statements: Subject 1: "muchas veces no dormía", Subject 2: "Me levanto cansado o también a veces por estar tanto tiempo en el teléfono me duelen los ojos", and Subject 6: "me había quemado la retina por usar tanto el celular en las noches...". The slide also features the IBERO logo, a "CORTADO ANHEA" stamp, and the website "ibero.edu.co". On the right side, there is a vertical sidebar with four small video feeds of participants.

<https://www.youtube.com/watch?v=xQnzgaeKrSY>