

Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua, León

Área De Conocimiento de Ciencias Médicas

Área de Conocimiento Específica de Enfermería



Monografía para optar al título de Licenciada/o en Ciencias de la Enfermería

Título: Factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de nomofobia en estudiantes
de secundaria del occidente de Nicaragua

Autores:

Br. Julieta Guadalupe Whitford Rodríguez. 19-02793-0

Br. Kimberly Lugeris Rugama García. 19-01750-0

Br. Laura Alicia Pantoja Calero. 20-02872-0

Tutora: MSc. Dulce María Oviedo.

León, 15 octubre 2025

www.unanleon.edu.ni

2025: 46/19 ¡Siempre más allá, Seguimos Avanzando en la Revolución!



Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua, León

Área De Conocimiento de Ciencias Médicas

Área de Conocimiento Específica de Enfermería



Monografía para optar al título de Licenciada/o en Ciencias de la Enfermería

Título: Factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de nomofobia en estudiantes

de secundaria del occidente de Nicaragua

Autores:

Br. Julieta Guadalupe Whitford Rodríguez. 19-02793-0

Br. Kimberly Lugeris Rugama García. 19-01750-0

Br. Laura Alicia Pantoja Calero. 20-02872-0

Tutora: MSc. Dulce María Oviedo.

León, 15 octubre 2025

www.unanleon.edu.ni

2025: 46/19 ¡Siempre más allá, Seguimos Avanzando en la Revolución!



Carta de aprobación de tutoría

León

Lic. Jennifer Gabriela Flores

Directora del área de conocimiento específica enfermería

Estimada Lic. Flores

Por este medio informo a usted que después de haber evaluado y revisado el informe final de investigación con título "**Factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de Nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua**".

Realizada por las bachilleras:

Br. Julieta Guadalupe Whitford Rodríguez Carnet 19-02793-0

Br. Kimberly Lugeris Rugama García. Carnet 19-01750-0

Br. Laura Alicia Pantoja Calero. Carnet 20-02872-0

Considero han realizado las correcciones pertinentes del informe final de investigación descriptiva, por lo que se aprueba por parte de su tutor, ya que cumple los requisitos científicos y metodológicos.

La línea de investigación: salud pública, enfermedades crónicas e infecciosas, con línea de investigación 1.9. comportamiento humano y salud mental. **Aprobado por el DIP 0311 - 2024**

Sin más a que referir, le saludo.

Lic. Dulce María Oviedo Martínez MSc

Docente de enfermería.

Agradecimiento

Con infinita gratitud a Dios y a la Virgen María por ser nuestros guías a lo largo de este arduo pero gratificante camino.

A nuestros padres por su inalcanzable apoyo y aliento que nos han permitido crecer y prosperar, por sus sacrificios y dedicación, por ser nuestros pilares fundamentales en nuestra vida, este logro no es solamente nuestro, sino también de ustedes esta tesis lleva grabado su nombre en cada página.

A nuestros profesores que formaron parte de este proceso que nos brindaron sus conocimiento y enseñanzas y en cada práctica guiándonos de la mano.

A nuestros amigos cercanos gracias de corazón por a ver estado a nuestro lado brindando su cariño y amor sincero no solo los llevaremos en los recuerdos si no también en nuestros corazones.

Por último, pero no menos importante a nuestra asesora de Tesis Licenciada Dulce Oviedo que nos ayudó siempre de principio a fin, por su buen humor en momentos difíciles por siempre tener la paciencia y brindarnos conocimiento para poder concluir con este Proyecto.

Kimberly Lugeris Rugama García
Julieta Guadalupe Whitford Rodríguez
Laura Alicia Pantoja Calero.

Dedicatoria

A Dios y la Virgen por darme el conocimiento y resilecia en cada paso de este camino académico. A mis padres que vinieron sin nada y me dieron todo por cada sacrificio echo por ustedes, por cada concejo y apoyo por ser mi pilar esta tesis lleva impresa la huella de su esfuerzo de sus sueños y de su fe en mi este logro es tan suyo como mío (Roberto Whitford, Julieta Rodríguez.)

A mis hermanos por acompañarme y estar presente de principio a fin por su apoyo incondicional y motivación y confianza.

A mi familia por el amor incondicional y siempre estar presente y a los que desde el cielo nunca nos dejan.

Julieta Guadalupe Whitford Rodríguez.

Primeramente, a Dios por ser quien ilumino mi camino, a mi familia por el esfuerzo y apoyo a lo largo de mi camino lacia el profesionalismo; que no fue para nada fácil, con muchos obstáculos e inconvenientes que en su tiempo me hicieron perder la fe y perder el animo de luchar por lo que hoy esta terminado. Todo esto es gracias a Dios y a las personas que me dieron palabras de ánimos para no dejarme decaer.

Laura Alicia Pantoja Calero.

A Dios por darme la vida y la sabiduría para poder concluir con nuestra carrera y ser este momento tan importante de nuestra vida, a mis padres por siempre brindarme el apoyo incondicional en cada paso y darme la confianza durante este trayecto de mi vida poder concluir este sueño y meta. Este triunfo no es solo mío si no de ustedes que formaron parte de todo este camino.

Kimberly Lugeris Rugama García.

Resumen

La nomofobia es un fenómeno emergente caracterizado por la ansiedad o angustia ante la imposibilidad de utilizar el teléfono móvil. Aunque no está reconocida como una patología, diversos estudios han señalado su impacto en la salud mental y las dinámicas sociales, especialmente en adolescentes y jóvenes.

Este estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre los factores familiares y psicológicos con el desarrollo de la nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua. Se diseñó como un estudio epidemiológico, analítico de casos y controles, con un universo de 304 participantes. La recolección de datos se realizó mediante encuestas estructuradas en línea y pruebas psicométricas validadas.

Se aplicó el Test de Nomofobia para evaluar la dependencia al dispositivo móvil, el Test de APGAR familiar para analizar los factores familiares y los Test de Ansiedad, Estrés y Autoestima para evaluar los factores psicológicos. El análisis estadístico se llevó a cabo con el software SPSS versión 24. La edad promedio de los participantes fue de 15 años, con predominio del sexo masculino, provenientes de áreas urbanas y cursando Undécimo grado.

Como resultado se encontró que no existe una asociación significativa entre la disfunción familiar y la nomofobia (P-valor 0.909, OR 1.0; IC 95%: 0.655 – 1.610). De manera similar, los factores psicológicos, como la ansiedad (P-valor 0.909), el estrés (P-valor 0.533) y la autoestima (P-valor 0.90), no mostraron una relación estadísticamente significativa con la dependencia al móvil.

Palabras clave: Nomofobia, factores familiares, factores psicológicos, adolescentes.

Índice.

Contenido	pág.
Introducción.....	8
Antecedentes.....	10
Justificación.....	11
Planteamiento del problema.....	12
Marco teórico.....	15
Diseño metodológico.....	27
XIII. Bibliografía.....	43
XIV. Anexo.....	52

Introducción

Actualmente se vive en una sociedad globalizada, donde el teléfono móvil se ha convertido en una herramienta de información y comunicación básica para el ser humano. Día a día va aumentando el número de personas que compran y utilizan con mayor frecuencia el teléfono móvil, y en algunas ocasiones se hace más difícil separarse de este por los beneficios adquiridos, presentando un uso desmedido, esto pueden conllevar a un elevado riesgo, ya que cuando se utiliza de manera excesiva y descontrolada la persona se ve afectada negativamente en otras áreas de su vida. ⁽¹⁾

En Latinoamérica se han realizado estudios para determinar qué porcentaje de la población presenta nomofobia, en Canadá un artículo publicado por el grupo de telecomunicaciones demostró que un sesenta y cinco por ciento de las personas presentan esta patología el cual influye especialmente en la comunidad adolescente. ⁽²⁾

La nomofobia ha sido estudiada en diversos países mostrando niveles preocupantes en cuanto a la prevalencia y riesgo a padecerlo. En Latinoamérica, países como Paraguay y Perú, registraron más de la mitad de nomofobia respectivamente, en muestras de estudiantes universitarios ⁽³⁾. En ese sentido, aparece una preocupación por comprender y conocer la nomofobia, es así que, durante los últimos años se han diseñado diferentes instrumentos con la finalidad de medir estas características en las personas. ⁽⁴⁾

En México en el ámbito escolar, el uso del móvil ha propiciado distracciones que impactan en el rendimiento académico y fomentan el hábito de retrasar las actividades académicas, es decir, la procrastinación. El grupo más vulnerable del uso ampliado del celular, es el de edad escolar, ya que reducen el rendimiento académico, niveles de aprendizaje, así como la relación entre familiares, debido a que ocasiona un cansancio mental. ⁽⁵⁾

No lo dejan ni para ir al baño, con lo que se crea un vínculo que puede ser nocivo para la salud y afectar la relación con los demás, en especial, con la familia o el trabajo. Lo grave es que cada día se reportan más infracciones y accidentes relacionados con este dispositivo. ⁽⁶⁾

En Nicaragua, la nomofobia está emergiendo como un problema significativo, especialmente entre los adolescentes y jóvenes, quienes son los más afectados debido a su naturaleza de nativos digitales. Este trastorno se caracteriza por el miedo irracional a estar sin el teléfono móvil, y se asocia con varios síntomas y problemas psicológicos (7)

La presente investigación dará salida al área de investigación, salud pública, enfermedades crónicas e infecciosas, con línea de investigación 1.9. **comportamiento humano y salud mental.**

Antecedentes.

En 2018, García Andrés, Et.al, en su investigación “Nomofobia: La Influencia del Determinismo Reciproco en la Sociedad del Conocimiento”, en Pontificia Universidad Católica del Ecuador; hacen referencia no solo al conjunto de horas dedicadas al uso del teléfono. ⁽⁸⁾

En el año 2020, Bacusoy Muñoz Jennifer R, en una investigación sobre la Nomofobia y su relación en los trastornos psicológicos en los estudiantes de enfermería, en la universidad estatal península de Santa Elena, Ecuador. ⁽⁹⁾

En el 2021 Pérez R, Barramedo sobre Consecuencias de la nomofobia en adolescentes, demostró que el 36.84% de los adolescentes presentan problemas psicológicos. ⁽¹⁰⁾

En el 2022 Guerra Hervías Edmundo, realizó un estudio, fiabilidad y confiabilidad de la escala de la monofonía en estudiantes de medicina, demostró que el 25,7% presentó monofonía moderada y el 7,4% monofonía severa. ⁽¹¹⁾

En 2022, Chavira Guadalupe M, en un estudio sobre nomofobia (miedo desproporcionado a perder el celular), En jóvenes demostró que el 80% de la población encuestada presenta miedo a perder el celular, mientras que el nivel específico de Nomofobia solo se presenta en un 2.4%. ⁽¹²⁾

En el 2023, Queque flores, Edwin Hernán, en su estudio “Relación entre la nomofobia con las características psicometrías de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de educación secundaria” demostraron que el 37.8% tenía entre 16 a 17 años, presentaron niveles de leve, moderada y grave, respectivamente En cuanto al nivel de la nomofobia ⁽¹³⁾.

En el 2023, Díaz-López, et.al, en “Usó problemático del smartphone en la adolescencia: supervisión familiar y estrés tecnológico “señala que: más del 30% se quedan despiertos hasta tarde usando el móvil, 1 cada 10 se siente estresado si no recibe mensajes o llamadas y otro 30% considera más sencillo relacionarse a través de internet ⁽¹⁴⁾

Justificación.

Actualmente la nomofobia es problema de salud pública a nivel mundial por el avance tecnológico y el fácil acceso a los teléfonos móviles considerando su crecimiento vertiginoso y la adicción a estar conectado en todo momento a esto se le suma la falta de información y la consecuencia como cualquier otra enfermedad adictiva. (15).

Se considerada al teléfono celular como una herramienta útil de comunicaciones debemos de tener presente que siempre hay unos pros y contras relacionados con su uso y esto depende de cómo el estudiante utilice. Todo instrumento valioso puede perder su razón de ser si le da un mal uso, el internet sirve para que los estudiantes puedan realizar diversos tipos de consultas de manera adecuada sin exagerar con el mismo. (16).

Este estudio pretende investigar los factores familiares y psicológicos asociados a la nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

Esta investigación será de utilidad para:

La dirección del instituto para fortalecer estrategias preventivas ante el aumento de nomofobia. Como campañas de conciencia ante la nomofobia y políticas de uso dentro del instituto

A los estudiantes, para que obtengan información precisa y necesaria. Para que puedan tomar decisiones informadas y desarrollar las habilidades necesarias para enfrentar el desafío que conlleva padecer nomofobia

A futuros investigadores interesados en el tema de estudio, para que utilicen la información obtenida para el desarrollo de nuevas investigaciones.

Planteamiento del problema.

La nomofobia, está afectando a los adolescentes en distintas áreas y muy en particular en el rendimiento académico. Algunas personas son incapaces de controlar el uso del móvil este uso inadecuado desarrolla hábitos que obstruyen sus vínculos, vida académica y trabajo, generando una baja en el rendimiento académico y laboral. ⁽¹⁷⁾

La dependencia de los artefactos tecnológicos para comunicarnos ha provocado la disminución del interés por la interacción personal, el compartir actividades al aire libre y la socialización en general. Las relaciones familiares, de pareja y amistosas se ven afectadas por la dificultad de establecer una comunicación directa e interpersonal sin la interrupción de dispositivos electrónicos. Los factores que pueden desarrollar la nomofobia son estructura familiar, dinámica familiar y comunicación familiar. ⁽¹⁸⁾

En relación a los factores psicológicos (ansiedad, estrés percibido, autoestima) La nomofobia se caracteriza por la ansiedad y el miedo extremos de estar sin acceso a un teléfono móvil o sin señal de internet. El estrés es un factor crítico este puede ser exacerbado por la presión social de estar siempre disponible y la sobre carga de información que los dispositivos móviles proporcionan. ⁽¹⁹⁾

La autoestima juega un papel crucial en la nomofobia. Las redes sociales y las comparaciones constantes con los demás pueden afectar negativamente la autoestima, haciendo que las personas busquen validación a través de sus dispositivos móviles.

Por lo que se plantea la siguiente pregunta de investigación: **¿Cuáles son los Factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de Nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua?**

Objetivos generales.

Objetivo General.

- Analizar factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

Objetivo específico.

- Caracterizar socio demográficamente a la población en estudio.
- Identificar el nivel de nomofobia de la población en estudio según el cuestionario Nomofobia (NMP-Q) de Yildirim
- Describir los factores familiares que pueden contribuir al desarrollo de nomofobia en estudiantes de secundaria.
- Describir los factores psicológicos como la ansiedad y el apego en relación a la nomofobia en los estudiantes de secundaria.

Hipótesis

La nomofobia en los estudiantes aumenta el riesgo de consecuencias académicas como la reincidencia escolar, reprobación más de dos componentes y tener dificultades en relación con el aprendizaje, así mismo conllevar a consecuencias familiares como la mala comunicación entre la familia, familia disfuncionales y falta de apoyo o conexión con la familia.

Marco teórico

Palabras claves

Nomofobia La nomofobia es un trastorno que surge en el siglo XXI, derivado de la globalización y los avances tecnológicos que hemos vivido en el ámbito de la comunicación. Este trastorno se define como el miedo a no estar en contacto con el teléfono móvil o Smartphone. ⁽²⁰⁾

Estudiantes Es la palabra que permite referirse a quienes se dedican a la aprehensión, puesta en práctica y lectura de conocimientos sobre alguna ciencia, disciplina o arte. La palabra estudiante suele ser utilizada como sinónimo de alumno. Este concepto hace referencia a aquellos individuos que aprenden de otras personas. ⁽²¹⁾

Factores familiares. Circunstancias, características y dinámicas dentro del entorno familiar que pueden influir en el desarrollo y bienestar de sus miembros. Estos factores pueden ser positivos o negativos y afectan áreas como el comportamiento, la salud mental y física, el rendimiento académico, y las relaciones interpersonales. ⁽²²⁾

Factores psicológicos Criterios comportamentales, cognitivos y afectivos que están presentes en la calidad de vida de las personas y que se representan en el estado y práctica de salud. ⁽²³⁾

Generalidades de la nomofobia

La nomofobia, en términos generales, podría entenderse como aquella sensación de malestar o ansiedad que se produce al estar sin el teléfono móvil. Se puede llegar a convertir en un miedo irracional por no poder interactuar con el dispositivo inalámbrico, pues se ha olvidado, está sin batería o no hay conexión.

La nomofobia, además, ha demostrado que puede causar el desarrollo de otros trastornos mentales o de personalidad, así como problemas de autoestima, afectando gravemente a la felicidad de las personas, especialmente en la población

más joven. Todo ello tiene un gran impacto en la salud general de la persona, además de repercutir negativamente en otros aspectos de la vida como el estudio y el trabajo al crear una fuerte dependencia al móvil, provocando distracciones constantes e incapacidad de mantener la concentración.

A nivel social ha demostrado afectar a las relaciones e interacciones entre los individuos, produciendo una distancia y aislamiento del mundo físico. Por ello es importante frenar el problema cuanto antes poniendo en marcha un tratamiento de adicción al móvil para minimizar las consecuencias. (24)

La nomofobia no está considerada todavía como una patología o un trastorno del comportamiento, Pero lo cierto es que es consecuencia de una adicción, de un uso desmedido del teléfono inteligente, generalmente para todo menos para hablar. Y lo más curioso es que esta dependencia lleva a un aislamiento social, ya que la relación con el exterior se hace a través del WhatsApp, las redes sociales, los juegos online, etc. (25)

Un nomofobico es fácilmente reconocible por qué:

- Mira constantemente su móvil para ver si ha recibido algún mensaje.
- Roba horas al sueño para sumergirse en las redes sociales.
- No quiere ir a ningún sitio en el que no haya cobertura.
- No apaga el móvil en ningún momento.
- Siempre está pendiente de localizar un enchufe que le permita recargar la batería.

En los últimos años, el ímpetu científico y la tremenda evolución de la tecnología han hecho que los smartphones se hayan convertido en un dispositivo imprescindible en el día a día de las personas. El teléfono inteligente proporciona información en todos los temas en cualquier momento y en cualquier lugar. La información y la comunicación están ahora a la distancia de un “clic”, haciendo la vida más fácil y práctica.

En consecuencia, el teléfono inteligente actualmente está afectando la vida de muchas personas, con un número cada vez mayor de personas que poseen un teléfono inteligente. Según el Pew Research Center (2019), la mayoría de los estadounidenses (81 %) y el 96 % de los adultos jóvenes (18–29) poseen al menos un teléfono inteligente (26)

Dentro de los diversos síntomas que encontramos en personas que padecen nomofobia, los principales son los siguientes:

- Usar regularmente el teléfono móvil y dedicarle cada vez más tiempo, quitándoselo a otras actividades como el estudio, trabajo, quedar con amigos, ocio, etc.
- Tener dos o más dispositivos y llevar siempre un cargador contigo.
- Uso continuado del móvil en lugares y situaciones en las que está prohibido su uso o es peligroso (conduciendo, caminando, en el cine o en el teatro, restaurantes, etc.). También puede que se eviten estos contextos para poder seguir utilizándolo.
- Mirar de forma continuada la pantalla del teléfono para ver si se has recibido mensajes o llamadas.
- Mantener el teléfono móvil siempre encendido (24 horas al día) y dormir con él en la cama.
- Intentar de forma repetida controlar, reducir o parar el uso del móvil.
- Contraer deudas o grandes gastos por el uso del teléfono móvil.

La necesidad de revisar compulsivamente los nuevos mensajes y notificaciones puede aumentar el estrés personal. Los adolescentes que dependen demasiado de los teléfonos inteligentes, especialmente para fines de conexión social, obtienen menos práctica en el uso de habilidades de comunicación no verbal, como la comprensión de expresiones faciales o reacciones emocionales. (27).

Factores familiares relacionados a la nomofobia:

Se vive en un mundo donde la comunicación entre personas es vital y las tecnologías nos facilita dicha comunicación, aunque no sea de manera física. Este fenómeno genera una mayor dependencia en los adolescentes, existe un gran uso de las tecnologías móviles, es

favorecida indirectamente por los propios padres, que se sienten más seguros al poder estar comunicados con sus hijos. Pero esta adicción ha cambiado la forma de trabajo y como se socializan las personas. (28)

La nueva tecnología móvil ha dado paso a los espacios virtuales de socialización y ha desplazado los presenciales. Esto ha generado cambios comportamentales en los individuos, sobre todo en los jóvenes que han nacido y se han desarrollado en la esfera. (29)

Estructura familiar: padre y madre

Las TIC, ha abierto el camino para entender mejor los importantes procesos sociales que ocurren en la juventud, procesos culturales, pautas de pensamiento, conocimiento y comportamiento que están produciéndose en las relaciones familiares y que afectan de plano al modo cómo los jóvenes conocen, enjuician y usan las TIC. (30)

La nomofobia genera aspectos negativos y cambios en el comportamiento, formas de comunicarse, de trabajar, de convivir y relacionarse con la familia.

Los jóvenes se encuentran encantados y atrapados por el uso frecuente de los teléfonos inteligentes, dedicándoles mayor tiempo, no es raro ver a las jóvenes contestar llamadas, jugar con el celular, contestar mensajes, y algunas hasta se mantienen conectadas a internet durante todo el día, causando interrupción, desviando la atención al espacio familiar y el deterioro de las relaciones familiares. (31).

La adicción a los dispositivos móviles puede tener un impacto negativo en las relaciones familiares, especialmente en la comunicación entre padres e hijos.

Los adolescentes suelen sentir que sus padres no le prestan la atención necesaria debido al uso constante del celular. Esto puede generar sentimientos de abandono y desconexión entre ellos, lo que puede afectar su desarrollo emocional y social. Además, el uso excesivo del celular también puede provocar una disminución en la calidad de la interacción entre padres e hijos.

Es importante tomar medidas para evitar el impacto negativo del uso excesivo del celular en las relaciones familiares. Una de las formas de hacerlo es establecer límites en el uso del dispositivo. (32).

Además, es importante fomentar la comunicación en la familia. Los padres deben dedicar tiempo a hablar con sus hijos y escuchar sus preocupaciones. Esto no solo mejorará la relación entre ellos, sino que también ayudará a prevenir la adicción a los dispositivos móviles. Para evitarlo, es necesario establecer límites en el uso del dispositivo y fomentar la comunicación en la familia.

El destacar que la adicción al celular en jóvenes puede ser influenciada por los padres. El impacto negativo de la adicción de los padres al móvil en los hijos puede ser significativo. Cuando los padres dedican más tiempo a su celular que a sus hijos, estos pueden sentirse ignorados y descuidados. (33).

Los padres son modelos a seguir para sus hijos, por lo que es importante que limiten su propio uso del celular y establezcan horarios y reglas claras para el uso de la tecnología en la familia. De esta manera, los adolescentes aprenderán a usar el celular de manera responsable y saludable. Es de relevancia que los padres tomen medidas para limitar el uso del celular en sus hijos y establezcan límites y reglas claras para un uso responsable de la tecnología. (34)

La incorporación de las TIC en la vida cotidiana también ha acarreado la aparición de nuevas dificultades en el ámbito familiar.

Como consecuencias de las mismas una reducción del tiempo dedicado a la familia, un aumento en la aparición de conflictos intergeneracionales, así como cierta obstaculización en el ejercicio de la crianza de los hijos.

Otro de los problemas que pueden comportar las TIC en las relaciones familiares se refiere a la desconexión existente entre señales verbales y no verbales, los malentendidos derivados de la misma, así como el aislamiento de los miembros de la familia en la misma casa entre sí en lugar de establecer conexiones personales (35).

Tutores 1era y 2da línea familiar:

Los padres que tienden a utilizar la tecnología como una herramienta de control pueden encontrar dificultades para establecer límites. La falta de interacción y comunicación directa puede afectar el desarrollo social y emocional. (36).

Los jóvenes utilizan su Smartphone en cualquier lugar y ocasión, produce un uso envolvente caracterizado por la encapsulación de aspectos cognitivos y de comportamiento de este dispositivo. Los usuarios que realizan este tipo de uso tienen dos componentes distintos, un componente cognitivo, pensamientos y deseos hacia el Smartphone. (37)

Los adolescentes pasan demasiado tiempo con los smartphones por lo que pueden llegar a hacer una herramienta con peligrosidad con el uso exagerado generando problemas de salud.

La familia es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, es una totalidad, más allá de los miembros que componen la familia. Esta totalidad se construye mediante un sistema de valores y creencias compartidos, por las experiencias vividas a lo largo de la vida, da una identidad al grupo, fortaleciendo el sentido de pertenencia de sus miembros, construyendo la propia identidad personal frente al medio. (38).

La relación familiar se comprende como el proceso simbólico transaccional de generar al interior del sistema familiar, significados a eventos, cosas y situaciones del diario vivir; es un proceso de influencia mutua y evolutiva que incluye mensajes verbales y no verbales, percepciones, sentimientos y cogniciones de los integrantes del grupo familiar. La relación ocurre en un contexto cultural, ambiental e histórico y tiene como resultado crear y compartir significados.

Hoy la comunicación en familia se ha vuelto compleja, puesto que la interacción se desarrolla más por medios electrónicos, donde las normativas o reglas no funcionan o simplemente no existen y los patrones comunicacionales se han vuelto repetitivos discriminando la forma de comunicación directa que había sido implementada por siglos dentro de la familia.

Disfunciones familiares test de Apgar familiar:

La constante atención a dispositivos como smartphones, tablets o televisiones reduce el tiempo dedicado a la interacción cara a cara entre los miembros de la familia. La comunicación verbal y no verbal se ve afectada, debilitando los vínculos afectivos y la comprensión mutua.

Distracciones durante momentos importantes:

La presencia y uso de dispositivos durante comidas, conversaciones o actividades familiares puede generar distracciones y dificultar la conexión genuina entre los miembros. Entonces, la atención se desvía hacia las pantallas, creando una atmósfera de aislamiento. Lo que impide la construcción de recuerdos y experiencias compartidas.

Aumento de conflictos y discusiones:

La falta de comunicación y la dependencia de la tecnología pueden generar conflictos y discusiones dentro del núcleo familiar. De ahí que aumentan los malentendidos frecuentes, debido a la ausencia de lenguaje corporal y tono de voz en la comunicación digital.

El uso desmedido de dispositivos puede derivar en una adicción que afecta el comportamiento y las relaciones familiares. La irritabilidad, la ansiedad y la falta de atención hacia las necesidades de los demás son algunos de los síntomas que pueden deteriorar las relaciones y el ambiente familiar.

Impacto en la salud mental:

El uso excesivo de la tecnología puede generar problemas de salud mental como ansiedad, depresión y baja autoestima. La comparación social constante en las redes sociales, la falta de sueño y la exposición a contenido inapropiado tiene un impacto negativo en el bienestar mental de los miembros de la familia.

Pérdida de privacidad.

La constante conexión a internet y la gran cantidad de información personal compartida en línea pueden generar una pérdida de privacidad. Los miembros de la familia pueden sentirse vigilados o presionados a compartir más de lo que desean, lo que puede afectar en la confianza y aún más en la comunicación.

Los jóvenes, generalmente más nativos digitales, pueden tener dificultades para comprender las preocupaciones de sus padres respecto al uso de la tecnología.

Desinformación y exposición a contenido inapropiado.

El acceso sin filtro a internet puede exponer a los adolescentes a contenido inapropiado para su edad, como violencia, pornografía o información falsa. Esto puede afectar su desarrollo moral y psicológico. (39)

¿Cómo afectan las nuevas tecnologías a la comunicación familiar?

Los avances y la incorporación de las TIC en la vida familiar cotidiana han ganado un lugar destacado en el campo de la investigación. Son muchos los estudios destinados a analizar cómo se ve afectada la familia cuando interacciona a través de estas tecnologías, así como conocer el tipo de usos que la familia puede hacer de estas herramientas y analizar cómo inciden sobre la evolución de las relaciones familiares.

Por un lado, algunos estudios informan que las TIC tienden a aumentar el tiempo que pasan en familia y fortalecen los vínculos familiares, mejorando la comunicación familiar y aumentando la intimidad entre los miembros.

Dinámica familiar.

Del mismo modo, también han tenido un impacto positivo en las familias transnacionales permitiendo el mantenimiento y la (re)creación de vínculos familiares, a pesar de la distancia geográfica, y en relaciones efectivas de copaternidad después del divorcio, facilitando a los padres la planificación y la toma de decisiones conjuntas sobre sus hijos.

Así, el uso de internet por parte de los adolescentes con fines sociales (por ejemplo, jugar juegos en línea, comunicarse con amigos y participar en grupos de discusión) se encontró asociado positivamente con los conflictos familiares, mientras que el uso de internet con fines de aprendizaje o relacionados con la escuela (como la búsqueda de información) no se asoció con

las variables de conflictos familiares, tiempo familiar.

Otro de los factores a tener en cuenta y que puede repercutir en un cambio en las dinámicas familiares entre padres e hijos adolescentes, es que en la era digital no todos los padres cuentan con la competencia digital necesaria para educar y/o supervisar a sus hijos en este ámbito.

De este modo, la capacidad tecnológica por parte de los jóvenes tiende a aumentar la brecha digital entre generaciones, y desvía la autoridad de los padres, cuestionando las reglas y los valores que intentan transmitir. ⁽⁴⁰⁾

Consecuencias sociales de la nomofobia:

Usamos estos dispositivos de forma diaria para comunicarnos, informarnos, ver vídeos, escuchar música, hacer fotos y un sinnúmero de cuestiones más, en cualquier momento y en cualquier lugar. Tenemos la información y la comunicación a tan solo un “clic”, haciendo que nuestras vidas sean más fáciles y prácticas.

Todo ello tiene un gran impacto en la salud general de la persona, además de repercutir negativamente en otros aspectos de la vida como el estudio y el trabajo al crear una fuerte dependencia al móvil, provocando distracciones constantes e incapacidad de mantener la concentración.

Por ello es importante frenar el problema cuanto antes poniendo en marcha un tratamiento de adicción al móvil para minimizar las consecuencias. ⁽⁴¹⁾

Distracciones y falta de atención.

El uso del móvil en el aula puede tener como consecuencia distracciones significativas, que afecten a la concentración y el rendimiento académico de los adolescentes. Las notificaciones, juegos y redes sociales pueden desviar la atención de las actividades educativas.

No todos los estudiantes tienen acceso igualitario a dispositivos móviles y a internet en el hogar, y si tienen acceso puede que no sea en las mejores condiciones de velocidad.

Permitir el uso del móvil en el aula puede incrementar la brecha digital, dejando a algunos adolescentes en una situación de desventaja en comparación con sus compañeros en cuanto a aprendizaje lo que puede incidir en la desigualdad.

Impacto en la salud mental

El uso excesivo de dispositivos móviles ha sido asociado con problemas de salud mental, como la ansiedad y la depresión, especialmente entre los adolescentes. Permitir el acceso constante al móvil en el aula podría contribuir a agravar estos problemas por lo que es necesario enseñarles a utilizarlo de forma responsable y segura.

En definitiva, usar el móvil en clase tiene ventajas e inconvenientes que es necesario analizar y tener siempre presente que lo importante es el interés del niño o niña y su aprendizaje. (42)

Factores psicológicos asociados a la nomofobia:

Test de ansiedad.

La nomofobia es un trastorno de ansiedad que se caracteriza por un miedo irracional a estar sin el teléfono móvil. Se refiere a la necesidad de una persona de estar constantemente conectada y a la sensación de angustia que experimenta cuando no puede acceder y atender a todo lo que se publica en internet.

Puede manifestarse de diversas formas, como ansiedad, nerviosismo, preocupación constante por perder el teléfono o estar sin conexión, y dificultad para desconectarse del dispositivo.

Si la nomofobia interfiere significativamente en tu vida, es recomendable buscar ayuda profesional. La ansiedad relacionada con la nomofobia también puede estar vinculada a la necesidad de validación social a través de las interacciones en línea. (43)

Las personas pueden experimentar un temor constante a perderse algo importante o a no estar al tanto de las últimas actualizaciones, lo que les impulsa a mantenerse constantemente conectadas.

Es importante destacar que la nomofobia no solo afecta a los adultos, sino también a los jóvenes y adolescentes, que son especialmente vulnerables a sufrir sus efectos debido a su fuerte

conexión con la tecnología desde una edad temprana.

Los padres y educadores deben estar atentos a los signos de nomofobia en los jóvenes, como el aislamiento social, la irritabilidad cuando se les quita el teléfono móvil o la falta de interés en actividades fuera de la pantalla, y ofrecerles apoyo y orientación para manejar su relación con la tecnología de manera saludable.

En última instancia, abordar la nomofobia requiere un enfoque integral que combine la concienciación sobre el uso responsable de la tecnología, estrategias para manejar el estrés y la ansiedad, y la promoción de un equilibrio saludable entre la vida digital y la vida real. ⁽⁴⁴⁾

Test de estrés percibido.

Es una herramienta crucial para evaluar el impacto psicológico de la dependencia excesiva de los dispositivos móviles. La nomofobia, o miedo irracional a estar sin el teléfono móvil, ha surgido como un fenómeno preocupante en la era digital. El test se enfoca en medir el nivel de estrés percibido por los individuos cuando se ven privados de su dispositivo móvil, revelando así la gravedad de su dependencia.

En primer lugar, el test suele incluir preguntas que exploran el grado de ansiedad y malestar que experimenta una persona cuando se encuentra separada de su teléfono móvil. Estas preguntas pueden abordar aspectos como la incomodidad física, la preocupación constante por no tener acceso al dispositivo y la incapacidad para concentrarse en otras actividades. ⁽⁴⁵⁾

Además, el cuestionario podría indagar sobre el comportamiento de la persona cuando está sin su teléfono, como la necesidad compulsiva de revisarlo constantemente, incluso en situaciones inapropiadas, o la sensación de vacío o desconexión social que experimenta al no poder comunicarse a través de su dispositivo.

Otro aspecto clave del test es evaluar cómo afecta la ausencia del teléfono móvil a diferentes áreas de la vida de la persona, como el trabajo, las relaciones personales y el bienestar emocional. ⁽⁴⁶⁾

Finalmente, el test puede proporcionar una puntuación global que refleje el nivel de estrés percibido por la persona en relación con su nomofobia. Esta puntuación puede ayudar a los profesionales de la salud mental a identificar la gravedad del problema y diseñar intervenciones específicas para ayudar a los individuos a manejar su dependencia del teléfono móvil y reducir su estrés asociado. ⁽⁴⁷⁾.

Test de autoestima.

La autoestima juega un papel crucial en la vida de las personas, influyendo en su bienestar emocional y su capacidad para enfrentar desafíos. La nomofobia, el miedo irracional a estar sin el teléfono móvil, puede afectar significativamente la autoestima de quienes la padecen.

Un test de autoestima específico para la nomofobia podría evaluar cómo esta condición impacta la percepción que tiene la persona sobre sí misma. La dependencia excesiva del teléfono móvil puede generar una sensación de incompletitud o insatisfacción cuando no se está conectado, lo que puede impactar negativamente en la percepción de uno mismo. ⁽⁴⁸⁾

Además, la constante comparación con otros en las redes sociales y la necesidad de validación a través de likes y comentarios pueden contribuir a una autoimagen distorsionada y a una baja autoestima. La falta de habilidades sociales fuera del entorno digital también puede afectar la confianza en sí mismo y la capacidad para relacionarse satisfactoriamente con los demás.

Las personas con nomofobia pueden desarrollar una autoimagen distorsionada debido a la constante exposición a imágenes y estándares irreales en las redes sociales. La comparación con otros, combinada con la presión de mantener una imagen perfecta en línea, puede llevar a una percepción negativa de uno mismo y una baja autoestima. ⁽⁴⁹⁾

Diseño metodológico.

Tipo de estudio: Analítico de estudio cohorte de corte transversal.

Analítico: Se analizó la asociación de los Factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de Nomofobia en estudiantes de secundaria de occidente de Nicaragua.

Cohorte: Por sus características, permitió medir la significancia estadística y asociación entre consecuencias académicas y familiares, se comparó dos grupos de participantes, expuestos y no expuestos al fenómeno de estudio en particular con el fin de comprobar los resultados producidos por la exposición.

Área de Estudio: El estudio se llevó a cabo en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua se analizó la asociación del fenómeno de estudio y las consecuencias que produce en el ámbito familiar y psicológico.

Unidad de análisis: En estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

Población de estudio (muestra): La población de estudio estuvo conformada por el 100% de estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

Fuente de Información

Secundaria: Se obtuvo directamente de los participantes del estudio a través de unos test realizados sobre el fenómeno de estudio aplicado con el fin de recolectar información de los estudiantes.

Secundaria: Listas de asistencia.

Definición de los grupos de comparación

Expuesto: Estudiantes que, según el test de Nomofobia, se encuentran en los grupos más susceptibles de padecer el fenómeno de estudio y por ende son los enfermos

No expuesto: Estudiantes que según el análisis estuvieron en el grupo de estudio, pero no padecieron la enfermedad.

Criterio de inclusión.

- Estudiantes activos que cursan secundaria
- Ambos sexos
- Que estén presentes el día del llenado del instrumento.

Variables de estudio.

Dependiente: Nomofobia

Independientemente

- Factores familiares
- Factores psicológicos.

Métodos de recolección de datos:

El método principal de recolección de datos se realizó a través de una base de test elaborado de acuerdo a los objetivos de estudio considerando que esto podría brindar datos necesarios para el cumplimiento de los objetivos propuestos y de esta manera contribuir a dar respuesta al problema en estudio. Se contactó con la delegación de MINED y con el Instituto donde se llevó a cabo el estudio para obtener las autorizaciones necesarias para la aplicación de la encuesta, se realizó una visita a la institución donde se abordará a los directores y profesores para organizar las fechas de visita cumpliendo con los criterios de inclusión explicando el objetivo y metodología del estudio y recalando la importancia que tendría su participación en

ella, al momento de aplicar el test se le tomo consentimiento informado, una vez hecho esto se les explico a los estudiantes sobre el objetivo con el cual se le aplica el instrumento y se procedió a darle a cada uno un cuestionario y esperar que llenaran cada acápite, después se procedió a analizar los datos obtenidos en el SPSS22.

Se les informo sobre el anonimato y confidencialidad de los datos recolectados que serán únicamente utilizados para el propósito del estudio.

Posterior a la aceptación individual de participar en el estudio, se solicitará a los participantes que escaneen el código QR presentado en la pizarra para acceder al cuestionario. Se explico los detalles del llenado del formulario virtual a medida que se realizo el llenado, en caso de que los estudiantes no cuenten con dispositivo telefónico, datos de navegación o presenten problemas con el cuestionario, estos serán asistidos por el equipo investigador.

Instrumento de recolección de datos:

Cuestionario que consta de una serie de preguntas que estará compuesta por diferentes test de las variables en estudio preguntas de test de Nomofobia que se basó en el uso frecuente del teléfono, seguidas de test de factores familiares y factores psicológicos.

Interpretación de test:

Test de Nomofobia: Consta de 20 ítems y los participantes responden en una escala de Likert de 1 a 7 donde 1 significa totalmente en desacuerdo y 7 totalmente de acuerdo.

Test de Apgar familiar: las respuestas tienen un puntaje de 0 a 4 puntos (0: nunca, 4: siempre) realizar sumatoria (puntaje de 0 a 20) Disfunción familiar leve 14-17
Disfunción familiar moderada 10-13

Test de Ansiedad: Consta de 7 preguntas que evalúan la frecuencia de los síntomas de ansiedad donde se valoran en una escala de 0 a 3 (0: es nunca ,3: casi todos los días)

Test de estrés percibido: Esta escala es un instrumento de auto informe que evalúa el nivel de estrés percibido durante el último mes, consta de 14 ítems con un formato de respuesta de una escala de cinco puntos.

Es importante notar la puntuación para cada respuesta:

En los ítems 1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14 (0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 =de vez en cuando, 3 = a menudo, 4 = muy a menudo).

En los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 (4 = nunca, 3 = casi nunca, 2 =de vez en cuando, 1 = a menudo, 0 = muy a menudo)

Se suma el puntaje total de los 14 ítems. La puntuación directa obtenida (que va de 0 a 56) indica que a una mayor puntuación corresponde un mayor nivel de estrés percibido. Se dice que un nivel de estrés moderado fluctúa entre 20 y 25, más allá de estos puntajes, el estrés se considera elevado.

Test de autoestima: Consta de 10 ítems que evaluar la autoestima general donde se clasifican de escala de 1 a 4 donde (1: totalmente de acuerdo, 4: totalmente en desacuerdo).

Prueba de campo de los instrumentos.

Se realizó a los estudiantes del occidente de Nicaragua quienes poseen características similares a la población en estudio, con el propósito de comprobar la veracidad y fiabilidad del instrumento de recolección de datos, fue una apuesta en práctica preliminar para evaluar su viabilidad y posteriormente corrigió inconsistencias validando así el instrumento de recolección de datos. La población fue el 10% del total de la población de estudio.

Procesamiento y análisis de la información:

La información recolectada se procesó en el programa estadístico SPSS versión 22. El análisis de la información se llevó a cabo a través de estadística analítica, usando tablas de contingencia 2x2 para la organización de los datos y demostrar la asociación de las variables. Se utilizó la prueba estadística del Chi cuadrado (χ^2), cuando χ^2 es menor de 0.05 hay relación entre variables

Cuando χ^2 es mayor de 0.05 las variables son independientes una de la otra, se utilizó la prueba de Riesgo de ocurrencia, riesgo relativo o RR para calcular el riesgo que toma una variable, un

RR menor de 1 indica un factor protector, mientras que un RR mayor de 1 indica un factor de riesgo, si el RR es igual a 1 la variable no tiene relación entre los grupos de exposición.

El análisis se realizó con un intervalo de confianza del 96% por lo cual se utilizó el límite inferior y superior para comprobar significancia estadística de las variables Ln que contengan la 1 en su recorrido no hay significancia estadística, mientras que un Ln que no contenga la 1 en su recorrido si tienen significancia estadística.

La información se presenta a través de tablas y gráficos para facilitar la comprensión de los resultados.

Aspectos éticos: Beneficencia: A ninguno de los participantes les fue afectada su integridad, física, psicológica, social o espiritual y se protegerá al máximo, aunque esto implicará la no participación en nuestra investigación.

Consentimiento informado: Se solicitó la participación voluntaria de las personas en estudio, explicándoles los objetivos de la investigación y la utilidad de la misma, el participante firmó el documento de consentimiento informado para asegurar que estaría dispuesto a participar en el estudio.

Autonomía: El participante en estudio tuvo la libertad de retirarse del mismo, cuando él lo considere conveniente, así como el derecho de decir que la información brindada puede ser utilizada en el estudio.

Anonimato: Se explicó al participante que en el estudio no se tomarán datos que pondrían en riesgo la identidad e integridad de su persona, informándoles que está en el derecho de aceptar participar o no en la investigación.

Confidencialidad: La información obtenida será manejada únicamente por el equipo investigador y solo se utilizó para fines del estudio.

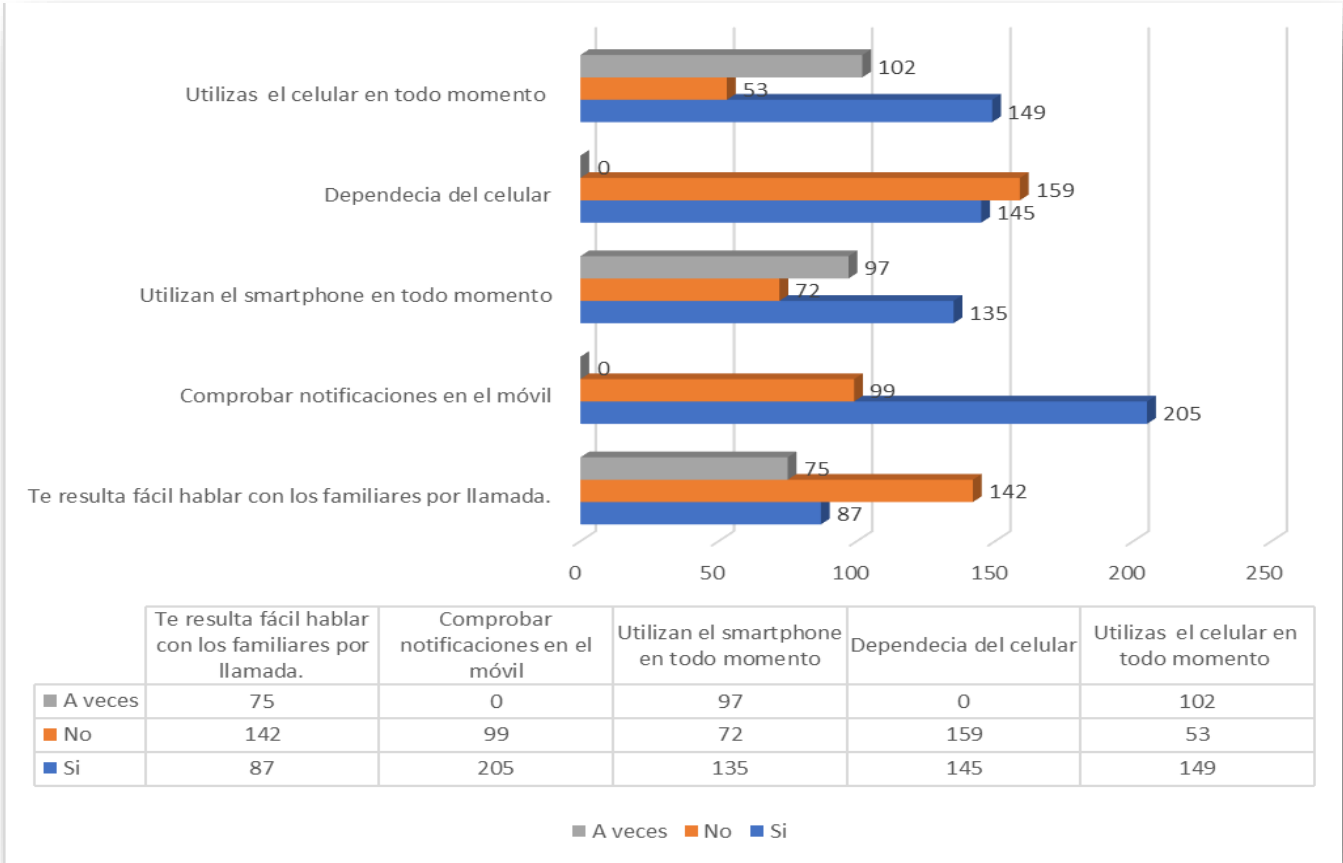
Resultados.

Tabla1. Datos sociodemográficos.

Indicador	Frecuencia	Porcentaje	
Edad			
Mínimo: 12 años	Máximo: 19 años	Media: 15 años	Moda: 15 años
Sexo			
Masculino	155	51%	
Femenino	149	49%	
Procedencia			
Urbana	224	73.7%	
Rural	80	26.3%	
Nivel académico			
Séptimo grado	15	4.9%	
Octavo grado	39	12.8%	
Noveno grado	54	17.8%	
Décimo grado	126	41.4%	
Undécimo grado	70	23%	
Total	304	100%	

La población se caracterizó por tener una edad mínima de 12 años y una edad máxima de 19 años, con una moda prominente en los 15 años y una media calculada de 15 años, en relación a la distribución de género se constata que el 51% de los participantes pertenecen al sexo masculino (155), la procedencia que más predominó fue la urbana con un 73.7% (224), con una distribución del nivel académico de 41.4% de estudiantes de Décimo grado (126).

Figura 1. Test De Nomofobia.



En cuanto al fenómeno de Nomofobia medido por el test de nomofobia se encontró que el 52.3% de los participantes no eran dependientes del dispositivo móvil, siendo los datos más relevantes los siguientes: el 44.4% (135) de los participantes refieren que utilizan el smartphone en todo momento, por otro lado se constata que el 67.4% (205) comentan estar totalmente de acuerdo en comprobar las notificaciones del dispositivo móvil mientras están conversando con alguien, 46.7% de los encuestados(142) refieren que no les resulta fácil hablar con sus familiares mediante llamada telefónica y el 49%(149) del total de participantes refieren utilizar su celular en todo momento. Ver figura 1

Tabla 1. Factores familiares relacionados al desarrollo de Nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

	Nomofobia		Total	X ² (P)	OR	IC 95%
Test de APGAR						
	Si	No				
Con disfunción familiar	73	79	63	0.909	1.0	(0.655 – 1.610)
Sin disfunción familiar.	72	80	120			

En cuanto a los factores familiares [Test de APGAR familiar] relacionados al desarrollo de Nomofobia se encontró lo siguiente: 73 participantes con dependencia de dispositivo móvil presentaron disfunción, lo cual se refleja en un valor de P de 0.909 y un OR de 1.0 (intervalo de confianza del 95%: 0.655 – 1.610). Ver tabla 1.

Tabla 2. Factores psicológicos relacionados al desarrollo de Nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

	Nomofobia		Total	X ² (P)	OR	IC 95%
Test de Ansiedad	Si	No				
Con ansiedad	72	80	152	0.909	0.974	(0.621–1.528)
Sin ansiedad	73	79	152			
Test de Estrés						
Mayor nivel de estrés	89	92	181	0.533	1.1	(0.73–1.83)
Sin nivel de estrés	56	67	123			
Test de Autoestima						
Baja autoestima	73	79	152	0.909	1.0	(0.655–1.610)
Buena autoestima	72	80	152			
Total			304			

En cuanto a los factores psicológicos, se encontraron los siguientes resultados: El Test de Ansiedad reveló que 72 participantes con dependencia al celular presentaron niveles altos de ansiedad. Esto se reflejó en un valor de p de 0.909 y un OR de 0.974 (intervalo de confianza del 95%: 0.621–1.528). Respecto al nivel de estrés, evaluado mediante el Test de Estrés, 89 participantes con dependencia al dispositivo móvil mostraron niveles elevados de estrés, con un valor de p de 0.533 y un OR de 1.1 (intervalo de confianza del 95%: 0.73–1.83). Según el Test de Autoestima, 73 participantes con nomofobia presentaron niveles bajos de autoestima, reflejados en un valor de p de 0.90 y un OR de 1.0 (intervalo de confianza del 95%: 0.655–1.610). Ver tabla 2.

VIII. Discusión de los resultados.

El estudio se llevó a cabo con una población de 304 estudiantes de secundaria, cuya edad promedio fue de 15 años, con un rango de edad que osciló entre los 12 y los 19 años. Se identificó una proporción de un participante afectado por cada dos expuestos, predominando entre ellos el sexo masculino, provenientes de entornos urbanos y, en su mayoría, cursando Undécimo grado. Estas características sugieren que este grupo poblacional podría ser especialmente vulnerable al desarrollo de la nomofobia.

Según Martínez Eduardo (2024), la nomofobia no solo constituye un factor predisponente para el desarrollo de trastornos psicopatológicos y alteraciones en la personalidad, sino que también incide negativamente en la autoevaluación del individuo, afectando su autoestima y bienestar emocional, particularmente en la población joven. Este fenómeno representa un riesgo significativo para la salud mental y el funcionamiento global, además de repercutir en el desempeño académico y laboral. La dependencia excesiva al dispositivo móvil propicia una disminución en la capacidad atencional y en los procesos cognitivos relacionados con la concentración, lo que puede comprometer la eficiencia y la productividad en distintos contextos.

En relación con la nomofobia, evaluada a través del Test de Nomofobia, los resultados indicaron que el 52.3% de los participantes no presentaban dependencia al dispositivo móvil. No obstante, el análisis de los datos revela patrones conductuales que pueden ser determinantes para comprender la influencia del uso del smartphone en esta población. Se identificó que el 44.4% (n=135) de los encuestados reportó un uso constante del teléfono móvil, mientras que el 67.4% (n=205) expresó estar totalmente de acuerdo con la necesidad de revisar las notificaciones del dispositivo incluso durante una conversación presencial. Estos hallazgos sugieren la presencia de conductas asociadas a la hiperconectividad, lo que podría representar un factor de riesgo para el desarrollo de la nomofobia y sus implicaciones en la interacción social y el bienestar psicológico.

Se identificó que el 46.7% (n=142) de los encuestados manifestó dificultad para comunicarse con sus familiares a través de llamadas telefónicas, lo que sugiere una transformación en las

dinámicas de interacción interpersonal, privilegiando formatos de comunicación asincrónica sobre la interacción oral directa. Además, el 49% (n=149) de los participantes indicó utilizar su teléfono móvil de manera constante, evidenciando el papel central que este dispositivo ocupa en su vida cotidiana.

Estos hallazgos subrayan la necesidad de analizar la dependencia al dispositivo móvil no solo desde una perspectiva clínica, sino también considerando los hábitos y patrones de uso que podrían estar favoreciendo el desarrollo de la nomofobia, particularmente en el ámbito de las interacciones sociales y familiares.

De acuerdo con Ccma (2019), aunque la nomofobia aún no está categorizada como un trastorno del comportamiento, su origen se asocia con un uso compulsivo y desmesurado del teléfono inteligente, generalmente para actividades distintas a la comunicación verbal.

Paradójicamente, esta dependencia tecnológica puede generar aislamiento social, ya que las relaciones interpersonales se trasladan a plataformas digitales como aplicaciones de mensajería instantánea, redes sociales y juegos en línea, limitando la interacción cara a cara y modificando la manera en que los individuos se vinculan con su entorno.

Factores familiares relacionados al desarrollo de Nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

El análisis de los factores familiares, evaluados mediante el Test de APGAR familiar, no evidenció una asociación significativa con el desarrollo de la nomofobia. De acuerdo con los resultados obtenidos, la presencia de disfunción familiar no se presenta como un factor de riesgo, sino que, por el contrario, parece actuar como un factor protector, reduciendo hasta 0.9 veces la probabilidad de desarrollar nomofobia en comparación con los estudiantes que no presentan disfunción familiar.

No obstante, esta relación carece de significancia estadística, lo que sugiere que, aunque la disfunción familiar puede coexistir con la dependencia al dispositivo móvil, no se establece como un elemento determinante en la manifestación de este fenómeno dentro de la población estudiada.

Estos hallazgos contradicen lo planteado por Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R.,

Ricaurte-Ortiz, P., y Novillo-Yahuarshungo (2021), quienes sostienen que la nomofobia tiene un impacto negativo en las dinámicas familiares, afectando las formas de comunicación, convivencia y relaciones interpersonales dentro del núcleo familiar, según los autores, el uso excesivo del teléfono móvil entre los jóvenes interfiere en la interacción familiar, provocando distracciones constantes, disminución en la calidad del tiempo compartido y deterioro en los lazos afectivos.

Sin embargo, los resultados sugieren que, si bien el uso frecuente del dispositivo móvil puede modificar ciertos patrones de interacción, no necesariamente está vinculado con la estructura y funcionalidad familiar como un factor predisponente para el desarrollo de la nomofobia.

Factores psicológicos relacionados al desarrollo de nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

El análisis de la relación causal entre los niveles de ansiedad, evaluados mediante el Test de Ansiedad, y el desarrollo de la nomofobia no evidenció una asociación significativa entre ambas variables. Los resultados obtenidos indican que la presencia de niveles elevados de ansiedad no actúa como un factor de riesgo, sino que, por el contrario, parece desempeñar un papel protector, reduciendo hasta 0.9 veces la probabilidad de desarrollar nomofobia en comparación con los estudiantes que no presentan ansiedad, sin embargo, esta relación carece de significancia estadística, lo que sugiere que la ansiedad, en este contexto específico, no se establece como un determinante en la manifestación de la dependencia al dispositivo móvil.

Estos hallazgos contrastan con lo propuesto por Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R., Ricaurte-Ortiz, P., y Novillo-Yahuarshungo (2021), quienes conceptualizan la nomofobia como un trastorno de ansiedad caracterizado por un miedo irracional a la ausencia del teléfono móvil, según estos autores, la nomofobia se asocia con una necesidad compulsiva de estar conectado y con la angustia generada por la imposibilidad de acceder o responder a los estímulos digitales en tiempo real.

No obstante, los resultados del presente estudio sugieren la necesidad de ampliar la evaluación de otros factores psicológicos y contextuales que puedan incidir en el desarrollo de la nomofobia, dado que la ansiedad, en este caso, no se posiciona como un predictor significativo

de este fenómeno.

El análisis de la relación causal entre los niveles de estrés, evaluados mediante el Test de Estrés, y el desarrollo de la nomofobia no evidenció una asociación significativa entre ambas variables. Los resultados obtenidos indican que la presencia de niveles elevados de estrés no actúa como un factor de riesgo, sino que, por el contrario, parece desempeñar un papel protector, reduciendo hasta 0.5 veces la probabilidad de desarrollar nomofobia en comparación con los estudiantes que no presentan niveles elevados de estrés, no obstante, esta relación carece de significancia estadística, lo que sugiere que, si bien el estrés puede estar presente en individuos con dependencia al dispositivo móvil, no se establece como un factor determinante en la manifestación de este fenómeno.

Estos hallazgos contradicen lo propuesto por Rossemberg M., quien sostiene que la dependencia al teléfono móvil se manifiesta a través de conductas compulsivas, como la revisión constante del dispositivo en contextos inapropiados, así como una sensación de vacío y desconexión social cuando no es posible acceder a este, sin embargo, en el marco del presente estudio, no se encontró una asociación significativa entre el estrés elevado y la dependencia al teléfono móvil, lo que sugiere que, a pesar de la necesidad constante de conexión que caracteriza a los individuos con nomofobia, este comportamiento no necesariamente se correlaciona con un aumento en los niveles de estrés dentro de la población analizada.

El análisis de la relación causal entre el nivel de autoestima, evaluado mediante el Test de Autoestima, y el desarrollo de la nomofobia no evidenció una asociación significativa entre ambas variables. Los resultados obtenidos indican que un nivel bajo de autoestima podría actuar como un factor protector, reduciendo hasta una vez la probabilidad de desarrollar nomofobia en comparación con los estudiantes que presentan un nivel adecuado de autoestima, no obstante, esta relación carece de significancia estadística, lo que sugiere que, aunque la baja autoestima es un elemento relevante en múltiples trastornos psicológicos, en este caso particular no se configura como un factor determinante ni de riesgo en la manifestación de la nomofobia.

Estos hallazgos contrastan con lo propuesto por Avelar Sinthia y Rodríguez Ángela María (2024), quienes plantearon que la nomofobia podría contribuir al desarrollo de una autoimagen distorsionada debido a la constante exposición a estándares irreales en redes sociales, según su perspectiva, la comparación social recurrente y la presión por mantener una imagen idealizada en línea podrían generar una percepción negativa del autoconcepto y, en consecuencia, una disminución de la autoestima.

Sin embargo, los datos obtenidos en el presente estudio no evidencian una relación significativa entre la nomofobia y la disminución de la autoestima derivada de la exposición a estos estándares; aunque la dependencia al dispositivo móvil puede estar asociada a dinámicas de comparación social en entornos digitales, los resultados sugieren que, en la población analizada, la nomofobia no constituye un factor que precipite alteraciones significativas en la autoimagen ni en la percepción de la autoestima.

XI. Conclusión.

El presente estudio analizó la relación entre los factores familiares y psicológicos con el desarrollo de la nomofobia en una población de 304 estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua, con una edad promedio de 15 años. Los resultados revelaron que la mayoría de los participantes eran de sexo masculino, provenientes de entornos urbanos y cursaban Undécimo grado, lo que los posiciona como un grupo vulnerable ante el uso excesivo del dispositivo móvil, además, se identificó una relación de 1 participante afectado por cada 2 expuestos, lo que evidencia la prevalencia del fenómeno en esta población y la necesidad de seguir explorando sus implicaciones.

En cuanto a los factores familiares, evaluados mediante el Test de APGAR familiar, los resultados no evidenciaron una asociación significativa entre la disfunción familiar y el desarrollo de la nomofobia. Se observó que los estudiantes con disfunción familiar no presentaban una mayor predisposición a desarrollar dependencia al dispositivo móvil en comparación con aquellos que no experimentaban alteraciones en sus dinámicas familiares.

Esto contradice estudios previos que sugerían que la disfunción familiar favorece el desarrollo de la nomofobia, lo que indica que otros factores contextuales pueden estar modulando la relación entre el entorno familiar y el uso problemático del teléfono móvil en esta muestra específica.

En lo que respecta a los factores psicológicos, el análisis de las variables ansiedad, estrés y autoestima reflejó que ninguna de ellas presentó una asociación significativa con la nomofobia, aunque se ha propuesto en investigaciones previas que la ansiedad y el estrés pueden estar vinculados a la dependencia al móvil, en este estudio se observó que niveles elevados de estas variables no aumentaban el riesgo de desarrollar nomofobia.

De manera similar, la baja autoestima, que ha sido relacionada con la exposición a estándares irreales en redes sociales, tampoco se comportó como un factor de riesgo en esta población, estos hallazgos sugieren que la nomofobia es un fenómeno multifactorial, cuya etiología no puede explicarse únicamente a partir de estos factores familiares y psicológicos, lo que abre la puerta a nuevas investigaciones que integren variables adicionales en el análisis de este problema emergente.

XII. Recomendación

Ala dirección del instituto Nacional de occidente

Es fundamental implementar varias estrategias. Se puede comenzar con la educación sobre el uso responsable de dispositivos móviles, organizando talleres que resalten los efectos negativos de la dependencia, además establecer políticas claras sobre el uso de teléfonos en clase y fomentar actividades extracurriculares sin tecnología ayudará a promover interacciones cara a cara.

Involucrar a padres mediante talleres sobre el apoyo a un uso equilibrado de la tecnología es crucial, así como ofrecer recursos de orientación emocional para los estudiantes, Establecer reuniones cada fin de mes para ver el comportamiento de sus hijos junto con su registro académico y las nuevas metologia que se implementarán de forma obligatoria.

Estudiantes del instituto Nacional de occidente

Cumplir con las políticas del Instituto y crear un horario diario en donde se propongan metas a lograr en el día incluyendo el uso adecuado de los dispositivos en clases y en reuniones familiares.

Ala comisión de padres de familia

A través de reuniones regulares, pueden discutir inquietudes, proponer actividades y trabajar en proyectos que beneficien a la comunidad escolar. Además, la comisión puede ser un canal para compartir información sobre el desarrollo académico y emocional de los estudiantes.

Estar atentos a los signos de nomofobia en sus hijos y buscar apoyo profesional si es necesario, así como la organización de eventos familiares sin tecnologías para fortalecer los lazos familiares y mantener buena comunicación familiar y apoyar las actividades escolares que promuevan el uso saludable de la tecnología.

A futuras investigaciones

Que consulten y utilicen esta investigación como referencia científica para nuevos estudios relacionados con las consecuencias académicas y familiares asociadas a nomofobia en los estudiantes.

XIII. Bibliografía.

1. Martínez-Hernández NL, de León-Ramírez LL, Profet-Naranjo A. Nivel de nomofobia en universitarios cubanos. Progaleño [Internet]. 2023 [citado el 27 de mayo de 2024];6(1):10–8. Disponible <https://revprogaleño.sld.cu/index.php/progaleño/article/view/407/281>
2. Mejía León Ana y Cabrera González Joaquín, Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q) estructura factorial y puntos de corte de la versión española, publicado en el año 2021, disponible en: <https://adicciones.es/index.php/adicciones/article/download/1316/1089> fecha de acceso 15/05/24
3. Hernández Cardoza, Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares [citado 15 Sep 2022] [Nivel de nomofobia en universitarios cubanos | Martínez-Hernández | Progaleño \(sld.cu\)](#)
4. Cortez Lau Enrique, Universidad de Panamá UpInforma Diario Digital. La adicción al teléfono celular [Internet]. Universidad de Panamá UpInforma Diario Digital. [citado el 27 de mayo de 2024]. Disponible en: <http://upinforma.com/nuevo/info.php?cat=opinion&id=3>
5. Manceñido RD. Nomofobia: cómo saber si padezco la gran adicción del siglo XXI [Internet]. El Debate. 2022 [citado el 27 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.eldebate.com/salud-y-bienestar/salud/20220829/nomofobiaque-como-saber-padezco-gran-adiccion-siglo-xxi_56314_amp.html
6. Medina Morales Gladys del Carmen y Veytia Bucheli María Guadalupe , Ciencia Latina Revista Multidisciplinar, El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos Universidades mexicanas, publicado en el año 2019, disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/1639/2299/#:~:text=Se%20concluy%C3%B3%20que%2C%20los%20estudiantes,vez%20afecta%20su%20rendimiento%20escolar>.

7. Manchego Sosa Lizeth Marilis y Molina Pastor Lucila, Artículo de investigación sinergia educativa, publicado en el año 2019, disponible en: <https://www.sinergiaseducativas.mx/index.php/revista/article/download/267/822/1733>
8. García Andrés. Nomofobia la influencia del determinismo reciproco en la sociedad de conocimiento, Universidad católica del Ecuador (publicado en el año 2018). [NOMOFOBIA: LA INFLUENCIA DEL DETERMINISMO RECIPROCO EN LA SOCIEDAD DEL CONOCIMIENTO — Pontificia Universidad Católica del Ecuador | PUCE](#)
9. Muñoz Bacusoy, R Jennifer ,Investigación sobre nomofobia y su relación en los trastornos psicológicos, Universidad de Ecuador (publicado en el año 2020) <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/5577/1/UPSE-TEN-2020- 0038.pdf>
10. Pérez R, Barramedo Rodríguez D, Enríquez L Consecuencias de la nomofobia en adolescentes(Publicado en el año 2021) <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/10369>.
11. Guerra Hervias Edmundo, Artículos de investigación, estructura factorial. validez y confiabilidad de la escala de nomofobia en estudiantes de la universidad estatal de Lima Metropolitana, actualizado 2022, disponible en: <http://www.scielo.org.pe/scielo>
12. Chavira Guadalupe M , en Nomofobia (miedo desproporcionado a perder el celular) realizada en universidad Pedagógica de Durango, (publicado en 2022) Unirioja.es. [citado el 13 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/9088789.pdf>
13. Flores, Q., & Hernán, E. (2024). "Relación entre la nomofobia con las características psicométricas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes de educación secundaria de un colegio privado, Tacna 2023". Universidad Privada de Tacna.[citado 15 agosto 2024] <https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/3339>

14. Díaz-López, A., Maquilón Sánchez, J. J., & Mirete Ruiz, A. B. (2023). "Uso problemático del Smartphone en la adolescencia: supervisión familiar y estrés tecnológico." [citado el 10 agosto 2024] Health and Addictions/Salud y Drogas, <https://reunir.unir.net/handle/123456789/16605>
15. Sumire Huaman ,Carlos Enrique , en la investigación sobre nomofobia y calidad de sueño en estudiantes de la facultad de medicina humana de la universidad nacional de Santa Ana Cusco(publicado en el 2024) Descripción: Calidad de sueño y nomofobia en estudiantes de la facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional De San Antonio Abad del Cusco, 2024 (concytec.gob.pe) [Descripción: Calidad de sueño y nomofobia en estudiantes de la facultad de Medicina Humana de la Universidad Nacional De San Antonio Abad del Cusco, 2024 \(concytec.gob.pe\)](#)
16. Campbell S, Catalán C, Cruzat A, De Saint Pierre D, Hurtado P, Menchaca R, Méndez R et al. El mundo en mi mano. La revolución de la tecnología móvil [en línea]. Santiago de Chile: Centro de Estudios Universitarios (CEU); 2008 Disponible en:[http://crea.uniacc.cl/ Archivos Sugeridos/publicaciones/el%20 mundo %20en%20 mi %20mano%20-%20 interioresdef% \[1\]. julio%2010.pdf](http://crea.uniacc.cl/ArchivosSugeridos/publicaciones/el%20mundo%20en%20mi%20mano%20-%20interioresdef%20[1].julio%2010.pdf)[http://crea.uniacc.cl/ Archivos Sugeridos/publicaciones/el%20 mundo %20en%20 mi %20mano%20-%20 interioresdef% \[1\]. julio%2010.pdf](http://crea.uniacc.cl/ Archivos Sugeridos/publicaciones/el%20 mundo %20en%20 mi %20mano%20-%20 interioresdef% [1]. julio%2010.pdf)
17. Beranuy M, Oberst U, Carbonell X, Chamorro A. Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. Computers in human behavior 2009 Disponible en : (PDF) Problematic Internet and Mobile Phone Use and Clinical Symptoms in College Students: The Role of Emotional Intelligence (researchgate.net)[\(PDF\) Problematic Internet and Mobile Phone Use and Clinical Symptoms in College Students: The Role of Emotional Intelligence \(researchgate.net\)](#)
18. Molina Pastor Lucila Nomophobia PFR. Factores Problemáticos relacionados a la nomofobia [Internet]. Sinergiaseducativas.mx. [citado el 10 de mayo de 2024].

Disponible

en:

<https://sinergiaseducativas.mx/index.php/revista/article/download/267/822/1733>

19. Porto JP, Gadey A., Definición. DE, ESTUDIANTE, publicado: 11 de octubre del 2021; [citado el 01 de junio de 2024]. Disponible en: <https://definicion.de/estudiante/>
20. Paez Alirio ,ONU, MIGRACIÓN, Kit de herramientas para la evaluación de los factores familiares o del hogar, International Organization for Migration, publicado el 15 de septiembre, del 2020; [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.iom.int/es/kit-de-herramientas-para-laevaluacion-de-los-factores-familiares-o-del-hogar>
21. Núñez Roja AC, Tobón Tobón S, Arias Henao D. Scielo.org, Calidad de vida, salud y factores psicológicos en poblaciones no clínicas de dos municipios colombianos, publicado el 2 de noviembre de 2010; [citado el 01 de junio de 2024]. Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v15n2/v15n2a08.pdf> 19
22. Salinas Monica, SANITAS. ¿En qué consiste la nomofobia? Publicado el 13 de octubre 2022; [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.sanitas.es/biblioteca-desalud/psicologia-psiquiatria/miedos-y-fobias/nomofobia>
23. X Amar, V. y Sánchez, B. Nomofobia. Un estudio sobre la opinión de un grupo de futuros maestros de primaria. Publicado el 01 de julio de 2022; [citado el 01 de junio de 2024]. Disponible en: <https://revistascientificas.uspceu.com/doxacomunicacion/article/view/1317/3146>
24. Martinez Eduardo ,X Revista Educativa Juvenil, PEREDA, Impacto negativo de la adicción de los padres al móvil en los hijos [Internet]. Publicado 25 de enero del 2024 [citado el 2 de junio de 2024]. Disponible en: https://iespereda.es/impacto-negativo-de-la-adiccion-de-los-padres-al-movil-en-los-hijos/?expand_article=1

25. X Ccma P. Uso de smartphones en las relaciones familiares en estudiantes universitarios de la universidad de Altiplano, Publicado el 13 de enero del 2019, [citado el 2 de junio de 2024]. Disponible en http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2219-71682019000200006
26. Escobar Pablo Jaby Desventajas de la tecnología en las relaciones familiares [Internet]. Nature is Home. 2024 [cited 2024 Jul 20] Disponible en: <https://natureishome.es/2024/02/15/desventajas-de-la-tecnologia-en-las-relaciones-familiares/>
27. Deu Sant Joan X Área de Salud Mental. Hospital Sant Joan de Déu Barcelona. ¿Cómo afectan las nuevas tecnologías a la comunicación familiar? SOM Salud Mental 360 [Internet]. Publicado el 20 de agosto de 2022; [citado el 2 de junio de 2024]; Disponible en: <https://adiccionesconductuales.som360.org/es/articulo/como-afectannuevas-tecnologias-comunicacion-familiar>
28. MR Diago. Qué es la Nomofobia, Síntomas y Tratamiento [Internet]. ORBIUM ADICCIONES. ORBIUM; publicado el 14 de septiembre de 2021; [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://orbiumadicciones.com/nuevas-tecnologias/que-esnomofobia/>
29. Hernández Raúl ,Cuaderno de Valores, el blog educo, Uso de móvil en clase: ¿sí o no?, publicado el 8 de enero de 2024; [citado el 2 de junio de 2024]; Disponible en: <https://www.educo.org/blog/uso-de-movil-en-clase-si-o-no>
30. Kaviani Fareed ,National Library of Medicine, Nomophobia: Is the Fear of Being without a Smartphone Associated with Problematic Use? publicado el 19 de Agosto de 2020; [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7504166/>

31. Cabezas-Heredia, E., Herrera-Chávez, R., Ricaurte-Ortiz, P., & Novillo Yahuarshungo, C. (2021). Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes Revista venezolana de gerencia, publicado el 15 de enero del 2021; [citado el 1 de junio de 2024]. Disponible en: <https://produccioncientificaluz.org/index.php/rvg/article/view/35763/38074> 30

32. González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sáncho, C. y Calvete, E. (2017). Adaptación al español del cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q), en una muestra de adolescentes. [\(PDF\) El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: caso de dos universidades mexicanas \(researchgate.net\)](#)

33. Insa Funes, Irene Pérez, José Raúl, Universidad Zaragoza “Programa de salud de prevención de la nomofobia para padres y adolescentes en el Colegio Sagrado Corazón de Jesús de Zaragoza” - Repositorio Institucional de Documentos [Internet]. Universidad de Zaragoza. 2019 [citado el 9 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://zaquan.unizar.es/record/89043>

34. García Edwin Andrés, Revista Dilemas Contemporáneos: “Impacto social y educativo del comportamiento mediático digital contemporánea: Nomofobia, causas y consecuencias”. educ política valores [Internet]. 2017 [citado el 9 de agosto de 2024]; Disponible en: <https://dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/index.php/dilemas/articulo/view/435>

35. Díaz López Adoración, Maquilla Javier Jerónimo, Ana Belén Mirete, “Uso desadaptativo de las TIC en adolescentes” Unirioja.es. [citado el 9 de agosto de 2024]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7486697>

36. Corrales González, Nancy Suarez, Roberto Rodríguez, “IDENTIFICACIÓN DE NIVELES DE ADICCIÓN A LOS TELÉFONOS MÓVILES Y LOS TRASTORNOS POR NOMOFobia EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO DE CIENCIAS MÉDICAS 2022”.

[citado el 9 de agosto de 2024]. Disponible en:
<https://cedro2022.sld.cu/index.php/cedro2022/2022/paper/viewFile/103/65>

37. Rueda Ronal ,Revista Nature Home, “Desventajas de la tecnología en las relaciones familiares” [Internet]. Nature is Home.2024 [cited 2024 Jul 20]. Available from: <https://natureishome.es/2024/02/15/desventajas-de-la-tecnologia-en-las-relaciones-familiares/>
38. Molina Parrilla Cristina ,Proyecto de: SOM: Saalu Mental 360, Área de Salud Mental. Hospital Sant Joan de Déu Barcelona. “¿Cómo afectan las nuevas tecnologías a la comunicación familiar?” [Internet]. 2022 [citado el 2 de junio de 2024]; Disponible en: <https://adiccionesconductuales.som360.org/es/articulo/como-afectannuevas-tecnologias-comunicacion-familiar>
39. Sanches Maria ,revista Educo: Educar Cura, “Uso de móvil en clase: ¿sí o no?” [Internet]. Cuaderno de Valores: el blog de Educo. 2024 [citado el 3 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.educo.org/blog/uso-de-movil-en-clase-si-o-no>
40. Olson.A Jay ,Revista medical ELSEIVER, Yong Chen, “addiction and Treatment, smartphone addiction”, [citado 8 de junio 2024] publicado en el 2020, disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780128186268000086>
41. Litovsky Dina ,National Library of Medicinal, “Nomofobia: ¿El miedo a quedarse sin smartphone está asociado a un uso problemático?” [citado el 03 agosto 2024] Publicado en línea el 19 de agosto de 2020. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7504166/>
42. Indrajit Banerjee, Jared Robinson, Abhishek Kashyap; “Nomofobia: un problema emergente” [citado 20 junio 2024] publicado el 23 diciembre 2023 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10823380/>

43. Cabezas Heredia, E., Herrera Chávez, R., Ricaurte Ortiz, P., & Novillo Yahuarshungo (2021). "Depresión, Ansiedad, estrés en estudiantes Revista Venezolana de gerencia", [citado el 15 junio 2024]. <https://doi.org/10.52080/rvgluzv26n94.9>
44. Campo Arias, A., Oviedo, H. C., & Herazo, E. (2015). Escala de Estrés Percibido-10: "Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia. Revista de la Facultad de Medicina, Universidad Nacional de Colombia", [citado 20 junio 2024]. <https://doi.org/10.15446/revfacmed.v62n3.43735>
45. Romero Rodríguez, J. M., & Aznar Díaz, I. (2019). "Análisis de la adicción al smartphone en estudiantes universitarios". [citado 03 agosto] RED, 19(60). <https://doi.org/10.6018/red/60/08>
46. Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self - image Princeton, NJ: Princeton University press.(citado 07 junio 2024) <https://science.sciencemag>
47. Xena Mireya y Padilla Rodríguez Cristian Gabriel, "Adicción al celular y clima social familiar en adolescentes de educación secundaria", publicado Julio del 2019, (citado 09 junio 2024) disponible en: https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Adicci%C3%B3n+al+celular+y+clima+social+familiar+en+adolescentes+de+educaci%C3%B3n+secundaria&btnG=#d=gs_gabs&t=1686339281122&u=%23p%3DwL4tDH-gaK8J
48. Ramírez Dávila, Katerin María, Vargas Isamar , "Nomofobia y rasgos de personalidad en estudiantes de una Universidad privada de Lima Metropolitana", (citado 20 junio 2024), publicado en el año 2018, disponible en: https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Los+adolescentes+que+padecen+de+nomofobia+muestran+un+comportamiento+de+tipo+obsesivo+donde+constantemente+revisan+su+tel%C3%A9fono+celular+y+tiene+una+preocupaci%C3%B3n+excesiva+tanto+por+la+se%C3%B1al%2C+conexi%C3%B3n+a+internet+y+la+b

[ater%C3%ADa+de+su+Smartphone.&btnG=#d=gs_qabs&t=1686269309374&u=%23p%3DncEHgtECQQgJ](https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Los+adolescentes+que+padecen+de+nomofobia+muestran+un+comportamiento+de+tipo+obsesivo+donde+constantemente+revisan+su+tel%C3%A9fono+celular+y+tiene+una+preocupaci%C3%B3n+excesiva+tanto+por+la+se%C3%B1al%2C+conexi%C3%B3n+a+internet+y+la+bater%C3%ADa+de+su+Smartphone.&btnG=#d=gs_qabs&t=1686269309374&u=%23p%3DncEHgtECQQgJ)

49. Avelar Sinthia y Rodríguez Ángela María, “Nomofobia y su impacto psicosocial en los adolescentes entre 12 y 21 años”, [citado 09 junio 2024] publicado en el año 2022, disponible en: https://scholar.google.es/scholar?hl=es&as_sdt=0%2C5&q=Los+adolescentes+que+padecen+de+nomofobia+muestran+un+comportamiento+de+tipo+obsesivo+donde+constantemente+revisan+su+tel%C3%A9fono+celular+y+tiene+una+preocupaci%C3%B3n+excesiva+tanto+por+la+se%C3%B1al%2C+conexi%C3%B3n+a+internet+y+la+bater%C3%ADa+de+su+Smartphone.&btnG=#d=gs_qabs&t=1686272969342&u=%23p%3DSlpoah9uqHIJ

XIV. Anexo

Operación de variable

Variable	Definición	Escala	Valor
Edad	Tiempo que ha vivido una persona o cierto animal	Ordinal	
Sexo	Conjunto de seres pertenecientes a un mismo sexo	Nominal	Femenino Masculino
Año de estudio	Escalones de tu formación académica	Ordinal	7to 8vo 9no 10mo 11mo
Procedencia	Origen, principio de donde nace o se deriva algo	Nominal	Urbana Rural
Test de Nomofobia	Es el miedo irracional a estar sin un dispositivo móvil o a perder la conectividad. Esta fobia puede manifestarse de diversas formas, desde ansiedad y malestar hasta síntomas físicos como palpitaciones y sudoración excesiva	Ordinal	Consta de 20 ítems y los participantes responden en una escala de Likert de 1 a 5 donde 1 significa totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo.
Uso excesivo del teléfono	La adicción al móvil, también conocida como nomofobia, es un término que se refiere a la dependencia excesiva	Nominal	Si No A veces

	de los dispositivos móviles, como teléfonos inteligentes		
Te resulta más fácil hablar por smartphone	Hablar por teléfono es muy diferente a hablar en persona. Para algunas personas es fácil, pero para otras, es una habilidad adquirida.	Nominal	Si No A veces
Usas tu celular	Los celulares significaron una verdadera revolución en el área de las comunicaciones, otorgando facilidades a la hora de mantenerse conectado con distintos contactos	Nominal	Si No A veces
Test de Apgar Familiar	es una herramienta desarrollada para evaluar el grado de dependencia o ansiedad que una persona puede experimentar debido a la falta de acceso a su teléfono móvil o a la red.	Ordinal	La respuesta tiene un puntaje de 0 a 4 puntos (0: nunca, 4: siempre) realizar sumatoria (puntaje de 0 a 20) Disfunción familiar leve. 14-17 Disfunción familiar moderada. 10-13
Distraccion fácil	Es una condición en la cual un individuo tiene dificultades para mantener la atención en una tarea o actividad	nominal	Si No A veces

	específica debido a la interferencia de estímulos, pensamientos o actividades secundarias		
Comunicación de larga distancia	se refiere al intercambio de información entre personas que se encuentran a grandes distancias físicas entre sí	Nominal	Si No A veces
Test de ansiedad	Es un instrumento psicométrico o cuestionario que mide los niveles de ansiedad en un individuo mediante la evaluación de síntomas, comportamientos y reacciones emocionales relacionadas con la ansiedad	Ordinal	Consta de 7 preguntas que evalúan la frecuencia de los síntomas de ansiedad donde se valoran en una escala de 0 a 3 (0: es nunca ,3: casi todos los días)
Test de estrés percibido	Es un cuestionario autoevaluativo que mide la percepción de una persona sobre el grado en que su vida es estresante Es una herramienta psicológica diseñada para evaluar el nivel de	Ordinal	Incluye entre 10 y 14 ítems que abordan la percepción del estrés en el último mes donde se clasifica que en una escala de 0 a 4 donde (0: nunca ,4: muy a menudo). Consta de 10 ítems que evalúa la autoestima

Test de autoestima	autoestima de una persona. La autoestima se refiere a cómo una persona se valora a sí misma y su percepción de su propio valor y competencia	Ordinal	general, donde se clasifican de escala de 1 a 4 donde (1: totalmente de acuerdo, 4: totalmente en desacuerdo).
---------------------------	--	---------	--

CONSENTIMIENTO INFORMADO.

Estimado participante:

Somos estudiantes de V año de la carrera de enfermería y estamos realizando una investigación que tiene como objetivo, Analizar factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de Nomofobia en estudiantes de secundaria del occidente de Nicaragua.

El instrumento que se empleara primeramente inicia con datos sociodemográficos seguido de preguntas sobre factores familiares y psicológicos que tiene como objetivo indagar a profundidad este fenómeno.

Te pedimos por favor que respondas con la VERDAD en cada una de las preguntas Si te sientes incómodo con alguna de las preguntas estás en toda la libertad de no responder, La participación en este estudio es voluntaria lo que significa que puedes decir no a participar desde el inicio, Agradecemos de antemano su colaboración, garantizándote que la información que se nos brinda es ANÓNIMA, por lo cual será utilizada solo con fines investigativos.

Por medio de la presente afirmo que leí el consentimiento informado y declaro que quiero participar voluntariamente en la investigación.

Acepto _____

No acepto _____

Universidad Nacional Autónoma De Nicaragua

Área de conocimiento ciencias medicas

Área de conocimiento especifica enfermería



Somos estudiantes de la carrera de enfermería, de la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN- LEON), solicitamos su participación voluntaria, ya que nos ayudará y será de vital importancia para nuestra investigación, el cual lleva por título “Factores familiares y psicológicos relacionados al desarrollo de la nomofobia en Estudiantes”. Este documento contiene preguntas dirigidas a los estudiantes para analizar los factores familiares y psicológicos asociados a la nomofobia, las preguntas aquí brindadas son totalmente anónimo y confidencial para proteger la integridad del participante, no dude en preguntar por cualquier duda que tenga con las preguntas.

Nº de Encuesta: _____

Fecha: _____

Cuestionario

Si decide colaborar con su participación, responda el siguiente cuestionario marcando con una x la respuesta que considere adecuada.

I. Datos sociodemográficos.

- 1.1) **Edad:** _____
- 1.2) **Sexo:** M_____ F_____
- 1.3) **Procedencia:** Rural _____ Urbana _____
- 1.4) **Año de estudio:**

Test de Nomofobia

- 1. Llevo mi teléfono móvil a todas partes, incluso cuando cambio de habitación en casa
 - a) Si
 - b) No
 - c) A veces
- 2. Utilizo mi smartphone en todo momento, incluso cuando no debo hacerlo (en el trabajo, fiestas, reuniones familiares, antes de dormir, en la calle, en el baño, etc.)
 - a) Si
 - b) No
 - c) A veces
- 3. Me siento ansioso cuando me quedo sin cobertura y no puedo conectarme a una red Wifi, para comunicarme con mis familiares/amigos, o revisar mis redes sociales.
 - a) Totalmente de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Totalmente en desacuerdo
- 4. Me siento nervioso cuando la batería de mi móvil se está acabando y no tengo un cargador a mano.
 - a) Si
 - b) No
- 5. Experimento ansiedad al dejarme mi smartphone en casa

- a) Totalmente de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Totalmente en desacuerdo
- 6.** Me aterra pensar que mis allegados intenten comunicarse conmigo y yo no pueda responderles porque no tengo cobertura o batería.
- a) Si
 - b) No
- 7.** Reacciono de forma agresiva o grosera cuando me dicen que soy adicto o dependiente al móvil.
- a) Si
 - b) No
 - c) A veces
- 8.** Me quedo a menudo en vela toda la noche por utilizar el móvil (hablando con amigos, conociendo gente en internet, revisando las redes sociales, viendo vídeos, etc.).
- a) Si
 - b) No
 - c) A veces
- 9.** Utilizo el móvil constantemente durante la comida.
- a) Si
 - b) No
 - c) A veces
- 10.** Compruebo el móvil constantemente mientras estoy conversando con alguien
- a) Totalmente de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Totalmente en des acuerdo
- 11.** Chequeo mi smartphone continuamente para revisar las notificaciones, incluso si no he escuchado ningún aviso
- a) Totalmente de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Totalmente en desacuerdo

12. He tenido problemas con mis amigos, familiares o pareja por utilizar el móvil constantemente.

- a) Si
- b) No
- c) A veces

Estructura familiar presencia de madre y padre

1. ¿El uso excesivo del teléfono afecta la comunicación entre padre e hijo? Si

No

A veces

Tutor 1ra y 2da línea

2. ¿Te resulta más fácil hablar por smartphone con tus familiares que hacerlo cara a cara?

Si

No

A veces

3. ¿Usas tu celular en cualquier ocasión?

Si

No

A veces.

Test de Apgar Familiar.

De los siguientes aspectos señale con una cruz la categoría de respuesta que más se apegue a su situación familiar. Para cada pregunta se debe marcar solo una x

Aspecto	Nunca	Casi nunca	Algunas Veces	Casi Siempre	Siempre
1. Me satisface la ayuda que recibo de mi familia cuando tengo algún problema y/o Necesidad					
2. Me satisface la participación que mi familia brinda y permite					
3. Me satisface como mi familia acepta y apoya mis deseos de emprender nuevas actividades					
4. Me satisface como mi familia expresa afectos y responde a mis emociones como rabia, tristeza, amor.					
5. Me satisface como compartimos en mi familia: en el tiempo para estar juntos					

Dinámica familiar

1. ¿Te distraes con tu smartphone durante clase?

Si

No

A veces

2. ¿El uso del dispositivo móvil ayuda a la comunicación con tu familia de larga distancia?

Si

No

A veces

Test de Ansiedad:

Durante las últimas 2 semanas, ¿con qué frecuencia ha sentido molestias por los siguientes problemas?

Todos los campos son obligatorios.

- 1. Sentirse nervioso/a, intranquilo/a o con los nervios de punta**
 - a) Nunca.
 - b) Varios días.
 - c) Mas de la mitad de los días.
 - d) Casi todos los días.
- 2. No poder dejar de preocuparse o no poder controlar la preocupación**
 - a) Nunca.
 - b) Varios días.
 - c) Mas de la mitad de los días.
 - d) Casi todos los días.
- 3. Preocuparse demasiado por diferentes cosas**
 - a) Nunca.
 - b) Varios días.
 - c) Mas de la mitad de los días.
 - d) Casi todos los días.
- 4. Dificultad para relajarse**
 - a) Nunca.
 - b) Varios días.
 - c) Mas de la mitad de los días.
 - d) Casi todos los días.
- 5. Estar tan inquieto/a que es difícil permanecer sentado/a tranquilamente.**
 - a) Nunca.
 - b) Varios días.
 - c) Mas de la mitad de los días.
 - d) Casi todos los días.
- 6. Molestarse o ponerse irritable fácilmente**
 - a) Nunca.
 - b) Varios días.
 - c) Mas de la mitad de los días.
 - d) Casi todos los días.

7. Sentir miedo como si algo terrible pudiera pasar

- a) Nunca.
- b) Varios días.
- c) Mas de la mitad de los días.
- d) Casi todos los días.

Test de estrés percibido

	Nunca	Casi nunca	De vez en Cuando	A menudo	Muy a menudo
1. En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido afectado por algo que ocurrió inesperadamente					
2. En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido incapaz de controlar las cosas importantes en tu vida?					
3. En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido nervioso o estresado?					
4. En el último mes, ¿con qué frecuencia has manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?					
5. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado					

ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes, ¿con qué frecuencia has estado seguro sobre tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las cosas van bien?					
8. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no podías afrontar todas las cosas que tenías que hacer?					
9. En el último mes, ¿con qué frecuencia has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que tenías todo bajo control?					
11. En el último mes, ¿con qué frecuencia has estado enfadado porque las cosas que te han ocurrido estaban fuera de tu control?					

12. En el último mes, ¿con qué frecuencia has pensado sobre las cosas que te faltan por hacer?					
13. En el último mes, ¿con qué frecuencia has podido controlar la forma de pasar el tiempo?					
14. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puedes superarlas?					

Test de Autoestima:

- 1. Siento que soy una persona digna de aprecio, al menos en igual medida que los demás.**
 - a) Muy de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Muy en desacuerdo

- 2. Estoy convencido de que tengo cualidades buenas.**
 - a) Muy de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Muy en desacuerdo

- 3. Soy capaz de hacer las cosas tan bien como la mayoría de la gente.**
 - a) Muy de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Muy en desacuerdo

- 4. Tengo una actitud positiva hacia mí mismo/a.**
 - a) Muy de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Muy en desacuerdo

- 5. En general estoy satisfecho/a de mí mismo/a.**
 - a) Muy de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Muy en desacuerdo

- 6. Siento que no tengo mucho de lo que estar orgulloso/a.**
 - a) Muy de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Muy en desacuerdo

- 7. En general, me inclino a pensar que soy un fracasado/a.**
 - a) Muy de acuerdo
 - b) De acuerdo
 - c) En desacuerdo
 - d) Muy en desacuerdo

8. Me gustaría poder sentir más respeto por mí mismo.

- a) Muy de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) En desacuerdo
- d) Muy en desacuerdo

9. Hay veces que realmente pienso que soy un inútil.

- a) Muy de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) En desacuerdo
- d) Muy en desacuerdo

10. A veces creo que no soy buena persona.

- a) Muy de acuerdo
- b) De acuerdo
- c) En desacuerdo
- d) Muy en desacuerdo

Codigo QR



Cronograma

Actividades	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Tutoría
Propuesta de tema de investigación	10							10-04-24
Elaboración de introducción, antecedentes, justificación, planteamiento del problema, objetivos e hipótesis		22						25-05-24
Corrección de introducción, antecedente, justificación, planteamiento e hipótesis		27						27-05-24
Revisión de correcciones		28						28.05-24
Elaboración de marco teórico			01					01-06-24
Mejora de marco teórico			04					04-06-24
Diseño Metodológico			06					06-06-24
Correcciones del diseño metodológico			10					10-06-24
Elaboración de instrumento de recolección de datos				05				05-07-24

Carta de solicitud de permiso a la delegación de MINED								
Entrega de Protocolo de investigación					04			04-08-24
Visita al instituto Dr Miguel jarquin vallejos para realizar coordinación para aplicar prueba piloto								10-10-24
Aplicación de prueba piloto								15-10-24
Informe de prueba piloto								16-10-24
Aplicación de instrumento								25-11-24
Vaciado, limpieza de datos								01-12-24
Realización de categorización, re categorización, dicotomización, tablas de frecuencia y tablas de contingencia de las variables								05-12-24

Elaboración de análisis de resultados								16-12-24
Discusiones								22-12-24
Elaboración de conclusiones, recomendaciones.								06-01-25
Resumen								06-01-25
Informe Final								10-02-25
Carta de aprobación								14-02-25

Esquema de investigación

