



USO INDISCRIMINADO DEL CELULAR Y PROBLEMAS DE SALUD

D. M. Guillén-Cadena^a, N. I. Beltrán-Lugo^a, B. Flores-Atilano^a, G.P. Aristizábal-Hoyos^a

^aFacultad de Estudios Superiores Iztacala. Universidad Nacional Autónoma de México, México, Méx., dulce1414@hotmail.com, star.shinemoon@gmail.com, atilann@gmail.com, titibabal@hotmail.com

RESUMEN

Las tecnologías modernas de comunicación han revolucionado el mundo y millones de personas dependemos o codependemos de ellas. Después de un uso prolongado, la actividad neuromuscular que se desarrolla al manejar estos dispositivos, es de estrés. Actualmente el uso tiende hacia el abuso de todos estos dispositivos y lamentablemente, si estamos en un país en el que ya existe un problema de salud grave como la obesidad, el uso de estos dispositivos no favorece a la actividad física, la respuesta que puede tener un niño, un adolescente, un adulto en su actividad motriz se va haciendo más lenta. La Academia de Ciencia de Nueva York, en Estados Unidos, cuenta con investigaciones que señalan otros síndromes, entre los que destacan el túnel del carpo, vibración fantasma e insomnio adolescente. La metodología es cuantitativa, ex post facto y descriptiva correlacional. La recolección de los datos se llevó a cabo mediante la aplicación del instrumento "Mobile Phone Problem Use Scale" (MPPUS), adaptado para población Mexicana por López-Fernández de la U.B. y Guillén-Cadena de la FESI-UNAM. Se hicieron tres aplicaciones a grupos de 100 estudiantes de la FES Iztacala- UNAM. Los resultados de la segunda aplicación fueron: 28% de la población hace uso ocasional, 57% uso habitual y el 15% uso de riesgo; la correlación de Pearson para el uso y la sintomatología psicológica fue de 0.614, y del uso con la sintomatología física fue de 0.397. Los resultados de la tercera aplicación fueron: 44% de la población hace uso ocasional, 44% uso habitual y el 44% uso de riesgo; la correlación de Pearson para el uso y la sintomatología psicológica fue de 0.823, y del uso con la sintomatología física fue de 0.466. Conclusiones: aún no existe el uso problemático del teléfono celular en la población estudiada, la correlación de Pearson para el uso del teléfono celular y la sintomatología psicológica incrementó de 0.614 a 0.823 de la segunda y la tercer aplicación respectivamente; además la correlación de uso y la sintomatología física también se ve incrementada de 0.397 a 0.466. En ambos casos es evidente que a mayor uso del teléfono celular, mayor será la presencia de problemas de salud. Si bien es cierto que no es tan evidente la sintomatología física, la sintomatología psicológica aparece más tempranamente. Creemos que esto se debe a que el tiempo de exposición al uso debe ser mayor y continuo para que se presenten problemas físicos.

1. INTRODUCCIÓN

Las tecnologías modernas de comunicación han revolucionado el mundo y millones de personas dependemos o codependemos de ellas, todo el tiempo. Letras más pequeñas, aplicaciones que requieren de mucha destreza visual y colores excesivos, pueden ser sus atractivos pero también su problema. Después de un uso prolongado, causan problemas de salud, tales como: sensación de vista forzada, cefalea, visión borrosa, ojo seco, dolor de cuello y hombros etc. Si observamos la actividad neuromuscular que se desarrolla al manejar estos dispositivos, es de estrés. Algunas investigaciones han demostrado que el uso excesivo de dispositivos móviles puede ocasionar afectaciones graves al organismo.



2. TEORÍA

Existen estudios que relacionan el indiscriminado uso de los teléfonos celulares con alteraciones en la degeneración de las células neuronales, es decir del cerebro y esto propicia cambios a nivel cortical, convirtiéndose en un factor predisponente para el cáncer de cerebro.

Actualmente el uso tiende hacia el abuso de todos estos dispositivos y lamentablemente, si estamos en un país en el que ya existe un problema de salud grave como la obesidad, el uso de estos dispositivos no favorece en nada a la actividad física, la respuesta que puede tener un niño, un adolescente, un adulto en su actividad motriz se va haciendo más lenta, porque pierde más tiempo en la computadora, en el iPod, en el celular o en la tablet y no hacen ejercicio. Aunado a lo anterior, se puede retrasar el desarrollo social en los niños.

Es importante mencionar que la Academia de Ciencia de Nueva York, en Estados Unidos, cuenta con investigaciones que señalan otros síndromes, entre los que destacan el túnel del carpo, vibración fantasma e insomnio adolescente.

En un estudio realizado en España por Francisca López Torrecillas el 8% de los universitarios españoles sufre un miedo irracional a no llevar el móvil encima derivado de un uso patológico de la telefonía móvil, y añade que estos jóvenes también presentan una autoestima más baja. Se manifiesta en síntomas como ansiedad, malestar general, enfado o inquietud, negación, ocultación o minimización del problema, sentimiento de culpa y disminución de la autoestima. El estudio señala, además, que los jóvenes adictos a los teléfonos móviles se aburren más a la hora de realizar actividades de ocio, son más extrovertidos y buscan más sensaciones nuevas que los no adictos. Según López Torrecillas, experta en adicciones y directora del departamento de Personalidad, evaluación y tratamiento psicológico de la Universidad de Granada, algunos autores señalan a la nomofobia (abreviatura de la expresión inglesa "no-mobile-phone phobia") como una de las últimas enfermedades provocadas por las nuevas tecnologías, "pero esta es solo un síntoma más de la adicción al móvil". La adicción al móvil se traduce en una mayor frecuencia en el uso del teléfono en el envío y recepción de email, SMS, y MMS (además de otros programas), la consulta permanente de noticias y la vigilancia exhaustiva de su teléfono móvil incluso a la hora de dormir. La investigación apunta algunos de los rasgos característicos de los adictos al móvil, que suelen presentar una baja autoestima, problemas con la aceptación del propio cuerpo y déficit en habilidades sociales y en resolución de conflictos. Además el informe señala el 'desarraigo' familiar como una de las causas principales de esta dependencia. De modo que los jóvenes usan el teléfono para encontrar el apoyo de sus familias, que en ocasiones están lejos de ellos.

Los jóvenes, principales víctimas de la nomofobia, como es de suponer, son los más vulnerables a esta "móvil-dependencia" exagerada, y así lo han demostrado los primeros trabajos que se han realizado sobre el tema, en particular en Reino Unido y en España, países donde se está investigando este nuevo fenómeno con más intensidad. Según un estudio de la firma OnePoll basándose en una encuesta realizada a mil personas, el 66% de la población británica padece ya de nomofobia, siendo un dato altamente preocupante por su masividad. Si bien para muchos puede ser complicado en la era de las comunicaciones y la dinámica social y laboral actual no caer en un círculo de "móvil-dependencia", sí debemos estar conscientes y atentos a los síntomas de este nuevo trastorno del siglo XXI que es la nomofobia, de la que seguramente escucharemos hablar cada vez con más frecuencia en los medios de comunicación.



3. PARTE EXPERIMENTAL

La metodología para el estudio es cuantitativa, ex post facto, descriptiva correlacional.

La recolección de los datos se llevó a cabo mediante la aplicación del instrumento “*Mobile Phone Problem Use Scale*” (MPPUS), adaptado para población Mexicana por López-Fernández de la U.B. y Guillén-Cadena de la FESI-UNAM; y la colaboración de Flores-Atilano y Beltrán-Lugo quien fue responsable de una nueva adaptación al instrumento.

El universo de trabajo: estudiantes universitarios de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala de la UNAM; muestra fue por conveniencia: se hizo una primera versión del instrumento que se fue modificando de acuerdo a su aplicación en tres ocasiones a 100 estudiantes en los años 2014 y 2015, dando como resultado una tercer versión.

Los criterios (Tabla 1) de inclusión fueron personas con teléfono celular que tuviera acceso a internet, además de aceptar participar en el estudio; los criterios de exclusión fueron personas que no tuvieran teléfono celular y aquellos que no aceptaron participar en el estudio; y los criterios de eliminación fueron aquellas encuestas sin haber sido contestadas en su totalidad.

Tabla 1. Participantes totales en cada aplicación de acuerdo a los criterios establecidos para el estudio.

| | |
|---------------|---|
| 1ª aplicación | 100 participantes; se eliminó 1, teniendo un total de 99. |
| 2ª aplicación | 100 participantes sin excluidos o eliminados. |
| 3ª aplicación | 100 participantes; se eliminaron 25 por no haber respondido la encuesta completamente, teniendo un total de 75. |

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes universitarios de la FES Iztacala UNAM durante los años 2014 y 2015.

Para el análisis de datos se utilizaron el software Microsoft Office Excel versión 2010 y el IBM SPSS Statistics versión 19. Confiabilidad por del alfa de Cronbach, obteniéndose los valores de la Tabla 2.

Tabla 2. Validez de la adaptación del MPPUS para población mexicana por López-Fernández y Guillén-Cadena.

| Aplicación | 1: año 2014 | 2: año 2014 | 3: año 2015 |
|-----------------------------|-------------|-------------|-------------|
| Valor para alfa de Cronbach | 0.448 | 0.875 | 0.920 |

Fuente: Instrumento aplicado a estudiantes universitarios de la FES Iztacala UNAM durante los años 2014 y 2015.

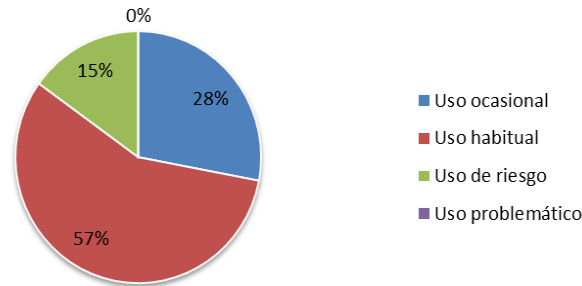
Sólo se presentarán los resultados de la segunda y tercer aplicación cuyos valores para alfa de Cronbach evidencian estadísticamente la validez del instrumento. Para su clasificación se utilizaron los percentiles 25, 50 y 75 que corresponden al uso ocasional, uso habitual, uso de riesgo y uso problemático. Finalmente se obtuvieron las correlaciones con la sintomatología psicológica y física.

RESULTADOS

En la segunda aplicación en el año 2014, el 26% de la población fueron hombres y un 74% mujeres con edad promedio de 21.9 años. El 80% tiene teléfono celular con acceso a internet. El mayor uso del teléfono celular que la población da es un 22% a llamadas, 33% a mensajes y 45% para aplicaciones. Las aplicaciones de mayor uso son 41% para whatsapp, 33% facebook, 3% Twitter, 19% música y un 4% en otras aplicaciones. El tipo de uso del teléfono celular se presenta en la gráfica 1.



Gráfica 1. Uso problemático del teléfono celular



Fuente: Segunda aplicación del instrumento MPPUS a estudiantes universitarios de la FES Iztacala UNAM durante 2014.

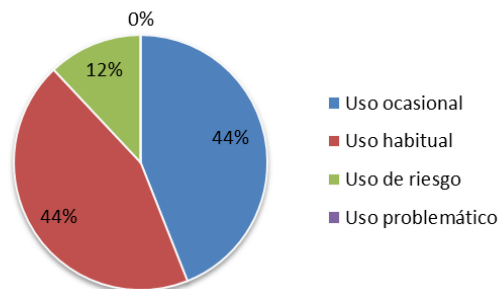
Existe correlación directa entre el uso indiscriminado y la sintomatología psicológica al obtener una Pearson de 0.614; además, existe correlación directa de Pearson al obtener 0.397 entre el cuso indiscriminado del teléfono celular y la sintomatología física (Tabla 3).

| Tabla 3. Correlación de Pearson del uso del teléfono celular con sintomatologías psicológica y física. | | |
|--|-------------|--------|
| Sintomatología | Psicológica | Física |
| Uso del teléfono celular | 0.614 | 0.397 |

Fuente: Segunda aplicación del instrumento MPPUS a estudiantes universitarios de la FES Iztacala UNAM durante 2014.

En la tercera aplicación en el año 2015, el 23% de la población fueron hombres y un 77% mujeres con edad promedio de 22.9 años. El mayor uso del teléfono celular que la población da es un 36% a llamadas, 35% a mensajes y 47% para aplicaciones. Las aplicaciones de mayor uso son 71% para whatsapp, 48% facebook, 4% Twitter, 1% Skype, 15% para el navegador y 17% para juegos. El tipo de uso del teléfono celular se presenta en la gráfica 2.

Gráfica 2. Uso problemático del teléfono celular



Fuente: Tercera aplicación del instrumento MPPUS a estudiantes universitarios de la FES Iztacala UNAM durante 2015.



Existe correlación directa entre el uso indiscriminado y la sintomatología psicológica al obtener una Pearson de 0.823; además, existe correlación directa de Pearson al obtener 0.466 entre el uso indiscriminado del teléfono celular y la sintomatología física (Tabla 4).

Tabla 4. Correlación de Pearson para uso del teléfono celular con la sintomatología psicológica y física.

| Sintomatología | Psicológica | Física |
|----------------|-------------|--------|
| Uso | 0.823 | 0.466 |

Fuente: Tercera aplicación del instrumento MPPUS a estudiantes universitarios de la FES Iztacala UNAM durante 2015.

4. CONCLUSIONES

Aún no existe el uso problemático del teléfono celular en la población estudiada, aunque en la segunda aplicación se obtuvo un 15% de uso de riesgo, sí se tiene correlación directa aún débil entre el uso y la sintomatología psicológica y física. Respecto a la tercera aplicación, el uso de riesgo fue menor que en la segunda con un 12%, sin embargo la correlación de Pearson para el uso con la sintomatología psicológica incrementó de 0.614 a 0.823; además la correlación de uso con respecto a la sintomatología física también se ve incrementada de 0.397 a 0.466. En ambos casos es evidente que a mayor uso del teléfono celular, mayor será la presencia de problemas de salud. Si bien es cierto que no es tan evidente la sintomatología física, la sintomatología psicológica aparece más tempranamente. Creemos que esto se debe a que el tiempo de exposición al uso debe ser mayor y constante para que se presenten problemas físicos. Es necesario dar seguimiento a la población estudiada para conocer las tendencias que existen respecto al uso de las tecnologías con posibles problemas de salud asociados.

BIBLIOGRAFÍA (ARIAL, bold, 10 pt. justificado a la izquierda)

- ✓ Sue D, Wing Sue D, Sue S, Santiago Huerta Y. Psicopatología. Comprendiendo la Conducta Anormal. 9a Ed. México: Cengage Learning; 2000.
- ✓ Redolar D. Cerebro y adicción. Barcelona: Editorial UOC; 2008.
- ✓ Gil A, Montse Vall- Llovera Llovet (Coords). Jóvenes en cibercafés: la dimensión física del futuro virtual. Barcelona: Editorial UOC; 2006.
- ✓ Franco J. Educación y Tecnología: solución radical. Historia, teoría y evolución escolar en México y Estados Unidos. Madrid: Siglo XXI editores; 2008.
- ✓ Paricio MP, Fernández C (coords.). Adicciones, estrategias de prevención y comunicación. Barcelona: Erasmus; 2012.
- ✓ Ariza SM; et. al. El cuidado de lo humano en el contexto universitario. Bogotá: Editorial Pontificia Universidad Javeriana; 2008.
- ✓ Sánchez AN. Crónica sentimental de la educación. España: Editorial Regional de Murcia; 2007.
- ✓ Bisquerra R. Metodología de la Investigación Educativa. España: Editorial La Muralla; 2009.
- ✓ Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la Investigación. México: McGraw-Hill/Interamericana; 2006.
- ✓ Toro ID, Parra RD. Método y conocimiento: Metodología de la investigación: investigación cualitativa/investigación cuantitativa. Medellín: Fondo Editorial Universidad EAFIT; 2004.