



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA**  
**EDUCACIÓN**  
**PSICOLOGIA CLINICA.**



**INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**  
**PREVIO LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE**  
**PSICÒLOGA CLÍNICA**

**TEMA:**

NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA  
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE  
BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

**AUTORA:**

YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA

**TUTORA:**

MSC. GRACE CONSUELO ABRIL VALLEJO

**QUEVEDO – ECUADOR**

**2018**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA**  
**EDUCACIÓN**  
**PSICOLOGIA CLINICA.**



**DEDICATORIA**

Dedico esta tesis primera mente a Dios, por haberme dejado llegar hasta donde estoy.

A mi madre Alba Nelly Mora Castro por ser mi apoyo constante y guía, quienes me ayudó a catapultarme para la obtención de mi título de profesional, quien siempre ha estado en todo momento, animándome diariamente para continuar por el camino correcto.

A mis Abuelos Anacleto Mora y Teodora Castro por estar pendiente de mí y haberme apoyado en todas las decisiones que he tomado para ser una persona de éxitos que con cada esfuerzo que han hecho ha sido para darme lo mejor.

Existen muchas más personas que no puedo nombrar, que también formaron parte de mis estudios, a los cuales reconozco también esta tesis con mucha alegría.

Yajaira Nohemy Cantos Mora



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA**  
**EDUCACIÓN**  
**PSICOLOGIA CLINICA.**



**AGRADECIMIENTO**

Especialmente agradezco a Dios, quien me ha dado la vida y cada una de las cosas que me ha concedido, llenando a cada paso de mi vida de felicidad y gratificación.

A la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo, a mis maravillosos docentes que impartieron sus conocimientos y experiencias.

A mi familia, base de apoyo constante e incondicional en mi vida. Mi madre, mi todo.

A mis amigos, seres queridos, que de una u otra manera supieron manifestar su ayuda.

Yajaira Nohemy Cantos Mora



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA PSICOLOGÍA CLÍNICA**  
**MODALIDAD PRESENCIAL**

**AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL**

Yo, **YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA**, portadora de la cédula de ciudadanía **120733966-2**, en calidad de autora del Informe Final del Proyecto de Investigación, previo a la Obtención del Título de **PSICÓLOGA CLÍNICA**, declaro que soy la autora del presente trabajo de investigación, el mismo que es original, auténtico y personal, con el tema:

**NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.**

Por la presente autorizo a la Universidad Técnica de Babahoyo, hacer uso de todos los contenidos que me pertenecen.

**YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA**

**120733966-2**



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA PSICOLOGÍA CLÍNICA**  
**MODALIDAD PRESENCIAL**

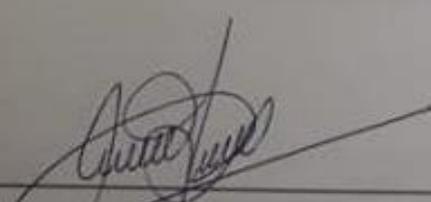
**CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR DEL INFORME  
FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA  
SUSTENTACIÓN**

**Quevedo, 31 de octubre del 2018**

En mi calidad de Tutor del Informe Final del Proyecto de Investigación, designado por el Consejo Directivo con fecha 17 de julio del presente año, mediante resolución **CD-FAC.C.J.S.E. – SO-007- RES-001-2018**, certifico que la Srta. **YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA**, ha desarrollado el Informe Final del Proyecto titulado:

**NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.**

Aplicando las disposiciones institucionales, metodológicas y técnicas que regulan esta actividad académica, por lo que autorizo al egresado, reproduzca el documento definitivo del Informe Final del Proyecto de Investigación y lo entregue a la coordinación de la carrera de la Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación y se proceda a conformar el Tribunal de sustentación designado para la defensa del mismo.

  
\_\_\_\_\_  
**AB. GRACE CONSUELO ABRIL VALLEJO, MSc**  
**DOCENTE DE LA FCJSE.**



**RESULTADO DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

EL TRIBUNAL EXAMINADOR DEL PRESENTE INFORME FINAL DE INVESTIGACIÓN, TITULADO: **NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO, AÑO 2018.**

PRESENTADO POR LA SEÑORITA: **YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA**  
**OTORGA LA CALIFICACIÓN DE:**

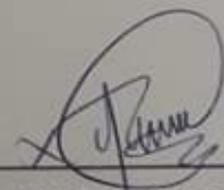
8.41 (ocho punto cuarenta y uno)

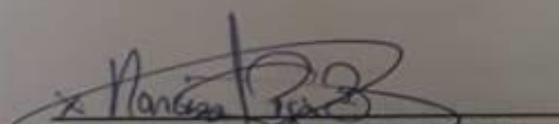
**EQUIVALENTE A:**

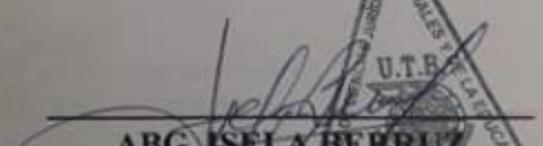
Muy Bueno

**TRIBUNAL:**

  
**TRIANA PALMA MELBA LILIAN**  
**DELEGADA DE LA DECANA**

  
**ARBOLEDA BRIONES MARTHA JUDITH**  
**DELEGADA DEL COORDINADOR DE CARRERA**

  
**VELIZ ORTEGA PEDRO LUIS**  
**DELEGADO DEL CIDE**

  
**ABG. ISELA BERRUZ MOSQUERA**  
**SECRETARIA DE LA FAC.CC.JJ.JJ.SS.EE**





UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA  
EDUCACIÓN  
PSICOLOGÍA CLÍNICA.



Quevedo 26 de Octubre del 2018

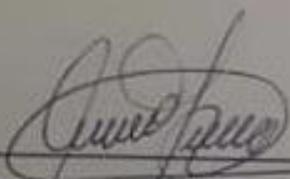
INFORME FINAL DEL SISTEMA DE URKUND

En mi calidad de Tutor del Informe Final del Proyecto de Investigación de la Srta. YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA, cuyo tema es: **NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO**, certifico que este trabajo investigativo fue analizado por el Sistema Antiplagio Urkund, obteniendo como porcentaje de similitud de [5%], resultados que evidenciaron las fuentes principales y secundarias que se deben considerar para ser citadas y referenciadas de acuerdo a las normas de redacción adoptadas por la institución. Considerando que, en el Informe Final el porcentaje máximo permitido es el 10% de similitud, queda aprobado para su publicación.

URKUND

**Documento** [urkund\\_yajaira\\_bronnes.pdf \(043087604\)](#)  
**Presentado** 2018-10-25 18:48 (-05:00)  
**Presentado por** yajairacantos93@gmail.com  
**Recibido** wbriones.utb@analysis.orkund.com  
**Mensaje** [Mostrar el mensaje completo](#)  
5% de estas 15 páginas, se componen de texto presente en 7 fuentes.

Por lo que se adjunta una captura de pantalla donde se muestra el resultado del porcentaje indicado.

  
AB. GRACE CONSUELO ABRIL VALLEJO, MSc.  
DOCENTE DE LA FCJSE.

# ÍNDICE

DEDICATORIA.....	ii
PSICOLOGIA CLINICA.....	iii
AGRADECIMIENTO.....	iii
AUTORIZACIÓN DE LA AUTORÍA INTELECTUAL;¡Error! Marcador no definido.	
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TUTOR DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA SUSTENTACIÓN..... ¡Error! Marcador no definido.	
AB. GRACE CONSUELO ABRIL VALLEJO, MSc;¡Error! Marcador no definido.	
DOCENTE DE LA FCJSE..... ¡Error! Marcador no definido.	
RESULTADO DEL INFORME FINAL DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN..... ¡Error! Marcador no definido.	
INFORME FINAL DEL SISTEMA DE URKUND;¡Error! Marcador no definido.	
ÍNDICE.....	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	xii
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	xiii
ÍNDICE DE FIGURAS.....	xiv
RESUMEN.....	xv

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	3
DEL PROBLEMA.....	3
1.1. IDEA O TEMA DE LA INVESTIGACIÓN.....	3
1.2. MARCO CONTEXTUAL.....	3
1.2.1. Contexto Internacional.....	3
1.2.2. Contexto Nacional.....	4
1.2.3. Contexto Local.....	6
1.2.4. Contexto Institucional.....	7
1.3. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA.....	8
1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	10
1.4.1. Problema General.....	10
1.4.2. Subproblemas o derivados.....	10
1.5. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	11
1.6. JUSTIFICACIÓN.....	12
1.7. OBJETIVO DE INVESTIGACIÓN.....	14
1.7.1. Objetivo general.....	14
1.7.2. Objetivos específicos.....	14
CAPITULO II.....	15
MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL.....	15
2.1. MARCO TEÓRICO.....	15

2.1.1. Marco Conceptual .....	15
Nomofobia .....	15
Adicciones Comportamentales y Tecnológicas .....	18
Causas .....	22
Sintomatología .....	26
Tratamiento .....	30
Prevención.....	33
Nomofobia y Rendimiento Escolar.....	35
Nomofobia y Familia .....	37
Abordaje Social.....	40
Rendimiento académico .....	44
2.1.2. MARCO REFERENCIAL SOBRE LA PROBLEMÁTICA DE INVESTIGACION. ....	46
2.1.2.1. Antecedentes investigativos .....	46
2.1.2.2. Categoría de análisis. ....	48
2.1.3. Postura Teórica .....	50
2.2. HIPÓTESIS .....	52
2.2.1. Hipótesis general.....	52
2.2.2. Subhipótesis o derivadas .....	52
2.2.3. Variables .....	53
Variable independiente. ....	53
Variable dependiente.....	53

CAPÍTULO III. ....	54
RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	54
3.1. RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	54
3.1.1. Pruebas estadísticas aplicadas .....	54
3.1.2. Análisis e interpretación de datos .....	55
3.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES .....	60
3.2.1. Específicas .....	60
3.2.2. General .....	61
3.3. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES .....	61
3.3.1. Específicas .....	61
3.3.2. General .....	62
CAPÍTULO IV.- .....	62
PROPUESTA DE APLICACIÓN.....	62
4.1. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS .....	62
4.1.1. Alternativa obtenida .....	63
4.1.2. Alcance de la alternativa .....	63
4.1.3. Aspectos básicos de la alternativa .....	64
4.1.3.1 Antecedentes .....	65
4.1.3.2. Justificación .....	66
4.2. OBJETIVOS .....	68
4.2.1. General .....	68

4.2.2. Específicos .....	68
4.3. ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA .....	69
4.3.1. Título .....	69
4.3.2. Componentes .....	69
4.4. RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA .....	96
BIBLIOGRAFÍA .....	97

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> Población y muestra .....	54
<b>Tabla 2.</b> Aparato tecnológico que los estudiantes utilizan regularmente .....	56
<b>Tabla 3.</b> uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes .....	57
<b>Tabla 4.</b> Nomofobia .....	58
<b>Tabla 5.</b> Frecuencia que miras o consultas el teléfono celular .....	59

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Grafico 1	Aparato tecnológico que los estudiantes utilizan regularmente .....	56
Grafico 2	Problemas por el uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes....	57
Grafico 3	Nomofobia .....	59
Grafico 4	Frecuencia que miras o consultas el teléfono celular .....	60

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 .....	74
Figura 2 .....	76
Figura 3 .....	79
Figura 4 .....	82
Figura 5 .....	84
Figura 6 .....	88
Figura 7 .....	93

## **RESUMEN**

En nuestro siglo se han incrementado la nomofobia aumentando el interés por este problema, especialmente por la implicación de población cada vez más joven. El objetivo del presente trabajo es determinar los efectos en la agilidad mental para el razonamiento lógico producidos por la dependencia de consumo de teléfono celular en los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

Esta investigación se justifica y ratifica la hipótesis de la investigación sobre la dependencia del uso excesivo del celular, con relación a su agilidad mental y al bajo rendimiento escolar de sus aprendizajes.

La problemática se centra en que habiendo observado de manera amplia y constante los numerosos cambios que la telefonía móvil han dictado sobre la comunidad global, surge el interés por conocer más detalladamente los efectos de esta revolución tecnológica en nuestro propio entorno.

Si bien la aparición de nuevas tecnologías produce cambios en todos los niveles de la sociedad, es cierto que, quienes se ven más afectados, positiva o negativamente según la naturaleza del cambio, son aquéllos que han nacido al tiempo de su implantación en la sociedad, así como las generaciones posteriores que viven adaptadas al nuevo entorno y se desarrollan conjuntamente con dichas tecnologías.

En este trabajo investigativo hago la propuesta de poner en práctica una guía para identificar y tratar la Nomofobia a fin de evitar su dependencia excesiva en los teléfonos celulares.

No hay duda de la necesidad de que profesores y estudiantes accedan a la telefonía celular móvil, lo que hay que considerar cuidadosamente la mejor manera de sacarle beneficio a este acceso y controlar de manera objetiva las falencias que provoca la dependencia de los celulares en los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

Palabras claves: Nomofobia, Implicación, Agilidad, psicología, Ratifica. Afectados.

## INTRODUCCIÓN

Los estudiantes rodeados de tecnología, a diferencia de los adultos que han tenido que acoplarse hacia esta nueva era. Las nuevas tecnologías vinieron a modernizar los medios de comunicación, convirtiéndolos en algo rápido y alcanzable, pasando a ser una de las herramientas más utilizadas por todos. La necesidad de comunicarse a distancia y de forma veloz dio lugar al desarrollo de diferentes sistemas modernos con codificación un poco más compleja pero efectiva, “la telefonía inalámbrica” su uso cada vez fue aumentando y se fueron creando y desarrollando más formas de acceso para facilitar al usuario la comunicación. Se conoce con el nombre de Smartphone o “teléfono inteligente” a todos aquellos aparatos que facilitan nuestra comunicación entre personas, ya sea de diferentes lugares o contextos. Estos teléfonos son aparatos móviles con la capacidad de una computadora personal (García Martínez, 2014).

Los estudiantes pueden construir un espacio de comunicación propio con el teléfono celular utilizando un nuevo código de expresión, especialmente con el lenguaje textual de la mensajería móvil con abreviaturas, acrónimos, ideogramas, anglicismos y emoticones. Esto los convierte en perfectos candidatos para introducir y producir nuevas pautas de comportamiento y relaciones sociales en la sociedad (García Martínez, 2014).

Todo este proceso ha creado, por así decirlo, una “dependencia” a este tipo de artículos (Teléfonos celulares), cuando olvidan el celular en sus casas, les queda poca batería o se encuentran en un área que tiene poca cobertura o mala señal, comienza a

sufrir una gran ansiedad, es posible que sufra de Nomofobia. Esta conducta se clasifica dentro de las nuevas enfermedades que emergieron por la aparición y el uso masivo de las nuevas tecnologías. Los usuarios de teléfonos celulares sufren de esta fobia, cuyos síntomas son ansiedad, inestabilidad, agresividad y dificultad para concentrarse (García Martínez, 2014).

# **CAPÍTULO I**

## **DEL PROBLEMA**

### **1.1.IDEA O TEMA DE LA INVESTIGACIÓN.**

Nomofobia y el Rendimiento Académico en los Estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo “Extensión Quevedo”.

### **1.2.MARCO CONTEXTUAL.**

#### **1.2.1. Contexto Internacional.**

(About, 2012) expone que el teléfono se ha convertido en un accesorio imprescindible en todo el mundo, a tal grado que la empresa británica SecurEnvoy en 2011, tras la realización de un estudio sobre el tema en el Reino Unido, acuña el término nomofobia para definir el miedo irracional a salir de una casa sin un teléfono móvil SecurEnvoy encontró que dos tercios de la población (66%) sentían temor a perder o estar sin su teléfono móvil.

(About, 2012) afirma que a nivel mundial los jóvenes son los que mayormente utilizan este método de comunicación. Los expertos en el tema nos comunican que el uso del móvil se ha vuelto, ante los ojos de los jóvenes la representación de seguridad, y que en ocasiones es el único vínculo seguro con los padres. Los jóvenes usuarios prefieren el celular por su habilidad de promover la radio, televisión, videos e internet en un solo artefacto práctico y con la facilidad de llevar a cualquier lado.

Desde la aparición de los teléfonos inteligentes o Smartphones en el mercado estos han sido utilizados en gran parte del mundo, teniendo un auge principal en América del Norte y América del Sur donde los smartphones se han convertido en una herramienta muy popular. Cabe recalcar que la principal intención de las empresas que ofrecen estos productos ha sido casi en su totalidad sustituida por las relaciones interpersonales especialmente entre los jóvenes estudiantes.

### **1.2.2. Contexto Nacional.**

Si es que no podría estar alejado de su smartphone y mucho más aún, solo la idea de que eso ocurra le causa miedo, desesperación, angustia y hasta palpitaciones, usted estaría atravesando un cuadro de nomofobia.

Todavía la nomofobia, que es el miedo incontrolable a salir de casa sin el teléfono móvil, no está considerada como una patología o un trastorno del comportamiento, pero lo cierto es que es consecuencia de una adicción al uso descontrolado del móvil.

Así lo explica la psicóloga (Escobar P. , 2015), del Instituto de Neurociencias de Guayaquil, donde se brindan 9.000 atenciones mensuales en las áreas de psicología y psiquiatría.

La existencia de la nomofobia ya ha sido comprobada por estudios y el tema no es ajeno al Ecuador, donde el 51,3% de la población de 5 años y más tiene, por lo menos, un celular activado, según la última encuesta de Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC).

“Es una fobia, producto del creciente uso de la tecnología, ahora el psicólogo tratamos a pacientes estresados por el celular, a adolescentes que llegan a consulta junto a sus padres, quienes dicen no saber qué hacer porque sus hijos no dejan el teléfono ni para ir al baño. Con ellos se trabaja una terapia de comportamiento”, dice la psicóloga clínica Jenny Alvarado.

Bastaron 10 minutos en el centro de Guayaquil para que un equipo de Televistazo compruebe que un gran número de peatones camina por la calle con el teléfono en la mano, sin temer sufrir un accidente de tránsito o ser víctimas de la delincuencia.

A esta adicción se la conoce como nomofobia, que no es otra cosa que el miedo a quedarse sin celular o no tener acceso a Internet.

En Ecuador, habitan cerca de 16,6 millones de personas. y de ellas, aproximadamente 14,7 millones están abonadas a telefonía móvil. Así lo registra el Ministerio de Telecomunicaciones hasta julio de 2016. Eso significa una densidad de casi el 90 por ciento, pues hay usuarios que poseen más de un dispositivo.

### **1.2.3. Contexto Local.**

En cualquier evento en que nos podamos encontrar, incluso en los lugares abiertos y caminando por las calles, el paisaje que se divisa en la ciudad de Quevedo, responde a la imagen de personas pegadas a un móvil, en un espectáculo que todos hemos creado y que lo único que denota es que estamos inmersos en un padecimiento que se denomina “nomofobia” (nuevo término acuñado del anglicismo “nomophobia”), como patología que consiste en sufrir ansiedad o miedo al olvidar el móvil, quedarse sin batería o estar fuera de cobertura, y creer que estamos incomunicados. Esto es, un miedo irracional a estar sin teléfono móvil.

#### **1.2.4. Contexto Institucional.**

Los estudiantes de la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo “Extensión Quevedo”, ubicada en el cantón Quevedo, Provincia de Los Ríos, no están llevando ningún control acerca de la problemática la “nomofobia”, debido a la falta de conocimiento en su aplicación, ya que al ser una enfermedad nueva no logramos identificarla y deducimos que estar pendientes del celular y no de las personas tu alrededor es algo común en nuestra sociedad.

Se hace necesario implementar técnicas de superación lo más pronto posible la realización que cuenten con la participación voluntaria y decidida de los estudiantes para asegurar el éxito en su implementación, así como también se hace necesario realizar un análisis que permita conocer la incidencia de la misma en el rendimiento académico de los estudiantes que están realizando sus estudios en esta institución educativa superior.

### **1.3.SITUACIÓN PROBLEMÁTICA**

La problemática de nomofobia en Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo es algo preocupante por esto el uso del teléfono celular sin importar el entorno donde se encuentren en especial en las aulas de clases que por la atención al teléfono no prestan la adecuada atención a los docentes y es ahí cuando su rendimiento escolar disminuye por lo cual no aplica las calificaciones requeridas para seguir estudiando.

En este nuevo siglo se avanza de una manera vertiginosa debido a las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC); con ellas, las sociedades en general han sufrido cambios ya que estas abarcan en el nuevo vivir todas las esferas sociales en el mundo. Giran de manera interactiva e interconexiónadas en torno a tres medios básicos: la informática, la microelectrónica y las telecomunicaciones; permitiendo la comunicación a nivel mundial.

A través de estas tecnologías los individuos se interconectan transmitiéndose sentimientos, conocimientos, emociones, vivencias entre otros; generando así cambios culturales a nivel educativo, social, religioso, político, económico etc. Entiéndase por tecnologías de la información y comunicación como el conjunto de herramientas, soportes y canales utilizados para el acceso y manejo de la información van surgiendo de la unión de los avances propiciados por el desarrollo de la tecnología electrónica y las herramientas conceptuales, tanto conocidas como aquellas otras que vayan siendo

desarrolladas, como consecuencia de la utilización de estas mismas nuevas tecnologías y del avance del conocimiento humano.

Dentro de estas tecnologías se encuentra el internet y el teléfono móvil, ambos dignos representantes de esta nueva era. Hernández et al., han definido al internet como un salto cualitativo de gran magnitud, que ha cambiado y redefinido los modos de conocer y relacionarse del hombre.

El uso del teléfono móvil por su parte ocupa un lugar aventajado convirtiéndolo en instrumento imprescindible en su proceso de socialización. Los cambios generados en la sociedad por las Tecnologías Informáticas y de comunicación han cobijado a los jóvenes universitarios que ven en ellas una manera de sentirse en sociedad. El teléfono móvil, por ejemplo y según expertos es un instrumento básico y necesario para sentir que pertenecen a un grupo social, una forma de interactuar entre ellos, de estar siempre en continua comunicación y alerta a las novedades que van surgiendo. No sólo es un aparato atractivo del que pueden beneficiarse, sino que también debido a la demanda creada por la sociedad actual, les provoca frustración por no estar al día.

## **1.4.PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

### **1.4.1. Problema General**

¿De qué manera la nomofobia influye en el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo?

### **1.4.2. Subproblemas o derivados**

¿Qué dificultades genera la nomofobia en el rendimiento académico tienen los estudiantes de la carrera de psicología clínica?

¿Cuál es la influencia de la nomofobia en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica?

¿Cuál es la guía de talleres para la superación de la nomofobia que mejoran el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica?

## 1.5.DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La delimitación de este proyecto de investigación es la siguiente:

**Delimitación especial:** Este proyecto de investigación se realiza Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo ubicado en la parroquia San Camilo, Vía Valencia La Judith del cantón Quevedo, provincia de Los Ríos.

**Área:** Psicología Clínica.

**Campo:** Educativo

**Línea de investigación de la universidad:** Educación y desarrollo social.

**Línea de investigación de la facultad:** Talento humano, educación y docencia.

**Línea de investigación de la carrera:** Prevención y Diagnostico

**Sub-Línea de investigación:** Nomofobia y su incidencia en el rendimiento académico

**Delimitación temporal:** El proyecto de investigación se realiza en el año 2018.

**Delimitación demográfica:** La investigación está dirigida a los estudiantes de la carrera de psicología clínica.

## 1.6.JUSTIFICACIÓN

Se piensa que en la actualidad vivimos en constancia con el uso inadecuado del celular ya que eso no es lo correcto y podría generarse muchos problemas, la dependencia de los teléfonos celulares se ha convertido en una adicción, al parecer los jóvenes han considerado al teléfono celular como una parte más de ellos ya que si no lo tuviera se desesperan por temor a quedarse aislado lo llevan consigo todo el tiempo tanto es la necesidad de estar conectado que si no le llegara ningún mensaje comienzan a irritarse, enojarse, ponerse de mal humor hasta deprimirse.

Pensamos que un caso grave deriva muchas desventajas de ellos y creemos que es algo riesgoso para los jóvenes tanto físicamente como psicológicamente. Cuando estas tecnologías son utilizadas de manera irresponsable puede acarrear problemas en la salud física y psicológica de los estudiantes trayendo consecuencias en la salud mental, problemas familiares, sociales, de rendimiento académico, depresión, trastorno bipolar, déficit de atención e hiperactividad y suicidio.

En la universidad técnica de Babahoyo extensión Quevedo se ha venido observando que hay algunos estudiantes en la cual presentan este tipo de problemas ya que se ve de una manera muy preocupante esto podría estar afectando a la vida de cada individuo y a las personas que están a su alrededor ¿Cuáles son las ventajas y desventajas de utilizar el celular?

Se considerar al teléfono celular como una herramienta útil de comunicación debemos de tener presente que siempre hay unos pros y contra relacionado 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.

Aporta que los estudiantes tengan buen conocimiento del tema que sepan de lo que se está tratando ya que da ayuda para un buen desempeño académico si es llevado con modalidad y solo lo utilizan para ese método claro que es de ayuda, pero si ya lo utilizan para nuevas cosas como son los chats los videojuegos y redes sociales no adecuada se estaría perdiendo la creatividad del internet. Este beneficio se estaría dando a todos los seres humanos que lo estarán utilizaran con un buen fin.

## **1.7.OBJETIVO DE INVESTIGACIÓN**

### **1.7.1. Objetivo general**

Identificar la presencia de nomofobia y su influencia en el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo.

### **1.7.2. Objetivos específicos**

Conocer el nivel del rendimiento académico que tienen los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo.

Relacionar el rendimiento académico con la nomofobia de los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo.

Elaborar una guía de talleres para la superación de la nomofobia que motive el aprendizaje y lograr un buen rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL**

#### **2.1. MARCO TEÓRICO**

##### **2.1.1. Marco Conceptual**

###### **Nomofobia**

(Ponce, (2011), comenta que se considera que la Nomofobia es una de las patologías tecnológicas más modernas y de aparición reciente, es conceptualizada como el miedo irracional a quedarse sin teléfono móvil ya sea momentáneamente o para siempre. Su nombre proviene de la expresión inglesa “no-mobie-phone phobia” que significa “sin móvil o celular”. Las personas usuarias de estos teléfonos según un estudio realizado por investigadores españoles sufren un tipo de patología llamada Nomofobia, una enfermedad que es causada por el pánico a sentirse desconectado sintiendo el miedo irracional de salir a la calle sin el teléfono e incluso estar dentro del hogar sin tener el teléfono cerca.

Antiguamente se consideró que a partir del año 2000 no existirían nuevas enfermedades ya que con el aumento y la ciencia las enfermedades serían parte de la historia, pero hoy la realidad es muy distinta, comienzan a aparecer nuevas enfermedades que justamente llegan de la mano de la ciencia y las nuevas

tecnologías como es llamada la tecnología de bolsillo que permite el avance de una dependencia psicosomática por un dispositivo móvil.

El mercado de los teléfonos inteligentes según la Corporación Internacional de Datos (IDC), creció 55% el 2011 y va en aumento a medida que los consumidores compran dispositivos más sofisticados, haciendo una proyección que en el 2015 el aumento llegará a casi 1.000 millones de unidades en relación al estudio realizado en el 2011.

El uso de la telefonía móvil según (Pérez, (2012), indica que se ha convertido en parte de la vida cotidiana de las personas en el mundo llamado civilizado, este medio de comunicación permite que el flujo de información entre los seres humanos sea más rápido y fácil, pues solo se requiere estar en una zona que tenga la cobertura necesaria y el crédito suficiente, para no solo tener acceso telefónico o de mensajes de texto con otros, sino también acceder a internet, tomar fotografías o videos de excelente calidad, escuchar radio, tener en aparato la agenda del día o utilizar paquetería de cómputo, todo en un simple y diminuto artefacto. Entre más ofrece el móvil se ve marcado directamente proporcionales al nivel de adicción en las personas, entre más ofrece el móvil más dependiente se es de él, lo que a corto plazo se manifiesta en trastornos muy peculiares.

El director de cine Stanley Kubrick en 1968 estrenó la película llamada 2001 A Space Odyssey, un largometraje que se convirtió en objeto de culto en la historia del cine mundial no solo por estar tan avanzada en cuestiones de ciencia ficción, sino porque, además, presentaba al espectador una profunda reflexión acerca de la

compleja relación del hombre con la tecnología que crea para encontrar soluciones a sus problemas y mejorar su calidad de vida.

Kurbick en el largometraje advertía que el hombre puede llegar a ser un dependiente absoluto de los objetos que crea o diseña, lo que a la larga puede representar un peligro para su existencia o racionalidad. Por desgracia muy pocos hicieron caso de esta profecía, fue así que a través de los años se empezaron a generar en el ser humano adicciones a ciertos productos tecnológicos, como la televisión, el control remoto, las computadoras y la internet, acarreado consigo los correspondientes trastornos físicos y emocionales que van de la mano con cualquier tipo de adicción.

(Perez, (2013) El miedo o la incertidumbre que se experimenta cuando no se tiene a la mano o funcionando el teléfono móvil también es Nomofobia y se le categoriza como fobia porque la ausencia o mal funcionamiento de este artefacto, está generando en las personas afecciones psicológicas muy importantes, como son angustia, desesperación, falta de atención, inseguridad, estrés y hasta la ira no controlada, indicadores de una afección comportamental y psicológica por lo que no se puede descartar como una de las patologías más cotidianas del presente siglo producto de la adicción a la tecnología.

(Perez, (2013), dice que otro de los aspectos que se ve perjudicado en la aparición de esta patología comportamental es la afección en los procesos de comunicación interpersonal entre los individuos, porque es un aparato tan necesitado por el nomofóbico que no le presta atención a todo lo que está a su alrededor familia,

amigos, trabajo, y otros y esto hace que el sujeto no comparta ni conviva con los que le rodean. En otros casos se ha comprobado que en reuniones de trabajo están las personas con los teléfonos móviles en la mano esperando a que les ingrese un mensaje de texto y continuar con la plática que tienen con sus amigos, pero ya es una relación más dependiente del aparato que de las mismas ganas de querer estar comunicado, ello perjudica el contexto en el que se presenta y en un área de trabajo será falta de respeto hacia las personas que se tienen alrededor.

Hay que tener en cuenta que la comunicación no verbal se ve perjudicada cuando un sujeto presenta esta patología ya que lo que el transmite es que la plática que tiene frente a frente con otra persona no es tan importante o no está poniendo la atención adecuada que se merece y que esta comunicación puede ser fácilmente sustituida por una llamada o por un mensaje proveniente del teléfono móvil (Perez, (2013).

### **Adicciones Comportamentales y Tecnológicas**

Al iniciar el tema de las adicciones comportamentales (López, (2004), definen que una adicción consiste en una pérdida de control de la persona ante cierto tipo de conductas que tienen como características producir dependencias, síndrome de abstinencia, tolerancia, vivir para y en función de esa conducta y otros. Se debe anotar que toda adicción siempre provoca un malestar significativo en la mayoría de las áreas en donde se desenvuelve el individuo.

Dentro de las adicciones comportamentales de las más comunes están el juego patológico, el comer compulsivo, el sexo compulsivo, el trabajo compulsivo, las compras compulsivas y otras más, junto a las nuevas tendencias que son las adicciones tecnológicas, entendiendo a aquellas adicciones en sentido clínico que cumplen los criterios como el producir dependencia, abstinencia y los otros descritos anteriormente y motivan al sujeto a buscar tratamientos por la incapacidad que ello les produce en su vida (Chóliz, 2009).

El patrón conductual de la adicción plantea primero la adaptación a las nuevas formas de adquirir la información y comunicación que pueden generar trastornos o desadaptaciones psicológicas más o menos permanentes (Castellana, 2007) exponen que en este milenio están emergiendo un tipo de desasapiones conductuales producto de la generalización de las tecnologías de la información y la comunicación, en los inicios estos avances fueron creados para informar y comunicar a la población en general y que se pudiera tener el acceso a la información de manera más fácil y sencilla e incluso no importando distancias podía ser obtenida en el preciso momento y también fueron creadas para poder comunicar a las personas no importando el espacio físico o geográfico en el que se encuentran, la comunicación se da directamente, pero por el mismo, es susceptible que estos avances puedan afectar la voluntad de control, lo que provoca junto a otros factores personales y ambientales la aparición de la conducta adictiva a estos medios.

(Beranuy, 2006), opina que estas tendencias son tan modernas como las mismas creaciones ya que en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV-TR ni la Clasificación Internacional de las Enfermedades reconocen las

adicciones conductuales como trastornos mentales excepto el juego patológico en el epígrafe de los trastornos del control de impulsos y de la misma manera no existe consenso en la nomenclatura sobre el fenómeno y se le asignan diferentes nombres de acuerdo a quien las estudie, exponga o quien las desee trabajar. Es papel del psicoterapeuta brindar mayor atención en estos problemas que afectan de manera directa la relación causando así problemas en las relaciones sociales y en las actividades de la vida diaria, especialmente en la infancia y adolescencia.

La adolescencia es una etapa que merece una atención especial con respecto a las relaciones con las tecnologías de información y la comunicación sobre todo porque es un colectivo muy sensible al momento y al entorno social en el que vive, también porque estas tecnologías están especialmente presentes en la vida, dentro de las fascinaciones o adicciones tecnológicas más marcadas por los adolescentes esta el internet, el móvil y los videojuegos argumentando que sirve para saciar ocio, satisfacer la curiosidad y por diversión.

(Castellana, 2007), indican que en estos días las tecnologías inteligentes ocupan un espacio importante en el desarrollo de la actividad humana cotidiana que incluye a cada una de ellas en el diario vivir y ya no simplemente como un lujo o un aspecto importante sino como una necesidad para el desarrollo de las actividades que se desarrollan a diario, esta misma actitud genera una estructura psicológica y social, que no necesariamente se lleva a cabo en el plano de lo real; sino más bien comienza a ocupar un espacio meramente virtual.

Los medios de comunicación masivos y la explotación tecnológica que aun en este tiempo se encuentran en el punto cumbre provocan lo que se conoce como la revolución social más grande en la historia contemporánea de la humanidad, ya que en el proceso y desarrollo consiguen modificar significativamente diversas estructuras que van desde lo social hasta la persona.

(Castellana, 2007), definen a las adicciones tecnológicas como aquellas que involucran la interacción del hombre-máquina, y las divide entre pasivas como la televisión entre otras y activas como el internet, móvil, videojuegos y más. El diagnóstico de la adicción a la tecnología parte del mismo principio que las adicciones a sustancias, se definen tres síntomas nucleares. Incapacidad de control e impotencia.

(Paz, 2014), menciona que la conducta se realiza pese al intento de controlarla o no se puede detener una vez iniciada.

Dependencia psicológica. Incluye el deseo, ansia o pulsión irresistible y la polarización o focalización atencional, al convertirse la actividad en la más importante al dominar pensamientos y sentimientos.

Efectos perjudiciales graves en diferentes ámbitos para la persona, conflicto interpersonal, experimentándose subjetivamente malestar, ámbito familiar y social, conflicto interpersonal, trabajo, estudio, ocio, relaciones sociales y otras.

Dentro de los síntomas no esenciales más frecuentes en la adicción comportamental y tecnológica se puede notar: Tolerancia y abstinencia.

Modificación del estado de ánimo y sensación creciente de tensión que precede inmediatamente el inicio de la conducta. Placer o alivio mientras se realiza la conducta. Agitación o irritabilidad si no es posible realizar la conducta.

Euforia y trance mientras se desarrolla la actividad.

Negación, ocultación y minimización.

Sentimientos de culpa y disminución de la autoestima.

Riesgo de recaída y de reinstauración de la adicción (Paz, 2014).

Las adicciones comportamentales y tecnológicas son hechos que hace algunos años atrás nadie se imaginó poder llegar a padecer y se estipula que en la actualidad el porcentaje es muy alto de padecimientos de este tipo de adicción y son más volubles las poblaciones infantiles, adolescentes y jóvenes ya que son ellos los que están más al pendiente de los avances tecnológicos y tienen la idea errónea que el poseer los aparatos o artefactos más modernos les da un status más alto y elevado.

## **Causas**

El móvil según (Notimex, 2015) definen que tiene una serie de atributos que lo hacen singularmente atractivo a los adolescentes; autonomía respecto de los padres, optimización de la comunicación con las amistades, o ampliación y mantenimiento de las relaciones interpersonales. Como el teléfono no solamente es un instrumento para hablar a la distancia, que es lo que etimológicamente significa, sino que dispone de un amplio elenco de funciones relacionadas con las innovaciones tecnológicas que son extraordinariamente atractivas para los jóvenes, esta multifuncionalidad, añade al hecho de la significación que adquiere para los adolescentes puede explicar no solo la fascinación que provoca en ellos, sino el hecho de que los adolescentes utilicen el móvil de distinta manera y puede que con diferente frecuencia.

(Notimex, 2015), plantea entre las causas más características se pueden diferenciar las siguientes:

**Autonomía:** el móvil es un instrumento que permite definir el propio espacio personal y que les provee autonomía respecto a los padres de familia, no obstante al mismo tiempo que preserva la intimidad y favorece una esfera de autonomía, crea otra dimensión de control paternal ya que para los padres el móvil es una fórmula de control de los hijos, una auténtica correa digital que les permite conectar con ellos cualquier momento o lugar.

**Identidad y Prestigio:** más que la propia posesión del móvil, el tipo de aparato significa status, estilos de conducta o actitudes, en definitiva, moda. Para muchos adolescentes el móvil se convierte en un objeto personalizable y personalizado, que refleja actitudes y valores un auténtico símbolo de identidad y prestigio.

Aplicaciones Tecnológicas: las innovaciones tecnológicas asociadas con la computación y electrónica ejercen una fascinación especial en los adolescentes, quienes no solo están dispuestos a dedicar tiempo y esfuerzo en aprender a utilizar las numerosas funciones que les brindan los desarrollos tecnológicos, sino que también suelen adquirir las destrezas implicadas en dichas aplicaciones con mayor rapidez que los adultos (Notimex, 2015).

Actividades de Ocio: las innovaciones tecnológicas del móvil no solo están al servicio de la optimización del proceso de comunicación, sino que en muchos casos son esencialmente una forma de disfrutar del tiempo libre y convierte una fuente de ocio especialmente atractiva para los adolescentes ya que poseen las características esenciales de las conductas motivadas intrínsecamente, tales como reto óptimo o autodeterminación (Notimex, 2015).

Fomento y Establecimiento de Relaciones Interpersonales: las diferentes aplicaciones del móvil favorecen el establecimiento y mantenimiento de las relaciones interpersonales, entre otras funciones las llamadas perdidas sirven para manifestar a otra persona que se recuerdan de ella mientras que los mensajes cortos mantienen activos los vínculos afectivos o de amistad.

Instrumentalidad: los servicios que el móvil ofrece son los aspectos más elementales por lo que los buscan y prefieren quien lo adquiere, entre más instrumentos útiles posee el móvil mayor será la adicción que éste pueda provocar. Se puede adquirir un teléfono móvil por el simple hecho de poseer alarma e incluso

vienen equipados para personalizar el sonido que se desee agregar, puede servir también como reloj de bolsillo, grabadora, agenda electrónica, agenda telefónica (que provoca la poca memorización de números telefónicos), plataforma de juegos e incluso como aparato reproductor de música o reproductor de radio (Quelart, 2015).

Uso y trabajo: según (Escobar, 2012), comenta que en la entrevista presentada en CNN por la doctora Sanjay Dixit informa que los trabajadores que tienen en su poder por más de tres horas seguidas el móvil son más propensas a padecer esta enfermedad tecnológica y que pueden presentar el cuadro sintomático de la Nomofobia por la misma predisposición a poseer en todo momento el móvil y contar con todos sus servicios sabiendo adecuadamente que es únicamente por trabajo que ellos lo adquieren.

Disponibilidad y/o amplia frecuencia: se realizaron estudios donde se investigó que dentro de las causas de la aparición de la Nomofobia está la señal que tenga el móvil, mientras más señal se tenga con el dispositivo móvil mayor será el nivel de adicción porque se tiene más capacidad para enviar y recibir SMS, llamadas, entre otros servicios que éste pueda ofrecer.

Servicio de Redes Sociales: este es un paquete que ofrecen ciertas compañías telefónicas y consta de tener en el dispositivo la facilidad de acceder a las redes sociales que el internet ofrece, hacer comentarios, publicaciones y otras acciones en cualquier parte y a cualquier momento, no esperando tener una conexión a internet o acceder a un servidor especial.

Son acciones que están precargadas desde la compañía que las ofrezca y esto provoca el querer tener en todo momento el celular y así poder hacer cualquier tipo de publicación en las redes sociales que se deseen (Escobar, 2012).

### **Sintomatología**

Para (Castellana, 2007), indican que el celular es un dispositivo técnico que permite ser desplazado de un lugar a otro y que se convirtió en objeto personal, propio, exclusivo e íntimo presente en muchos aspectos de la vida utilizándolo en su mayoría en aspectos de la vida diaria, tal es el caso de despertador, incluso hay personas que duermen con el celular bajo la almohada o en la mesita de noche, otros más lo usan como reloj de bolsillo, cámara fotográfica, grabadora, agenda electrónica. El móvil en estos tiempos es tomado como un accesorio más de la vestimenta personal, integrándose a la llamada Esfera Personal; que es todo lo que se relaciona con los artículos de primera mano que sirven en la vida diaria, es tan común esto en nuestros días que llevar el celular en la mano es similar a portar la billetera, cartera o algunas fotos teniendo una relación estrecha con toda el área emocional.

(Paz, 2014) menciona que los estudios de Nomofobia y otras adicciones demuestran que nunca un aparato tecnológico se había convertido en un aspecto tan importante en la vida diaria de las personas determinando el poder de la identidad individual, llegan a modificar tantas áreas de la personalidad demostrando comportamientos obsesivos, aspectos emocionales entre otras áreas de importancia.

Dentro de los síntomas más comunes podemos enlistar.

Incapacidad para controlar o interrumpir el uso: el nomofóbico ya no controla sus actos y la necesidad de estar conectado o en uso del celular. Los actos en los cuales no tiene control de sí mismo y por más que lo desee no puede interrumpir el uso máximo cuando está en una sala de chat con los contactos. No puede entablar una conversación directa con los semejantes por la misma incapacidad de controlar el deseo de uso.

Perseverancia en la conducta negativa: la persona que padece Nomofobia reconoce que es una conducta indebida y anormal la adicción de poseer en todo momento el móvil y esto genera un clima de incomodidad psicológico ya que desea seguir chateando, mensajeando entre otras funciones a pesar de saber que el uso desmedido puede desarrollar en él la patología denominada Nomofobia. Hay un malestar clínico significativo por el desequilibrio que esto provoca y pese a ello sigue la conducta y acrecenta la adicción.

Infracciones por el uso del móvil: es común que en la actualidad los encargados del ordenamiento vehicular infraccionen a los pilotos por el uso del celular mientras conducen ya sea por realizar o contestar llamadas o también enviar o recibir mensajes mientras conducen, situación que puede provocar percances automovilísticos al saber que el reglamento de tránsito prohíbe tal conducta. Otra de las infracciones puede ser en un salón de clases en donde se prohíbe el uso de celulares y pese a ello el nomofóbico lo hace y porta el móvil al hacer uso de él en lugares donde sabe que no lo puede realizar (Beranuy, 2006).

Perdida de la noción del tiempo: el nomofóbico no sabe controlar el tiempo que navega dentro de las funciones del móvil, no es consciente del tiempo que emplea en el dispositivo y puede completar una cantidad alta de uso sin darse cuenta dejando a un lado todo lo que está al alrededor (Beranuy, 2006).

Pérdida de tiempo laboral/académico debido al móvil: para el individuo no es indispensable dedicarle tiempo al trabajo o estudio como al móvil y lo llegan a usar en cualquier momento y ante cualquier situación en la que se encuentren no respetando reglamentos o lineamientos impuestos por autoridades.

Uso sin control: las personas que utilizan por más de tres horas diarias seguidas son más propensas a padecer Nomofobia porque tienen un contacto directo con el móvil durante mucho tiempo encontrándole cada vez más funciones que lo hacen atractivo no solo a la necesidad que se está saciando sino descubriendo más áreas de interés (Beranuy, 2006).

Malestar somático: dentro de las molestias somáticas puede aparecer el dolor inexplicable de los pulgares (dedos que son los más utilizados para explorar el móvil) y que generalmente se asocia a la recepción y envío excesivo de mensajes de texto, chat y otras operaciones que necesiten la utilización de esa parte de la mano (Beranuy, 2006).

Alteraciones en el sueño: dentro de las manifestaciones psicósomáticas se puede encontrar las alteraciones en el sueño, ya que las personas que padecen Nomofobia

crean grupos nocturnos de chat y estos se centran en ciertas horas de la noche y madrugada alterando así el proceso de sueño, lo que provoca que el sujeto no descansa lo normal y que el Ciclo del Sueño se vea interrumpido, disminuyendo así el rendimiento de la persona (Beranuy, 2006).

Miedo irracional: el sujeto experimenta temor a quedarse sin el teléfono móvil o también es experimentado cuando la carga del mismo se está consumiendo y no se tiene cerca el alimentador de energía, este temor o miedo se experimenta irracionalmente, el sujeto sabe que no tiene razón de ser, sin embargo continua con la experiencia y se sacia hasta que el celular está con la carga completa o se encuentra un alimentador de energía cercano (Beranuy, 2006).

Engaño y/o hurto: en los adolescentes es más común que aparezca esta conducta ante los padres ya que los engañan para conseguir tarjetas post-pago para ingresarle saldo al móvil y así seguir conectados con sus contactos y una conducta más grave se presenta cuando hurtan dinero para poder comprar saldo para mantener activo el dispositivo móvil (Beranuy, 2006).

Problemas en el ámbito familiar, social y escolar: este es el síntoma más notorio de un nomofóbico, hay disminución en las relaciones interpersonales ya que por la necesidad de poseer el celular en las manos llamando, mensajeando, chateando, navegando en el internet o haciendo uso de las redes sociales; el proceso de comunicación cara a cara se ve entorpecido porque el sujeto no es capaz de sostener una plática directa con sus semejantes sin utilizar el móvil como medio. Esto en un

proceso de comunicación eficaz se toma como una comunicación deteriorada y falta de compromiso (Beranuy, 2006).

En la familia puede llegar a provocar problemas muy serios e incluso hay reportajes en donde se ha tratado de evaluar la relación de divorcios o separación de parejas y la Nomofobia. En el ambiente escolar el uso desmedido de los móviles afecta el proceso enseñanza-aprendizaje ya que el alumno no pone la atención adecuada a la explicación del docente por estar pendiente del celular en cualquier momento de la clase (Beranuy, 2006).

## **Tratamiento**

(López, (2004), describe que el tratamiento deberá adaptarse a las circunstancias personales de cada caso, estableciendo un tiempo de uso límite respetando el período transcurrido, paralelamente deberá atenderse a las razones subyacentes al abuso de la conexión, es sabido que mucha gente pasa un tiempo exagerado con el móvil conectado o encendido para evitar pensar en todos los eventos estresores que tienen a su alrededor.

En España se elaboró un programa de tratamiento para las adicciones psicológicas que también puede ser aplicado en el caso de la Nomofobia, el programa consta de los siguientes elementos.

Control de los estímulos vinculados a la adicción, Exposición prolongada a los elementos suscitadores del ansia por la conducta adictiva, Solución de problemas específicos, Creación de un nuevo estilo de vida, Prevención de recaídas (López, (2004).

Se puede cuestionar si lo que se pretende es una abstinencia completa o bien un uso adaptativo del manejo del móvil y se debe reconocer que lo que se pretende por la misma importancia del uso del teléfono móvil es cimentar un uso adaptativo del dispositivo, creando conciencia sana en cada uno de los poseedores del dispositivo. Se propone también seguir con el plan de la bebida controlada y entrenamiento en moderación para los trastornos alimenticios ya que al parecer las adicciones comportamentales y tecnológicas poseen las mismas habilidades para proveer alivio emocional, escape mental y maneras de eludir los problemas que tiene el alcohol, las drogas, la comida o el juego y se propone el siguiente conjunto de estrategias de tratamiento (López, (2004).

Practicar lo contrario en el tiempo de uso del celular: es necesario previamente evaluar los hábitos de uso del móvil, cuándo, cuántas veces, dónde y durante cuanto tipo se produce la conexión. La técnica consiste en romper la rutina para adaptarse a un nuevo horario.

Interruptores externos: se trata de usar cosas que el individuo tenga que hacer o sitios donde ir como señales que indique que debe desconectarse, como ayuda a estas alarmas naturales se pueden usar relojes o alarmas de tiempo.

Fijar metas: para evitar recaídas se puede elaborar un horario realista que permita al paciente manejar el tiempo, se puede elaborar un esquema de conexiones breves no siendo tan frecuentes.

Abstinencia de una aplicación particular: una vez se ha identificado la aplicación resulta más problemática para el paciente. Este debe dejar de utilizarla, esto no significa que no pueda usar otras aplicaciones relacionados con la red. Si el paciente encuentra problemas con las salas de chat, entonces no debe usarlas más (López, (2004).

Usar tarjetas recordatorias: para mantener al paciente concentrado en la meta de la abstinencia o la reducción de uso podemos pedirle al paciente que haga una lista de los cinco principales problemas causados por la adicción al celular y otra con los cinco principales beneficios.

Según (Pérez, (2012), comenta que la Nomofobia como cualquier otra enfermedad producto de las adicciones se comienza a tratar cuando la persona reconoce que tiene un problema, después tal y como se maneja en los programas de autoayuda, se debe trabajar bajo la consigna de un día a la vez, es decir, hacer separación de la persona y el teléfono móvil de manera gradual, y reconocer que si no se tiene acceso al artefacto, se descompone o no tiene batería disponible, no es una tragedia ni debe afectar la calidad de vida del individuo.

Hay que reconocer que fue el hombre y no el teléfono móvil quien provocó esta relación enfermiza y autodestructiva, además de recordar que nadie llegó a este

mundo con el móvil bajo el brazo, por lo que no es, ni por mucho, un producto de primera necesidad para sobrevivir (Pérez, (2012).

Los programas de atención clínica tienen que ir encaminados en las técnicas psicoterapéuticas de la terapia cognitivo-conductual en donde se engloban la terapia cognitiva compatible con la terapia de conducta como aplicación clínica de la psicología cognitiva y la psicología conductista. Dentro de la terapia conductual se ha adoptado un nivel de análisis y tratamiento donde se analiza la conducta observable, pensamientos verbales y respuestas fisiológicas, así como las relaciones entre si y la conducta problema (Pérez, (2012).

Las técnicas que se han desarrollado desde perspectivas cognitivas y conductuales han demostrado su utilidad en el tratamiento de diversos problemas psicológicos y de la conducta en general. Con la finalidad de demostrar la utilización de técnicas cognitivas y conductuales en el tratamiento de conductas se establecen parámetros de actuación de parte del psicoterapeuta que tienen que ver con una relación directa entre el sujeto, la conducta, el entorno y la familia.

## **Prevención**

Para (Castellana, 2007), los procesos de prevención se deben establecer en cuanto a la aplicación adecuada y la correcta utilización del móvil, recordando los principios básicos bajo cuales fueron creados estos adelantos tecnológicos y promoviendo el uso correcto de todas las funciones a bien de disminuir los índices de adicción que

provocan cada uno de los adelantos que los teléfonos van presentando según los modelos que crean las empresas productoras. Se deben promover hábitos saludables de uso como también el uso racional del móvil y de los paquetes de servicio que presenta de acuerdo a la edad, trabajo y otros aspectos donde se requiera un servicio especial por la necesidad del consumidor.

Dentro de las actuaciones preventivas que mejoran el uso correcto del móvil, se pueden enlistar.

Alto porcentaje de posesión: retardar al máximo la edad de posesión del móvil ya que muchas veces los padres de familia le proporcionan un aparato celular a niños de muy temprana edad, lo que provoca en ellos conductas de adicción obedeciendo un patrón con el cual crecerá y será muy difícil de romper más adelante.

Alto porcentaje de tarjetas de prepago: asumir la responsabilidad del costo de las llamadas estableciendo semanadas, trabajos alternativos y otros medios para conseguir los fondos y así sufragar la deuda.

Uso intensivo de los juegos y sms (mensajes): hay que educar en la autorregulación del placer inmediato y en la tolerancia a la espera. Pactar el modelo de móvil buscando un equilibrio entre necesidades e ilusiones (Castellana, 2007).

Fuerte necesidad de personalización: se debe tener un móvil para muchos no es suficiente, creen que al personalizarlo les asigna un status mayor al que poseen en la actualidad, se debe prevenir caer en estas ideas erróneas y así disminuir la ansiedad

(Rivas, 2011). Alto porcentaje de conversación con los amigos: conversar del tema con el objetivo que tome conciencia del tiempo invertido. Delimitar espacios de uso: el adolescente debe tener claro donde no puede usar el móvil, es el adulto quien ha de poner los límites desde el respeto y el diálogo y debe actuar, si es preciso, como elemento de autoridad.

### **Nomofobia y Rendimiento Escolar**

La Nomofobia se ha incrementado a pasos agigantados durante la última década en todos los estratos sociales, culturas, religiones y más áreas de la vida, incluso la misma educación se ha visto inmersa en toda esta adicción tecnológica. Es típico observar a estudiantes que poseen teléfonos celulares con un uso tan común como cualquier otro artículo de uso cotidiano (Ruiz, (2010).

Los padres de familia para poder tener mucho mayor control con sus hijos a temprana edad les compran un aparato telefónico y de esta manera tener un mejor control de qué hacen y dónde están, pero este aspecto solo perjudica cada vez más a los niños/adolescentes ya que desde edades muy tempranas se les va creando el hábito de portar el teléfono celular y llevarlo consigo durante espacios de tiempo bastante grandes (Ruiz, (2010).

En los establecimientos educativos se observa como los estudiantes desfilan en los pasillos y patios de recreo con los celulares en la mano ya sea, haciendo uso de los mensajes de texto, chat en salas de amistades o realizando llamadas telefónicas, e

incluso, es más extraño encontrar a estudiantes que no poseen un dispositivo móvil personal y de uso cotidiano (Ruiz, (2010).

A pesar de que los estudiantes usen el teléfono celular en los espacios abiertos o en actividades extra aula, el problema más grande es que se puede tener en el ámbito académico a partir del uso excesivo de los móviles, es que crea mucha pérdida de atención porque el Nomofóbico espera recibir un mensaje de texto para sentirse parte del grupo social para sentir que se está integrando, e incluso erróneamente se piensa a esa edad que mientras más mensajes de texto se tengan, mayor será el nivel que se tiene dentro del establecimiento educativo o el status será más alto (Monterrosa, (2014).

La queja de los docentes en la actualidad es que los alumnos se mantienen con el teléfono en mano durante el salón de clases y entorpecen el proceso de enseñanza aprendizaje que el docente realiza, la necesidad de estar comunicados es más grande que la misma necesidad de prestar atención a la explicación y al querer participar cuando se indica generando así un clima de hostilidad de parte del alumno hacia el docente creando un espacio inadecuado donde el proceso de la educación es de una sola vía, sin tener eco en lo que se facilita, por ello se considera a la Nomofobia también como uno de los problemas educativos más modernos y que está creciendo de manera incontrolable (Monterrosa, (2014).

La propuesta de muchos establecimientos de la forma de abordaje es sancionar a estudiantes a través de la creación de reglamentos internos, para que así no porten el teléfono celular dentro del salón de clases o dentro del establecimiento llegando a

hacerles una llamada de atención verbal y/o por escrito o como se estipule en el reglamento, pero se conoce que se deben trabajar planes de desensibilización a su uso y reducir paulatinamente esta conducta indebida que presenta un porcentaje alto de los estudiantes (Monterrosa, (2014).

Otro de los aspectos que perjudica mucho en la Nomofobia son los textos anónimos o el llamado bullying cibernético y que lo único que hace es desprestigiar a los estudiantes delante de los demás, ya que basta con enviar un mensaje de texto o un inbox para poder criticar a los que estén enfrente de la persona, esto sin necesidad de que ellos se den cuenta (Monterrosa, (2014).

### **Nomofobia y Familia**

(Chóliz, 2009), describen que el móvil es un objeto deseable en la adolescencia y de hecho, prácticamente todos los adolescentes disponen de uno, en cifras, el 95% de los adolescentes poseen ya un dispositivo móvil entre las edades de 17 y 18 años. La mayoría de ellos lo tienen continuamente encendido también durante la noche, lo cual favorece e induce no sólo a llamar sino también a recibir llamadas o mensajes modificando no solo el patrón de comunicación social, sino la disponibilidad y hasta la propia privacidad personal. Se trata, además, de un objeto con una elevada obsolescencia ya que continuamente se están incorporando innovaciones tecnológicas que hacen que se sustituyan los modelos a pesar de que todavía sean funcionalmente operativos.

En la mayoría de individuos el primer móvil suele ser un regalo de los padres, principalmente con el objetivo de tener algún tipo de control sobre los hijos o por cuestiones de organización laboral y doméstica, de hecho, para casi a una tercera parte de los menores el móvil ha sido un regalo de los padres o familiares pese a que ni siquiera lo hubieran pedido. Este resultado no deja de ser significativo en términos educativos, ya que los menores disponen de productos y bienes de consumo en algunos casos incluso antes de solicitarlo. Esto es reflejo de una sociedad en la que los ciudadanos son ante todo consumidores, pero ya se sabe que, si no se desarrollan estrategias apropiadas, el consumo excesivo es precursor de abuso y éste de la dependencia.

En el estudio realizado por (Chóliz, 2009), indica que la mayoría obtienen su primer teléfono móvil todavía en la infancia y a los doce años de edad ya lo tiene el 88% de los niños, cifras que muestran como la sociedad avanza y los medios de comunicación y los factores ambientales externos a orillan al niño a desear tener a temprana edad un dispositivo móvil y por la baja responsabilidad que manejan en ese período de crecimiento son mucho más vulnerables a padecer o desarrollar la conocida Nomofobia y que puede llegar a perjudicar a largo plazo al niño que la padece. La extensión del concepto de familia a otras fórmulas, como las monoparentales, así como la dedicación laboral que exige horarios de difícil compatibilidad con la vida familiar y doméstica, hace que para los padres el móvil sea lo que se denomina una línea de seguridad para la familia.

Para los adolescentes al contrario el móvil es un elemento en el progresivo curso hacia la autonomía personal al disponer de un instrumento con el que establecer

procesos de comunicación con otras personas que nada tienen que ver con los padres a pesar de ellos no se produce una independencia real entre padres e hijos ya que están supeditados al dinero que reciben de sus progenitores que en un 75% de los casos son los que sufragan los gastos del móvil de sus hijos, esto facilita el que los padres ejerzan un control tanto del gasto como inconcluso del flujo de llamadas, lo que se conoce como intimidad paradójica. Sin embargo los adolescentes a los que sus padres les costean el gasto del teléfono son los que tienen más problemas y conflictos por el uso del móvil, que los menores se los sufragan ellos mismos (Castellana, 2007).

Se identificó que en los adolescentes se observa un progresivo desplazo de la modalidad de tarjeta prepago al contrato, conforme va aumentando la edad, hasta el punto de que la mitad de los adolescentes de 17 y 18 años poseen un contrato de uso del móvil y esto aumenta el consumo de los paquetes que ofrece el teléfono. De ello podemos destacar que para acceder a obtener un contrato de posesión del móvil se debe ser mayor de edad para realizar el contrato y deberá ser el titular quien lo firme y acepte, nuevamente se observa la aparición de los padres quienes ostentan dicha titularidad, además de la circunstancia de que en un porcentaje tan alto de los casos son los padres los que pagan efectivamente el gasto que supone el consumo del móvil. Si tenemos en cuenta que ésta es una de las variables que suele estar relacionada con los conflictos paterno-filiales por el gasto excesivo en móvil. Parece obvio que las condiciones ambientales y educativas no son más apropiadas para favorecer un patrón de uso adaptativo (Castellana, 2007).

Asegura (Castellana, 2007), que el móvil actúa de barrera de seguridad frente a los padres desde el momento en que estos no pueden acceder a su teléfono personal, paralelamente hay dos razones por las cuales los padres le comprarían un móvil a los hijos, la primera es la necesidad de control y la segunda asegurar una unión con ellos. Pero ello no siempre se cumple como objetivo ya que se pueden observar conductas desadaptativas alrededor del uso del móvil que modifican la vida diaria de los adolescentes y son indicadores de riesgo y este riesgo aparece cuando los adolescentes no son capaces de desprenderse del móvil en situaciones técnicamente dificultosas e incluso en las relaciones familiares, por ejemplo, es dificultoso entablar una conversación sana con la familia ya que el sujeto no se es capaz de dejar el móvil en algún lugar mientras se comparte en familia, reuniones familiares, convivios, pasatiempos y otras acciones en familia y en su mayoría el nomofóbico mantiene una conversación a través del dispositivo móvil incluso cuando está comiendo en un contexto familiar.

### **Abordaje Social**

(Castellana, 2007), comentan que la construcción social de las adicciones tecnológicas podría compararse a lo ocurrido con la aparición de la televisión, el teléfono o incluso de la radio, y que el psicólogo Gordon Allport estaba preocupado por la forma en que las personas usaban la radio en los años treinta, es cierto que en la sociedad moderna la familia accede en gran medida su papel de agente socializador a los medios de comunicación, un proceso que empezó en los años treinta con la radio y en los cincuenta con la televisión. El uso de las nuevas

tecnologías introduce formas de comunicación menos controladas, más frías, solitarias y distantes.

Es posible que sea necesario un periodo de adaptación a la nueva tecnología tanto para los nuevos usuarios como para los no practicantes que también necesitan incorporar las nuevas actitudes y comportamientos que el uso de la misma conlleva, los medios de comunicación capitalizan la inevitable suspicacia que acompaña cualquier nuevo desarrollo tecnológico como internet y publican noticias sensacionalistas sobre la adicción a internet o al móvil. Los artículos de opinión avisan al público de que tengan cuidado con estos nuevos trastornos y la incertidumbre resultante es suficiente para la construcción social de la categoría patológica, para que algunas personas se consideren a sí mismas como adictas y para que acudan en demanda de ayuda en una especie de profecía autocumplida. Una vez implantada en la mente del público general, es solo una cuestión de tiempo que académicos, investigadores y clínicos empiecen a investigar sobre el fenómeno de hecho, la adicción a internet es más popular en google que en bases de datos de biomedicina o psicología (Castellana, 2007).

Dentro de la sociedad se deben establecer programas de prevención a las adicciones tecnológicas y de la misma manera como existen grupos de Alcohólicos Anónimos -AA- debería de existir un grupo para los adictos a las tecnologías modernas y es función de la sociedad lanzar anuncios publicitarios que disminuyan el uso inadecuado y evitar conductas inadaptadas desde edades tempranas para no desatar una patología en la juventud o en la edad adulta. La Nomofobia como

patología moderna se debe trabajar desde la sociedad porque es donde se ve interrumpidas las relaciones interpersonales no teniendo una relación sana y cordial por la misma necesidad de poseer el teléfono y hacer uso de cada una de sus funciones.

(López, (2004), define cinco señales de alerta en la sociedad y así poder disminuir esta conducta, la primera de ellas es la pérdida de la noción del tiempo cuando se está usando el móvil en cualquiera de sus servicios, llamadas, mensajes, chat, internet, entre otros. Otra señal puede ser el tener problemas a la hora de realizar o cumplir con las tareas en cualquiera de las áreas de la vida del individuo. Aislamiento de la familia y amigos es otra señal característica del nomofóbico que hace hasta lo imposible para utilizar el móvil dejando a un lado todo tipo de contacto interpersonal con los que le rodeen.

Luego de todas las acciones anteriores empiezan los sentimientos de culpa por no compartir sanamente con los semejantes, pero a la vez sentimiento de culpa por el uso excesivo y desmedido del móvil en acciones que no tiene mayor importancia y relevancia. Y el último de ellos es el sentimiento de euforia cuando se está utilizando el móvil teniendo una conducta tan poco social donde para el sujeto su mundo es el celular y nada más y se incomoda cuando alguien le habla o le dice que preste atención a algo que no sea su teléfono móvil incluso puede llegar a tener una conducta violenta cuando se le pide que lo deje por un momento.

La sociedad en la actualidad aumenta notablemente el uso del móvil según (Castellana, 2007), indican que un 97% de los jóvenes usan el móvil desde hace más

de dos años y el 39% de los usuarios adolescentes hace menos de dos años. Estas cifras son prácticamente esperadas puesto que los usuarios se compran los móviles o los padres los terminan regalando a modo de ritual de paso como insinúan algunos autores.

El uso de los mensajes y de las llamadas aumenta también con la edad mientras que el uso de internet, juegos y chats desde el móvil disminuye. Esto podrá indicar que a medida que aumenta el tiempo de posesión del móvil que aumenta con la edad, su uso se normaliza y pasa de ser utilizado como una herramienta de ocio a instrumentalizarse como herramienta de comunicación. Esta es una de las facilidades del móvil más valoradas puesto que facilita la gestión de tiempo y la adquisición de la información.

La consecuencia negativa más común es la pérdida de noción del tiempo, seguida de los sentimientos de culpa entre los jóvenes y por los intentos fallidos de no conectarse entre los adolescentes. Los adolescentes tienen menos consecuencias negativas que los jóvenes, por tanto, las consecuencias negativas también aumentarían con la edad y con el uso del móvil (Castellana, 2007).

Se espera encontrar que la percepción subjetiva de adicción disminuya con la edad donde se relaciona el tiempo de mayor posesión y normalización de uso, pero esto es así porque los estudios sobre el internet y otras tecnologías, como, por ejemplo, la televisión, el teléfono o incluso la radio indican una normalización de la preocupación sobre las tecnologías con el paso de los años.

En el estudio antes mencionado, se encontró que del 23% de los participantes que se consideraron adictos al móvil solo el 5.3% de ellos se podrían notar en un grupo extremo. En datos siguientes a la línea de la literatura en el sentido que no se dispone de datos científicos que estimen la prevalencia de la adicción al móvil por los medios de comunicación insisten en su poder adictivo e informan de centros para su tratamiento y en Google se pueden encontrar más de 9000 webs con las expresiones adictos al móvil o adicción al teléfono.

Esta alarma social creada, crea, también en el resto de sociedad, una elevada percepción de adicción, aunque no podría calificarse como tal. Los casos realmente preocupantes son escasos, pero al mismo tiempo hacen pensar en la posibilidad de padecer problemas serios de uso desadaptativos que podrían remitir con las adecuadas pautas psicoeducativas (Ruiz, (2010).

### **Rendimiento académico**

El rendimiento académico, es una variable multicausada, integrada por variables provenientes del propio alumno, docente y contexto, es decir, que varios factores a diferentes niveles (personales, familiares y sociales) influyen en él también se puede definir como el cumplimiento de las metas, logros u objetivos establecidos en el programa o asignatura que está cursando un estudiante (Aguilar, 2011).

Tradicionalmente, el rendimiento académico se expresa en una calificación cuantitativa y/o cualitativa, una nota que, si es consistente y válida, será el reflejo de

un determinado aprendizaje, o si se quiere, del logro de los objetivos preestablecidos (Aguilar, 2011).

El proceso de enseñanza aprendizaje genera sentimientos de ansiedad, estrés, depresión ya que empieza con un momento de excitación, cuando el sujeto se siente impresionado ante una experiencia desconocida, hay una actitud interrogativa, despierta su voluntad de saber y conocer, se origina e intensifica la tensión (Aguilar, 2011).

Los factores que intervienen en el rendimiento académico se dividen en: factores externos o exógenos y factores internos o endógenos 9. Entre los factores externos se incluyen: ambiente familiar, ambiente escolar, y ambiente social, ambiente geográfico, son condiciones de estímulo que actúan sobre el organismo y determinan su comportamiento de la persona. Entre los factores internos se consideran: aspectos fisiológicos y psicológicos, estos procesos internos o mediadores, condicionan al organismo para determinado comportamiento, ejemplo: motivaciones, expectativas, nivel de pensamiento, estado de nutrición, edad, sexo, características socio-culturales (Aguilar, 2011).

## **2.1.2. MARCO REFERENCIAL SOBRE LA PROBLEMÁTICA DE INVESTIGACION.**

### **2.1.2.1. Antecedentes investigativos**

Luego de haber revisado el depositario digital de la Universidad Técnica de Babahoyo y otras universidades se ha logrado ubicar varios trabajos de investigación relacionada con las dos variables:

A continuación, se efectúa la revisión de algunos antecedentes relacionados de manera directa o indirecta con el tema de estudio.

(Cardenas, 2015) en su trabajo de titulación, presento “adicción al internet, teléfono móvil y su relación con rendimiento académico en los estudiantes del programa de odontología de la universidad de Cartagena”.

**Establece las siguientes conclusiones:**

No se encontró una estrecha relación entre el rendimiento académico y la adicción al internet y telefonía móvil, sin embargo, la mayor parte de la población que participó en el estudio se clasificó como adicto leve los cuales se encuentran predispuestos a presentar problemas de adicción moderada o severa si no se controla a tiempo la adicción. Además, existen otros factores que podrían comprometer a largo plazo su rendimiento académico como el contestar un chat mientras se estudia y usar el internet para fines no académicos (Cardenas, 2015).

(Arévalo, 2013) en su trabajo de titulación, presento “nomofobia y su relación con la adicción a las redes sociales” (estudio realizado en la escuela normal privada y colegio integral sololateco del departamento y municipio de Sololá)”

**Establece las siguientes conclusiones:**

Los jóvenes en la actualidad están muy propensos a desarrollar la patología denominada Nomofobia por todos los adelantos tecnológicos que se tienen en estos días y por el uso desmedido que se le ha dado a cada uno de ellos.

Por el avance tan veloz que tiene la tecnología en nuestros días se observa como el uso desadaptativo origina la aparición de patologías adictivas comportamentales que la psicología moderna tiene como labor poder abordar y mediar atacando mayormente a las poblaciones adolescentes y juveniles.

Con la investigación se logró demostrar que los estudiantes de la Escuela Normal Privada Sololá y del Colegio Integral Sololateco, ambos de la cabecera departamental de Sololá, presentan altos índices de Nomofobia y adicción a Redes Sociales, ya que más del 50 % respondió que, si es necesario tener redes sociales para establecer una buena comunicación entre pares, mientras que únicamente el 1% negó esta situación, según el cuestionario aplicado a los integrantes de la muestra que se obtuviera.

#### **2.1.2.2. Categoría de análisis.**

##### **Categorías de análisis 1: Nomofobia**

**Definición.** - Nomofobia es un trastorno de ansiedad asociado al miedo de quedarse sin teléfono móvil, ya sea, cuando se le agota la batería, se queda sin cobertura, no se encuentra el dispositivo móvil o se es separado de él. La nomofobia es un neologismo (una nueva palabra o expresión en la lengua) que deriva del inglés nomophobia acrónimo de no-mobile-phone-phobia que significa “fobia de quedarse sin teléfono móvil”.

La nomofobia es un nuevo tipo de fobia causada por la actual dependencia excesiva al teléfono móvil o dispositivos afines convirtiéndose en “esclavos del celular”.

Los estudios sobre nomofobia indican que el grupo etareo que más sufre con este trastorno son los jóvenes entre 18 y 34 años. La nomofobia ha aumentado, en los últimos 4 años, de un 50% a un 66% entre la población.

### **Operacionalización de la subcategoría.**

Personal.

Social.

Familiar.

**Categorías de análisis 2:** Rendimiento académico.

**Definición.** - La cual postula que el rendimiento escolar es un “nivel de conocimientos demostrado en un área o materia comparado con la norma de edad y nivel académico”, encontramos que el rendimiento del estudiante debería ser entendido a partir de sus procesos de evaluación, sin embargo, la simple medición y/o evaluación de los rendimientos alcanzados por los alumnos no provee por sí misma todas las pautas necesarias para la acción destinada al mejoramiento de la calidad educativa.

### **Operacionalización de la subcategoría.**

Determinante social.

Determinante personal.

Determinante institucional.

Esta investigación enfoca la verdadera guía que el estudiante debe seguir para la superación de la nomofobia y de esa manera pueda tener una mejor comprensión y análisis, con el fin de lograr un buen rendimiento académico, la única forma de llegar a tener estudiantes sin nomofobia para su aprendizaje, a través del manejo de las técnicas que el estudiante debe priorizar en el proceso para mejorar todos los aspectos de la vida.

Muchas veces se da poca importancia al rendimiento académico por el simple hecho de no tener el tiempo, este es uno de los factores que han provocado un alto índice de reprobados y deserción de los estudios, es decir el rendimiento académico es bajo, por lo que es necesario la propuesta a la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo y así romper con estos esquemas.

### **2.1.3. Postura Teórica**

De acuerdo con las investigaciones del Centro Médico USP Fuengirola, en las que participaron 2.163 personas, un 58 por ciento de los hombres y un 48 por ciento de las mujeres usuarios de telefonía móvil sienten ansiedad, inestabilidad, irritabilidad y falta de concentración cuando se olvidan el teléfono en su casa, no tienen señal, les queda poca batería o su dispositivo se ha quedado sin energía.

En algunos casos la dependencia del móvil puede encuadrarse dentro de las denominadas adicciones sin drogas", ha señalado (Chóliz, 2009) coautor del estudio.

"Las adicciones sin sustancias presentan un similar perfil clínico y enfoque terapéutico que las químicas o drogodependencias", según (García, 2013).

Los estudios de la Organización Mundial de la Salud indican que una de cada cuatro personas sufre trastornos de la conducta relacionados con las nuevas adicciones, las cuales suelen iniciarse con una conducta ocasional que aumenta de frecuencia hasta convertirse en patológica.

De acuerdo con (Rivas, 2011) "las personas que padecen una adicción sin sustancia también generan tolerancia, dependencia y síndrome de abstinencia con patrones conductuales perniciosos o desadaptativos consolidados y repetitivos".

(Aguiar, 2011), Resumiendo, el rendimiento académico es un indicador del nivel de aprendizaje alcanzado por el estudiante, por ello, el sistema educativo brinda tanta importancia a dicho indicador. En tal sentido, el rendimiento académico se convierte en una "tabla imaginaria de medida" para el aprendizaje logrado en el aula, que constituye el objetivo central de la educación (Ibíd.).

Sin embargo, en el rendimiento académico, intervienen muchas otras variables externas al sujeto, como la calidad del maestro, el ambiente de clase, la familia, el programa educativo, etc., y variables psicológicas o internas, como la actitud hacia la

asignatura, la inteligencia, la personalidad, las actividades que realice el estudiante, la motivación, etc (Ibíd.).

La sociedad avanza, el mundo avanza, el ser humano con la ayuda tecnológica avanza y por supuesto, las enfermedades también, la nomofobia (no-mobile-phobia): es una fobia de reciente aparición debido a los avances tecnológicos, sobre todo a la conectividad telefónica y vía internet, comparto con (Rivas, 2011) que esta enfermedad pasa inadvertidas porque los procesos de uso habitual son necesarios en muchos niveles laborales y educativos es una cuestión del tiempo que le dedicamos.

## **2.2. HIPÓTESIS**

### **2.2.1. Hipótesis general**

Si identificamos nomofobia y como incide en el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de psicología clínica ayudaremos a su superación.

### **2.2.2. Subhipótesis o derivadas**

Diagnosticando el nivel del rendimiento académico que tienen los estudiantes de la carrera de psicología clínica podremos identificar la influencia de la nomofobia.

Analizando la nomofobia y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica se podrá detectar su relación.

Si se diseña una guía de talleres para la superación de la nomofobia que motive a los estudiantes podremos lograr un rendimiento académico favorable.

### **2.2.3. Variables**

#### **Variable independiente.**

Nomofobia

#### **Variable dependiente.**

Rendimiento Académico

## **CAPÍTULO III.**

### **RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACIÓN**

##### **3.1.1. Pruebas estadísticas aplicadas**

La población objeto de estudio de la presente investigación, serán los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica, cantón Quevedo, año 2018, conjuntamente con los docentes de la mencionada institución educativa superior, los mismos que nos brindarán información relevante para poder determinar cómo la nomofobia incide en el rendimiento académico de los mencionados estudiantes según datos adjuntos.

**Tabla 1.** Población y muestra

<b>Estratos</b>	<b>Población</b>
<b>Docente</b>	<b>10</b>
<b>Estudiantes</b>	<b>75</b>
<b>Total</b>	<b>85</b>

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

La aplicación de las encuestas a los docentes y estudiantes tiene como objetivo saber sus impresiones sobre cómo la nomofobia incide en el rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

### **3.1.2. Análisis e interpretación de datos**

**Encuesta realizada a los docentes de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica, de la ciudad de Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2018 – 2019.**

1. ¿Qué aparato tecnológico utilizan más los estudiantes de la carrera de psicología clínica en clases?

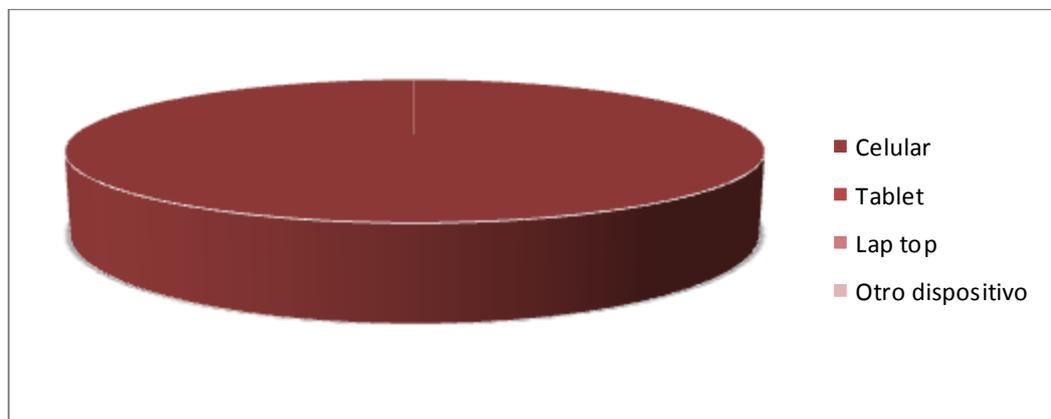
**Tabla 2.** Aparato tecnológico que los estudiantes utilizan regularmente

Alternativa	Encuesta	%
Celular	10	100,00
Tablet		
Lap top		
Otro dispositivo		
<b>Total</b>	10	100,00

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Gráfico 1** Aparato tecnológico que los estudiantes utilizan regularmente



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.** - La encuesta realizada nos dio como resultado que en un 100% los docentes manifestaron que los estudiantes tienen como prioridad el uso del celular en la institución de educación superior.

**Interpretación.** - Es importante puntualizar que los estudiantes tienen un uso excesivo del teléfono celular en las clases.

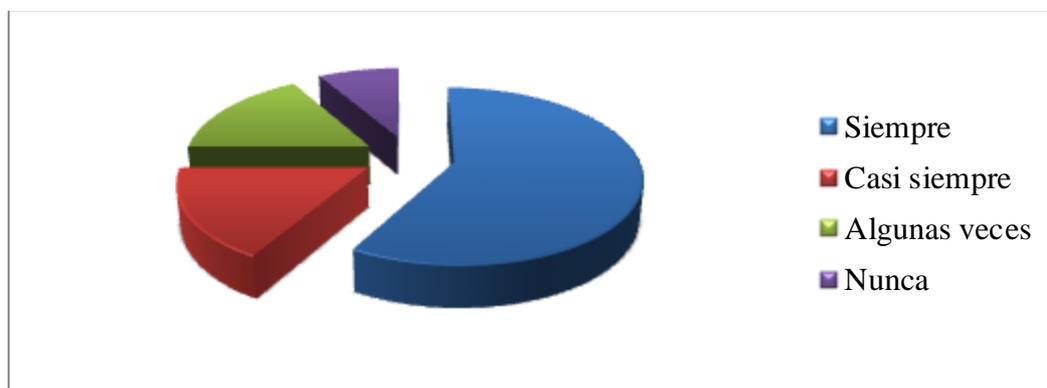
2. ¿Ha tenido problemas por el uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes en clase?

**Tabla 3.** uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	5	50,00
Casi siempre	2	20,00
Algunas veces	2	20,00
Nunca	1	10,00
<b>Total</b>	<b>0</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 2** Problemas por el uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.** - La encuesta realizada nos dio como resultado que los docentes manifiestan en un 50% el uso excesivo del celular ocasiona problemas con los estudiantes, un 20% afirmaron que casi siempre, un 20% indicaron que algunas veces y un 8% afirmaron que nunca.

**Interpretación.** - Es importante que se incentive la realización de programas de talleres contra la nomofobia como una alternativa que fortalezca el rendimiento académico de los estudiantes que participen activamente.

**Encuesta realizada a los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica, de la ciudad de Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2018 – 2019.**

1. ¿Sabes qué es nomofobia?

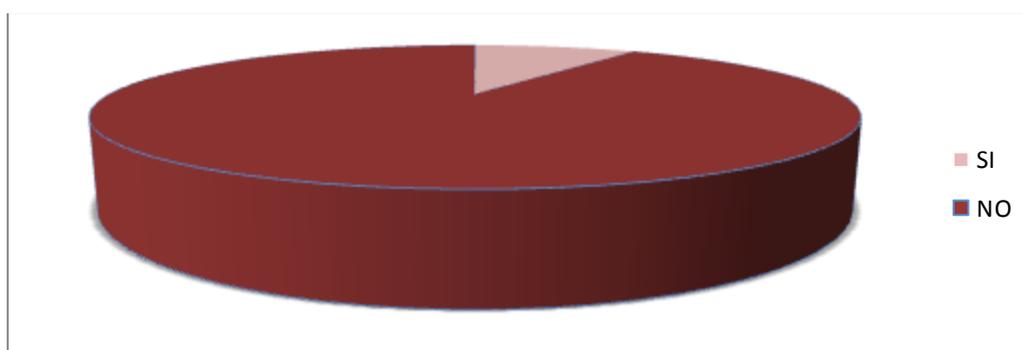
**Tabla 4.** Nomofobia

<b>Alternativa</b>	<b>Encuesta</b>	<b>%</b>
Si	7	9,00
No	68	91,00
<b>Total</b>	<b>75</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 3** Nomofobia



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.-** La encuesta realizada nos dio como resultado que en un 1% los estudiantes manifiestan que conocen el significado de la nomofobia, un 91% no conocen de que se trata.

**Interpretación.-** Es importante que en la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo, las autoridades educativas y docentes de la mencionada institución de educación superior, relacionen la nomofobia con el rendimiento académico y sus consecuencias.

2. ¿Con qué frecuencia miras o consultas el teléfono celular, aunque no recibas ningún mensaje?

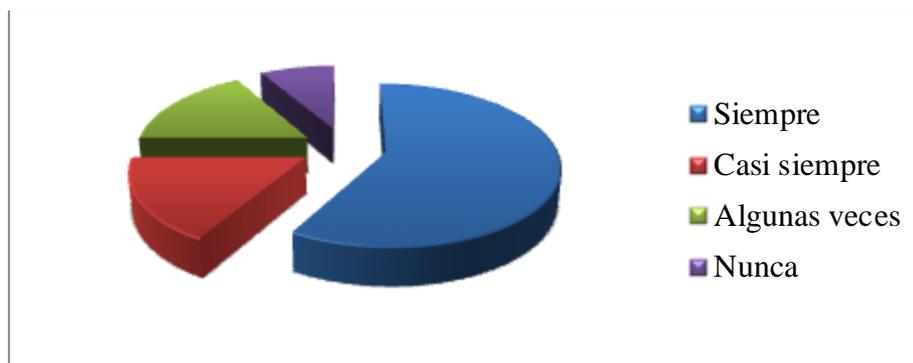
**Tabla 5.** Frecuencia que miras o consultas el teléfono celular

Alternativa	Encuesta	%
Muchas veces	4	60,00
	5	
Pocas veces	1	20,00
	5	
Algunas veces	1	13,33
	0	

Nunca	5	6,67
<b>Total</b>	5	100,00

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 4** Frecuencia que miras o consultas el teléfono celular



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.-** La encuesta realizada nos dio como resultado que los estudiantes manifiestan en un 60% que consultan su teléfono celular si ni siquiera sonarles, un 20% afirmaron que pocas veces, un 13% indicaron que algunas veces y un 6% afirmaron que nunca.

**Interpretación.** - Es importante que se relacione la nomofobia con el rendimiento académico ya que por la presencia del celular no dan la debida atención a las clases.

## 3.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES

### 3.2.1. Específicas

No se encontró una estrecha relación entre el rendimiento académico y la adicción a la telefonía móvil, sin embargo, la mayor parte de la población que participó en el estudio se clasificó como adicto leve los cuales se encuentran predispuestos a

presentar problemas de adicción moderada o severa si no se controla a tiempo la adicción. Además, existen otros factores que podrían comprometer a largo plazo su rendimiento académico como el contestar un chat mientras se estudia y usar el internet para fines no académicos.

Con la investigación se logró demostrar que los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica, presentan altos índices de Nomofobia y adicción a Redes Sociales, ya que más del 60 % respondió que, con frecuencia mira o consulta el teléfono celular, aunque no recibas ningún mensaje, mientras que únicamente el 7% negó esta situación, según el cuestionario aplicado a los integrantes de la muestra que se obtuviera.

### **3.2.2. General**

Los jóvenes en la actualidad están muy propensos a desarrollar la patología denominada Nomofobia por todos los adelantos tecnológicos que se tienen en estos días y por el uso desmedido que se le ha dado a cada uno de ellos.

## **3.3. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES**

### **3.3.1. Específicas**

Se recomienda implementar estrategias educativas para intentar mejorar este tipo de factores de riesgo, haciendo ahínco a la sección de bienestar universitario de la

universidad para que se apropien de estos resultados significativos y adopten metodologías para mejorar dicho factor.

Realizar el estudio en universidades de carácter privado y comparar los resultados buscando ampliar el conocimiento de la temática

Se recomienda la elaboración de consentimiento informado para personas menores de edad que desean participar en el estudio.

### **3.3.2. General**

Es importante crear campañas de prevención para la población juvenil y adolescente, sobre el uso correcto de la tecnología de punta, como son llamados todos los adelantos tecnológicos, y que de esta manera se pueda fomentar conciencia de la importancia, necesidad y utilidad de estos adelantos y guiar a los jóvenes a su uso correcto con el fin de evitar el apareamiento de afecciones psicológicas para los usuarios.

## **CAPÍTULO IV.-**

### **PROPUESTA DE APLICACIÓN**

#### **4.1. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS**

#### **4.1.1. Alternativa obtenida**

Guía de talleres para la superación de la nomofobia que motive el aprendizaje y lograr un buen rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

#### **4.1.2. Alcance de la alternativa**

El presente trabajo investigativo, propone elaborar una guía didáctica para la superación de la nomofobia que motive el aprendizaje y lograr un buen rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica del cantón Quevedo provincia de Los Ríos; de esta manera, los educandos, por medio de esta herramienta, puedan mejorar y desarrollar sus habilidades y destrezas, de manera práctica y creativa, obteniendo un aprendizaje duradero; y los docentes, puedan fortalecer sus técnicas de motivación.

Para la elaboración de la Guía se utilizará la aplicación Microsoft Word, que es el procesador de texto mayormente utilizado a nivel mundial, porque es una de las herramientas más comunes entre todas las aplicaciones del computador y sirve para crear, modificar e imprimir documentos escritos dónde se establecerán detalladamente los contenidos, empezarán desde la introducción, características, funciones, recomendaciones hasta culminar con una pequeña referencia bibliográfica

que nos enseñará por completo el manejo de la misma, la Guía didáctica de la Aplicación.

El centro de educación superior como institución social encargada de la educación se ha preocupado de que los ciudadanos que formamos, logren saber los contenidos culturales que ella transmite de generación en generación y logren hacer lo adecuado, según las normas establecidas socialmente. Sin embargo, el centro de educación superior suele olvidar que los ciudadanos estudiantes también deben aprender a ser.

A medida que la psicología ha ido descubriendo que las variables de la personalidad, en concreto, el nivel de adaptación personal, escolar, social y familiar, (nomofobia) afectan al rendimiento académico, se ha ido incrementando también una mayor preocupación psicoeducativa para estos objetivos.

Creemos que últimamente ha crecido la sensibilidad social para que la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo considere el desarrollo personal de los estudiantes, las técnicas para la superación de la nomofobia como un objetivo central de la vida futura en que el bienestar social radicara en el progreso.

#### **4.1.3. Aspectos básicos de la alternativa**

#### **4.1.3.1 Antecedentes**

La investigación se encuentra dentro del campo de la línea de comportamiento ya que, se quiere investigar factores que afecten la parte psicológica y comportamental de la persona y su entorno. La investigación no ha sido objeto de estudio en ninguna institución de nivel superior, solo se ha podido encontrar una de las variables, por lo tanto, se pone a consideración la investigación sobre la nomofobia y su incidencia en el rendimiento académico.

Actualmente en el Ecuador se vive en una sociedad donde la tecnología la hemos vuelto fundamental la que ha ocasionado problemas en cualquier nivel social, religioso etc. Ya no se puede vivir sin el celular, se ha creado un miedo irracional cuando las personas y de forma especial los jóvenes no tienen celular, las personas comienzan a sentir ansiedad, intranquilidad cuando se encuentran en lugares donde no tienen señal o el peor de los casos es cuando han perdido su objeto tecnológico y pierden tanto información como recuerdos sentimentales.

Nuestro país no maneja una economía holgada, pero eso no es impedimento para que los jóvenes tengan celulares recién salidas al mercado, en su mayoría son gustos que los mismos padres les dan a los jóvenes; la realidad es que no importa si tienes un pantalón viejo, a los chicos solo les importa, ellos solo quieren celulares que sean modernos y en lo posible completos. A nivel país se nota que los jóvenes no pueden estar sin el celular y sin saldo, por lo tanto, es necesario tratar este tipo de problema social para investigar que problemas a fondo nos ocasionan los asuntos de la tecnología celular.

El celular en sus inicios fue creado como un arma para mejorar la comunicación a grandes distancias, pero con el paso del tiempo y las nuevas generaciones se ha cambiado su sentido y ahora el celular forma parte de la persona y su vestimenta.

Aunque suene exagerado numerosos investigadores han llegado a la conclusión que una de las adicciones actuales se encuentra en la tecnología, específicamente en el teléfono celular que es lo actual y se lo ha vuelto necesario entre los ecuatorianos. Claramente hay muchas ventajas del uso del teléfono celular, el inconveniente se crea cuando se abusa de este servicio tecnológico. A pesar de las condiciones económicas de nuestro país el celular es común entre las personas.

Además de todo esto la publicidad no ayuda mucho ya que está dirigida a los jóvenes y las ventajas de relación social que se puede crear con un teléfono celular. La adicción es progresiva para escribir, llamar o simplemente mirar el teléfono celular.

La nomofobia es la adicción a la tecnología celular y por lo tanto podemos notar que en Ambato específicamente la tecnología tiene gran cabida especialmente entre la juventud, los jóvenes que creen que si no están a la vanguardia de la tecnología no están de moda ni que pueden entrar a un círculo social adecuado, este tipo de vida tan efímera y con un sentido tan básico no se queda ahí, sino que afecta en su mayoría a las relaciones familiares y por ende a la comunicación de las familias.

#### **4.1.3.2. Justificación**

Se realiza la presente investigación porque es una realidad que estamos viviendo actualmente y que no se le da la importancia necesaria, pero a la que ya es tiempo de que se le dé su espacio y que sea investigada para que las personas tengamos una idea más clara de todo lo que se trata y que se informe a profundidad sus causas y efectos.

Lo novedoso del tema será que no es un tema que se haya tratado y como es tan actual también es necesario aclarar dudas y tener un conocimiento más amplio de lo que se trata para así aprender y que las personas que se interesen del tema tengan ya una información previa si es que lo quieren seguir investigando.

La investigación tiene un problema científico que es el problema emocional y sus posibles problemas previos como ansiedad, inseguridad, miedo, inestabilidad. También tiene una connotación social porque se deja de lado las relaciones sociales personales para crear un vínculo más frío e innecesario como estar llamando o mandando mensajes sin poder tener una conversación sana y en persona, además lo que se puede ocasionar si seguimos viviendo de la tecnología de una forma abusiva y sin control alguno, de forma especial todos los jóvenes que le dan demasiada importancia al teléfono celular.

Como estudiante de Psicología clínica se visualiza la necesidad de que a futuro se afecte las relaciones sociales y afectivas del ser humano por la introducción de la tecnología a nuestros hogares ya que es un problema social que es de mucho interés

## **4.2. OBJETIVOS**

### **4.2.1. General**

Elaborar una guía de talleres para la superación de la nomofobia que motive el aprendizaje y lograr un buen rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

### **4.2.2. Específicos**

Definir los contenidos de la guía de talleres en superación de la nomofobia para fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica.

Establecer un modelo de enseñanza que permita optimizar la aplicación de guía de talleres en la superación de la nomofobia para fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica.

Socializar la realización de la guía de superación de la nomofobia como una alternativa eficaz de enseñanza y motivación para los estudiantes de la carrera de psicología clínica.

### **4.3. ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA**

#### **4.3.1. Título**

Elaboración de una guía de talleres para la superación de la nomofobia que motive el aprendizaje y lograr un buen rendimiento académico de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

#### **4.3.2. Componentes**

El cumplimiento de los objetivos específicos de la propuesta, se realizarán de la siguiente manera:

Metodología de la guía de talleres en la superación de la nomofobia de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

Contenido de la guía de talleres en la superación de la nomofobia de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

Desarrollo de la guía de talleres en la superación de la nomofobia de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.

**Componente 1: Metodología de la guía de talleres en la superación de la nomofobia de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.**

Para la socialización de la guía de talleres en la superación de la nomofobia para fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo, cantón Quevedo, año 2018, la metodología del taller tendrá la siguiente estructura:

**Criterios de organización**

**Tiempo de duración del taller:** 14 horas presenciales

**Horario:** Lunes – Martes - Miércoles – Jueves - Viernes

**Lunes**

10h00 a 11H00 (2 horas)

**Martes**

10h00 a 11H00 (2 horas)

### **Miércoles**

10h00 a 11H00 (2 horas)

### **Jueves**

10h00 a 11H00 (2 horas)

### **Viernes**

10h00 a 11H00 (2 horas)

### **Lunes**

10h00 a 11H00 (2 horas)

### **Martes**

10h00 a 11H00 (2 horas)

**Asistencia:** Presencial

**Participación:**

Docentes y estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo, cantón Quevedo, año 2018.

**Criterios de evaluación:**

**De proceso:**

- ✓ 20% de asistencia
- ✓ 60% por participación individual y en talleres
- ✓ 20% tarea final

**Recursos:**

**Técnicos:** Proyector, laptop, pizarra

**Materiales:** De acuerdo al contenido del taller.

**Componente 2: Contenido de la guía de talleres en la superación de la nomofobia de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.**

**TALLER #**

**NOMBRE DEL TALLER:**

**OBJETIVO:**

**TIEMPO:**

**BENEFICIARIOS:**

**DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES**

**RECURSOS**

**Componente 3: Desarrollo de la guía de talleres en la superación de la nomofobia de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica.**

## TALLER # 1

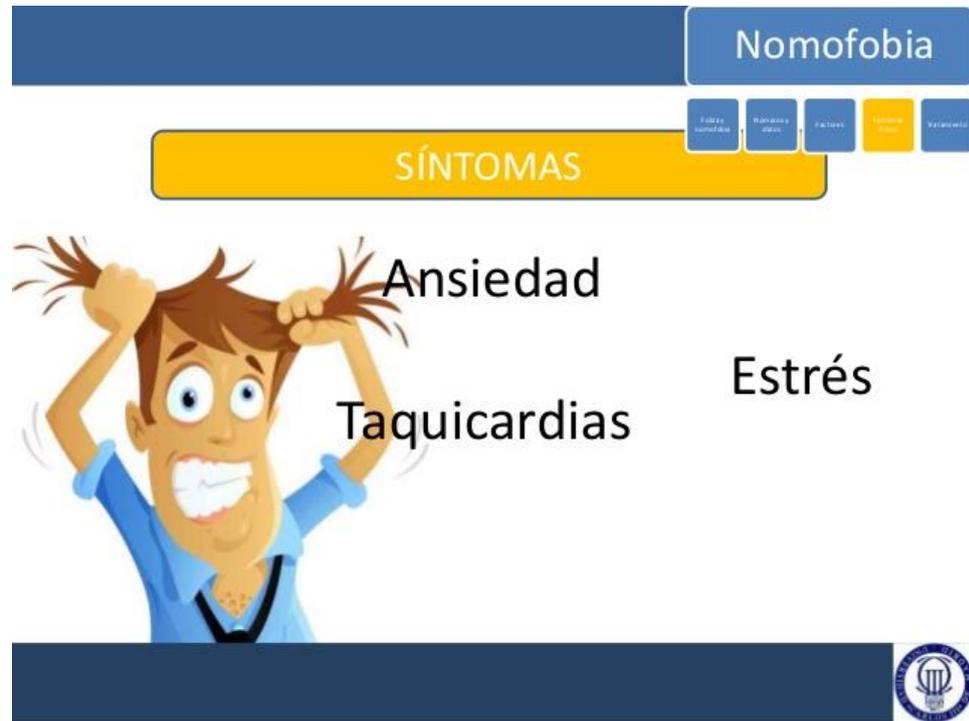


Figura 1

**NOMBRE DEL TALLER:** SÍNTOMAS

**OBJETIVO:** REALIZAR ACTIVIDADES CREATIVAS PARA DIAGNOSTICAR LA NOMOFOBIA DENTRO DEL AULA DE CLASES

**TIEMPO:** 2 HORAS

**BENEFICIARIOS:** ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

**DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES**

Si sale de casa sin el celular, regresa sin importar cuán lejos se encuentre en búsqueda de su imprescindible compañero. En las reuniones con los amigos, en la universidad, en el trabajo, en la casa y hasta en el baño está manipulando el teléfono.

Cada 2 minutos mira la pantalla, aunque no espere ninguna llamada igual lo hace. A veces, por manía.

Puede olvidar todo, las llaves de la casa o del auto, los apuntes, los zapatos, cualquier cosa, menos el celular.

Se siente incompleto, inseguro, frágil y muy temeroso cuando no tiene el celular al alcance.

El estrés los consume cuando están en un sitio donde no pueda usarlo (cine, bancos, aviones, entre otros). Al igual que un fumador adicto, colapsa y busca la manera de salir del sitio para revisar el teléfono.

## **RECURSOS**

Proyector, Laptop.

Todo el material necesario para la elaboración de actividades para comprobar los síntomas en los estudiantes.

## TALLER # 2



Figura 2

**NOMBRE DEL TALLER:** CAUSAS Y CONSECUENCIAS

**OBJETIVO:** REALIZAR ACTIVIDADES CREATIVAS PARA TOMAR CONCIENCIA EL MAL USO DE LOS TELÉFONOS CELULARES

**TIEMPO:** 2 HORAS

**BENEFICIARIOS:** ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

**DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES**

**Tensión ocular**

Mirar fijamente una pantalla, ya sea de un celular o un monitor, causa tensión ocular y resequedad en los ojos; de prolongarse estas condiciones, pueden generarse, también, daños permanentes.

### **Mal del iPod (sordera)**

No es causado por el iPod exclusivamente, sino por el excesivo volumen al que son utilizados los reproductores MP3 que poseen los celulares. Siempre que se usen auriculares de botón debe moderarse el volumen (la idea es que permita oír también los ruidos de la calle).

### **Postura caótica al escribir un mensaje de texto y mala postura corporal al hablar por teléfono.**

El uso excesivo del aparato combinado con una mala posición al sentarse, puede causar desbalances y/o retracciones musculares, con alteraciones articulares. Al comienzo se manifiestan con dolor, que luego puede acompañarse de alteraciones en la columna vertebral y otras estructuras.

### **Síndrome del túnel carpiano.**

Las actividades manuales fijas y repetidas durante largos períodos predisponen a las personas a padecerlo. El túnel del carpo es un espacio tan reducido, que cuando algunos de los tejidos de esta zona se inflaman o los tendones se engrosan a causa de

irritaciones, aumenta la presión interna. El resultado: el nervio mediano queda atrapado contra la pared del túnel. Es muy doloroso.

### **Vibración fantasma.**

Propio de personas que mantienen su celular en el modo vibrar para evitar el molesto timbre. Aquellos que perciben dicha sensación, sin que esta se produzca en realidad, están afectadas por este síndrome. Esto ocurre por alteraciones de la sensibilidad.

### **Síndrome de Dequervain.**

La repetición del movimiento del pulgar puede provocar dolores por la inflamación de los tendones musculares en la parte distal de antebrazo.

## **RECURSOS**

Proyector, Laptop.

Imágenes sobre cada una de las repercusiones que podríamos tener de cada causa de la nomofobia.

### TALLER # 3



Figura 3

**NOMBRE DEL TALLER:** CAUSAS Y CONSECUENCIAS

**OBJETIVO:** REALIZAR ACTIVIDADES CREATIVAS PARA TOMAR CONCIENCIA EL MAL USO DE LOS TELÉFONOS CELULARES

**TIEMPO:** 2 HORAS

**BENEFICIARIOS:** ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

**DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES**

**Insomnio adolescente.**

Muchos jóvenes duermen con los celulares bajo de la almohada y contestan llamadas y mensajes a la hora que sea. Esto provoca interrupciones del sueño, que les impiden tener un descanso adecuado.

### **'CrackBerry'.**

El término se usa para describir la adicción al BlackBerry e incluso a dispositivos similares. Los afectados no pueden evitar revisar constantemente la cuenta de correo.

### **Dependencia exclusiva.**

Una sensación común de los usuarios de la telefonía móvil, es que cuando olvidan el celular, o por cualquier otra circunstancia no lo llevan consigo, se sienten incomunicados, e inclusive "desnudos", causando gran expectativa y ansiedad, y hasta conflictos emocionales por no saber quién los llama o envía mensajes.

### **Rizartrosis del pulgar en el futuro.**

Los expertos creen que las lesiones en general, podrían ser aun más frecuentes en el futuro, cuando una nueva generación de adictos al celular y a otros aparatos electrónicos alcance la edad adulta. Creemos nosotros, desde este blog, que una de esas lesiones, será la rizartrosis del pulgar, que seguramente aportará mucho trabajo

al ámbito kinésico debido a que por estos tiempos muchos adolescentes y adultos jóvenes pasan varias horas al día tecleando mensajes en sus celulares.

### **Cáncer y radiofrecuencia.**

La radiación de frecuencias bajas se consideraba inofensiva, sin embargo, cada vez más estudios científicos demuestran que puede producir cambios eléctricos en la membrana de todas las células del cuerpo, alterando los flujos celulares de algunos iones, sobre todo el calcio, lo que podría tener efectos biológicos importantes y originar disfunciones como: insomnio, trastornos de atención y memoria, hipertensión, variaciones en ritmo cardíaco y aparatos que lo regulan (marcapasos), ojo seco y visión borrosa, alteraciones neurológicas y del aparato reproductor, entre otras.

## **RECURSOS**

Proyector, Laptop.

Imágenes sobre cada una de las repercusiones que podríamos tener de cada causa de la nomofobia.

## TALLER 4



Figura 4

**NOMBRE DEL TALLER:** ACCIDENTES

**OBJETIVO:** REALIZAR ACTIVIDADES CREATIVAS PARA TOMAR CONCIENCIA EL MAL USO DE LOS TELÉFONOS CELULARES CAUSANTE DE ACCIDENTES AUTOMOVILÍSTICOS

**TIEMPO:** 2 HORAS

**BENEFICIARIOS:** ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

**DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES**

**Transito**

Se demuestra que las personas que poseen un teléfono celular y conducen, tiene un efecto global de incremento de la frecuencia de accidentes de tránsito, con referencia a personas que conducen en forma similar pero no emplean el teléfono celular, de 5 veces. O sea que los que hablan por el celular cuando conducen se accidentan cinco veces más frecuentemente que los que no lo hacen.

Se analizó el uso del sistema "manos libres" y se encontró que, aunque en menor grado, también este aparato incrementa la frecuencia de accidentes. También las encuestas se dirigieron hacia el hecho de realizar llamadas o solamente contestarlas y en ambos casos la posibilidad de un accidente de tránsito fue mayor.

En un estudio realizado en Inglaterra se demuestra que el momento más peligroso para la asociación entre la llamada telefónica y el accidente es cuando ésta se inicia, bien sea que el conductor llame o sea llamado.

También estudiaron la posibilidad de que un teléfono celular en el carro, en manos de otra persona diferente del conductor, afectara la capacidad de concentración y se encontró, aunque las muestras son pequeñas y las conclusiones no muy confiables, que esta circunstancia incrementa las posibilidades de accidente, aunque menos que cuando el chofer es el que utiliza el aparato.

## **RECURSOS**

Proyector, Laptop.

Imágenes sobre cada una de las repercusiones que podríamos tener el uso del celular mientras se conduce.

Accidentes vehiculares por uso del celular

<https://www.youtube.com/watch?v=eKiZXhIVLC4>

## TALLER 5



Figura 5

**NOMBRE DEL TALLER:** NOMOFOBIA O ADICCIÓN AL MÓVIL: LA NECESIDAD DE ESTAR SIEMPRE CONECTADO

**OBJETIVO:** DESARROLLAR CONCEPTOS BÁSICOS DE LO QUE SIGNIFICA LA NOMOFOBIA O ADICCIÓN AL TELÉFONO MÓVIL

**TIEMPO:** 2 HORAS

**BENEFICIARIOS:** ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

## **DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES**

La adicción al móvil es un problema que está adquiriendo proporciones alarmantes, sobre todo porque afecta cada vez a más jóvenes y adolescentes. De hecho, a diferencia de adicciones como la ludopatía y el alcoholismo, la adicción al móvil se suele presentar entre los 11 y 12 años, una edad a la que muchos niños ya tienen su propio móvil o usan con frecuencia el de sus padres.

Sin duda, el móvil es muy útil para comunicarnos y mantenernos conectados, pero cuando se convierte en una obsesión produce el efecto opuesto: nos desconecta de los demás. La adicción es un trastorno que nos aleja de las personas que amamos y que limita considerablemente nuestras potencialidades. No obstante, con la ayuda psicológica adecuada, la adicción al móvil tiene solución.

Se estima que 1 de cada 1.000 personas que utilizan un Smartphone tienen un alto riesgo de convertirse en adictos al móvil.

### **¿Qué es la adicción al móvil?**

La adicción al móvil es una dependencia excesiva y poco saludable a los smartphone o teléfonos móviles en sentido general. La persona encuentra placer en un comportamiento repetitivo vinculado al móvil, ya sea revisando constantemente las redes sociales, enviando mensajes, realizando llamadas o jugando.

En muchos casos, junto a la adicción, la persona es víctima de la nomofobia, un miedo irracional a estar sin su teléfono móvil. De hecho, se estima que más del 50% de las personas que suelen usar el móvil sienten ansiedad cuando se les agota el crédito o no tienen cobertura de red y un 9% reconoce sentirse muy estresadas cuando apagan sus móviles.

### **¿Cuáles son los síntomas de la adicción al móvil?**

Estos son los principales síntomas:

Conducta irreprimible e incontrolable vinculada con el uso del teléfono móvil. Aunque la persona quiera y sea consciente de las consecuencias negativas de su comportamiento, no logra limitar el uso del móvil.

Uso exagerado del móvil, hasta tal punto que se abandonan o descuidan algunas actividades cotidianas importantes, como compartir con la familia y los amigos. Es común encontrar a la persona tecleando, jugando o enviando mensajes continuamente, como si no existiera vida más allá del móvil.

Actitud hipervigilante, la persona siempre está pendiente del móvil, como si lo estuviera vigilando, y cada cierto tiempo lo revisa para ver si ha entrado algún mensaje o ha recibido alguna llamada perdida.

Aumento de la tolerancia, lo cual implica que la persona debe usar cada vez más el móvil para obtener la misma gratificación.

Sensación de frustración, nerviosismo y rabia cuando no se tiene acceso al móvil.

Miedo a estar sin teléfono o a que se quede sin carga, lo cual suele generar una gran angustia, aún cuando la persona se da cuenta de que se trata de un temor irracional.

## **RECURSOS**

Proyector, Laptop.

Consulta de distintas opiniones de psicólogos sobre la nomofobia

Video sobre Adicción al Celular Nomofobia

[https://www.youtube.com/watch?v=VyYcGnN\\_Cps](https://www.youtube.com/watch?v=VyYcGnN_Cps)

## TALLER 6

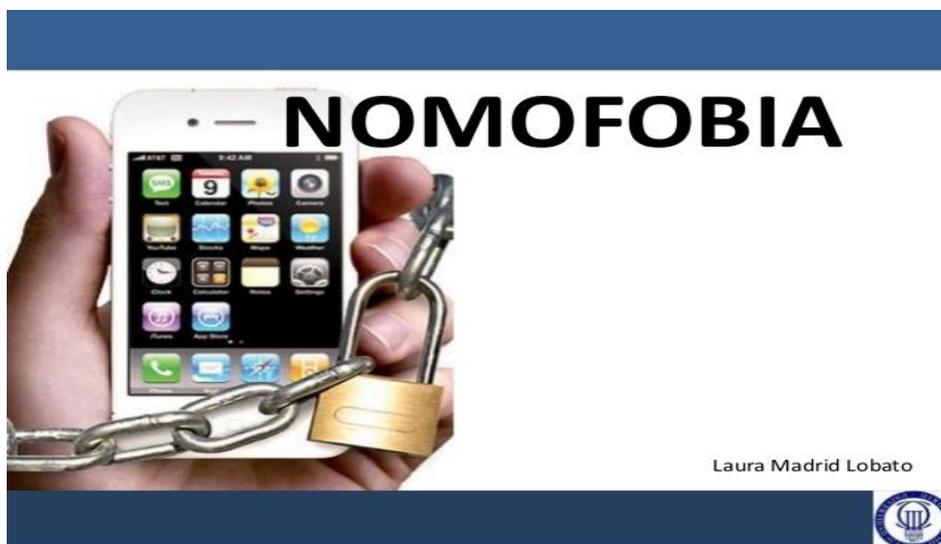


Figura 6

**NOMBRE DEL TALLER:** NOMOFOBIA O ADICCIÓN AL MÓVIL: LA NECESIDAD DE ESTAR SIEMPRE CONECTADO

**OBJETIVO:** DESARROLLAR CONCEPTOS BÁSICOS DE LO QUE SIGNIFICA LA NOMOFOBIA O ADICCIÓN AL TELÉFONO MÓVIL

**TIEMPO:** 2 HORAS

**BENEFICIARIOS:** ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

## DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES

### **¿Cuáles son las causas de la nomofobia?**

Las personas que tienen una adicción al móvil creen que es obligatorio utilizar esta tecnología, consideran que es muy importante e, inconscientemente, piensan que esa característica se transfiere a ellos. De hecho, detrás de la adicción al móvil a menudo se esconden problemas de autoestima e inseguridad. La persona no se siente cómoda consigo misma y recurre a distracciones, como la tecnología, para esconder determinadas sensaciones que le hacen sentir mal.

En otros casos, la adicción al móvil está relacionada con las dificultades en las relaciones sociales. A la persona le resulta mucho más fácil relacionarse a través de mensajes que cara a cara, quizás porque es demasiado tímida o porque se siente más cómoda con el anonimato y la sensación de intimidad que ofrece la tecnología. De esta forma, el móvil se convierte en una especie de escudo que la protege.

Otras veces, la adicción al móvil es expresión de problemas en el área familiar, en el colegio o en el trabajo. Cuando la persona no sabe cómo resolver esas dificultades, se escuda en la tecnología para no pensar en ellas, hasta que llega el punto en que esta le absorbe. De hecho, un estudio realizado por psicólogos de la Universidad de Queensland descubrió que muchos jóvenes y adolescentes piensan que el teléfono móvil es parte de ellos, forma parte de su autoconcepto.

También se apreció que mientras más identificados se sentían con su teléfono móvil, más lo usaban y más intenso era el vínculo emocional. En esta investigación se pudo observar que estas personas no solo querían tener el móvil siempre cerca sino que pensaban continuamente en este, interrumpían lo que estaban haciendo para responder, se sentían estresados sin el teléfono y reconocían que eran incapaces de disminuir el tiempo que le dedicaban a esa actividad. Todos estos son síntomas de dependencia.

### **Consecuencias de ser adicto al móvil**

Las principales consecuencias de la adicción al móvil son:

**Aislamiento social:** la persona pasa cada vez más tiempo conectada al móvil y descuida sus relaciones interpersonales. **Alteraciones en la conducta:** la propia dependencia al móvil genera tensión e irritabilidad, las cuales provocan cambios en el comportamiento, haciendo que la persona sea menos solícita y se muestre más agresiva de lo habitual.

**Cambios en el estado de ánimo:** las adicciones suelen provocar desequilibrios emocionales que dan lugar a trastornos como la depresión y la ansiedad. **Problemas de comunicación:** los adictos al móvil se relacionan cada vez más a través de la tecnología, por lo que sus habilidades sociales terminan resintiéndose, sobre todo cuando la adicción se asienta en la adolescencia, una etapa en la cual estas competencias aún no se han desarrollado lo suficiente. **Dificultades para conciliar el sueño:** la exposición continua a la luz azulada que emite el móvil inhibe la

producción de melatonina, una hormona que induce el sueño. Como resultado, los adictos al móvil pueden padecer insomnio. Además, la preocupación constante por la posibilidad de que llegue un mensaje o una llamada mientras duermen, también les impide dormir tranquilamente.

**Inseguridad:** los adictos al móvil suelen tener miedo a estar sin teléfono, una sensación que no les abandona y genera una gran inseguridad.

**Alucinaciones:** el 80% de las personas que tienen un smartphone han escuchado su teléfono sonar cuando en realidad no lo hacía. En los adictos al móvil este fenómeno cobra aún más fuerza, es lo que se conoce como “alucinación fantasma” y están provocadas por la tensión de estar pendientes del móvil, lo cual les lleva a imaginar que este vibra o suena.

**Problemas de atención y memoria:** al estar continuamente pendientes del móvil, estas personas comienzan a presentar problemas de atención y concentración, que terminan provocando dificultades en la memoria. **Síndrome de abstinencia:** la persona siente una gran angustia, ansiedad e irritabilidad cuando es privada del móvil. Mientras mayor sea la dependencia, más agudo será ese malestar, hasta el punto de que puede crear confusión y una sensación de falta de control muy intensa.

Más allá de los problemas en el ámbito psicológico, no podemos olvidar que el uso desmedido del móvil o de cualquier tecnología puede dar lugar a lesiones a nivel físico. La adicción al móvil también le pasa factura a nuestros ojos, músculos, ligamentos, articulaciones y vértebras.

## **RECURSOS**

Proyector, Laptop.

Consulta de distintas opiniones de psicólogos sobre la nomofobia

Video sobre Adicción al Celular Nomofobia

[https://www.youtube.com/watch?v=VyYcGnN\\_Cps](https://www.youtube.com/watch?v=VyYcGnN_Cps)

## TALLER 7



Figura 7

**NOMBRE DEL TALLER:** TERAPIAS Y TRATAMIENTO

**OBJETIVO:** REALIZAR ACTIVIDADES CREATIVAS DE TERAPIAS Y TRATAMIENTO PARA LA SUPERACIÓN DE LA NOMOFOBIA.

**TIEMPO:** 2 HORAS

**BENEFICIARIOS:** ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

### DESCRIPCIÓN ACTIVIDADES

El tratamiento dependerá del autocontrol que tenga cada persona. Si tienes autocontrol, deberás desprenderte del móvil de manera gradual; si no te ves capaz de controlarte, la terapia será de choque y tendrás que eliminar de raíz el móvil. Terapia psicológica. - Esta fobia es clara señal de una carencia en la vida de la persona.

Es un tratamiento que busca estimular pensamientos, sentimientos, sensaciones y conocimientos, que tiene el paciente pero que no sabe cómo aplicarlos o no logra identificarlos plenamente. Tiene como recurso principal hablar, aunque a veces se usan otras técnicas como dibujar, escribir, actuar, etc.

Con la terapia se busca cambiar el diálogo, la comunicación, el pensamiento, las ideas, y cambiar el comportamiento, lo que se logra al mejorar la salud mental del paciente. Con la terapia se aprenderán nuevas formas de pensar y afrontar situaciones cotidianas, los problemas, y sobre todo aquello que causa malestar. Se aprenderá a afrontar sentimientos y sensaciones, como el estrés, la timidez, el miedo, etc.

Con la terapia se puede encontrar solución a la depresión, la ansiedad, fobias, duelo, y en general cualquier trastorno psicológico. Se aprende a ser dueños de nuestros pensamientos y nuestras sensaciones, lo cual genere beneficios en todos los aspectos de la vida, incluso en la salud del cuerpo. La terapia es para todos. No hay edad, género, oficio, profesión, nivel económico, ni nada, que limite la posibilidad de recurrir a la terapia psicológica.

### **Ejercicios sencillos**

Apagar el teléfono por las noches, o al menos dejarlo de lado por algunos instantes. Es cuestión de práctica y de perseverancia. Comienza con cinco minutos un día, cuando te sientas cómodo pasa a diez minutos diarios sin el móvil, luego

quince, y así, hasta que estar sin el móvil (en situaciones seguras, por ejemplo, cuando se está en casa) sea tan natural como tenerlo en el bolsillo.

### **Recomendaciones:**

- Alejar el móvil de zonas blandas del cuerpo.
- Mantener el teléfono apagado tanto tiempo como sea posible.
- No dormir con el teléfono encendido cerca de la cabeza.
- No hablar en movimiento (aumenta el efecto negativo de las ondas electromagnéticas sobre el cerebro).
- No permanecer mucho tiempo en zonas donde haya antenas de telefonía móvil.
- No utilizar el celular en gasolineras, en zonas hospitalarias, trabajo magnético y eléctrico.
- No contestar el celular cuando se está cargando.
- No colocar el celular cerca de artefactos eléctricos o electrónicos.

## **RECURSOS**

Proyector, Laptop.

Video sobre Como dejar la adiccion al celular

<https://www.youtube.com/watch?v=A76ofa0eYF>

#### **4.4. RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA**

Los resultados esperados de la alternativa sobre la implementación de una guía de talleres para la superación de la nomofobia para fortalecer el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la universidad técnica de Babahoyo extensión Quevedo del cantón Quevedo, año 2018, pretende brindar los siguientes beneficios;

Esta propuesta tiene como propósito definir la importancia sobre el uso responsable de la telefonía celular para así conocer a la población los riesgos existentes e implementar una serie de recomendaciones que nos lleven al uso adecuado del medio de comunicación.

Los avances tecnológicos han marcado un modelo en el progreso y desarrollo de la humanidad, comprender el funcionamiento y los alcances que se pueden obtener con el uso de un determinado equipo o aparato, es un factor de importancia para la sociedad de nuestro mundo moderno y actual.

La investigación no representa una excepción, el mayor objetivo es lograr la comprensión de los riesgos existentes por el uso inadecuado del celular y establecer algún tipo de medida para dar a conocer a la población, la mejor forma de utilizar un equipo del cual ya es imposible prescindir, pero sí existe la posibilidad de emplearlo correctamente.

## BIBLIOGRAFÍA

- About, s. (2012). *66% of the population suffer from Nomophobia the fear of being without their phone*. Obtenido de <https://www.securenvoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the-population-suffer-from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/>
- Aguiar, B. M. (2011). El rendimiento académico de las mujeres en matemáticas. Mexico: Alianza Editorial.
- Arévalo, M. R. (2013). NOMOFOBIA Y SU RELACIÓN CON LA ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES” (ESTUDIO REALIZADO EN LA ESCUELA NORMAL PRIVADA Y COLEGIO INTEGRAL SOLOLATECO DEL DEPARTAMENTO Y MUNICIPIO DE SOLOLÁ. Guatemala.
- Beranuy, M. (2006). Uso y abuso del teléfono móvil en los jóvenes y adolescentes. España.
- Brander, N. (1988). Como mejorar el autoestima.
- Brarder, N. (1988). Como mejor el auto estima.
- Calvillo, C. (2012). *En el artículo de internet Tres de cada cuatro usuarios de móviles lo usan en el baño*. . Obtenido de <http://www.muyinteresante.es/tres-de-cada-4-usuariosde-moviles-lo-usan-en-el-baño>
- Cardenas, S. D. (2015). ADICCION AL INTERNET, TELEFONO MOVIL Y SU RELACION CON RENDIMIENTO ACADEMICO EN LOS ESTUDIANTES DEL PROGRAMA DE ODONTOLOGIA DE LA UNIVERSIDAD DE CARTAGENA. CARTAGENA.
- Castellana, R. S. (2007). El adolescente ante las tecnologías de la información y la comunicación: internet, móvil y videojuegos. España.

- Chóliz, M. V. (2009). *Ellas, ellos y su móvil: uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia*. España.
- Cleghorn, P. (2003). *Como desarrollar la auto estima*.
- Cleghorn, P. (2003). *Como desarrollar la autoestima*.
- Cuesta Cambra, U. (2012). “USO “ENVOLVENTE” DEL MÓVIL EN JÓVENES: PROPUESTA DE UN MODELO DE ANÁLISIS”. . Madrid.
- Escobar. (2012). *En el artículo titulado ¿Por qué no podemos vivir sin celular?. Escrito en la página de internet*. Obtenido de <http://www.zocalo.com.mx/seccion/articulo/Por-que-nopodemos-vivir-sin-celular>
- Escobar, P. (2015). Instituto de Neurociencias . Guayaquil.
- García Martínez, F. E. (junio de 2014). *NOMOFILIA VS. NOMOFOBIA, IRRUPCIÓN DEL TELÉFONO MÓVIL EN LAS DIMENSIONES DE VIDA DE LOS JÓVENES. UN TEMA PENDIENTE PARA LOS ESTUDIOS EN COMUNICACIÓN*. Obtenido de [http://www.razonypalabra.org.mx/N/N86/V86/26\\_GarciaFabila\\_V86.pdf](http://www.razonypalabra.org.mx/N/N86/V86/26_GarciaFabila_V86.pdf)
- García, d. C. (2013). *ADICCIONES TECNOLÓGICAS: EL AUGE DE LAS REDES SOCIALES*.
- JIMENEZ. (2000). *El rendimiento académico: concepto, investigación y desarrollo*. Obtenido de [https://www.researchgate.net/publication/237036207\\_El\\_rendimiento\\_academico\\_concepto\\_investigacion\\_y\\_desarrollo](https://www.researchgate.net/publication/237036207_El_rendimiento_academico_concepto_investigacion_y_desarrollo)
- López, A. ((2004). *Adicción a Internet: conceptualización y propuesta de intervención*. España.
- Monterrosa, M. B. ((2014). *Relación entre adicción a las TICS y el rendimiento académico en adolescentes de 13 a 15 años en una institución privada*. Guatemala.

- Notimex. (27 de 07 de 2015). *USO EXCESIVO DE NUEVAS TECNOLOGÍAS PROVOCA ANSIEDAD Y ADICCIÓN*. . Obtenido de <http://www.eluniversal.com.mx/articulo/techbit/2015/07/27/uso-excesivo-denuvastecnologias-provoca-ansiedad-adiccion>.
- Paz, O. (13 de 01 de 2014). *NOMOFOBIA: ESCLAVOS DEL MÓVIL*. . Obtenido de <http://www.efesalud.com/noticias/nomofobia-esclavos-del-movil/>
- Perez, G. L. ((2013). *¿SE CONSTITUYE EL USO DEL SMARTPHONE EN UNA ADICCIÓN?*. Obtenido de [www.usfx.bu/nueva/viarrecturado/atas/sociales-8](http://www.usfx.bu/nueva/viarrecturado/atas/sociales-8)
- Pérez, I. ((2012). *En el artículo Nomofobia, cuando se pierde el teléfono móvil. Escrito en la página de internet*. Obtenido de <http://israel-perez-valencia.suite101.net/nomofobia-cuando-sepierde-el-telefono-movil-a>
- Ponce, A. ((2011). *Nomofobia: la pandemia del siglo XXI*. Obtenido de <http://suite101.net/article/nomofobia-la-pandemia-del-siglo-xxi-a66645>
- Quelart, R. (12 de 01 de 2015). *¿PADECE USTED NOMOFOBIA?* Obtenido de <http://www.lavanguardia.com/salud/20150112/54422487339/nomofobia-ansiedad-usomoviles.html>
- Rivas, B. (2011). *Nomofobia, una nueva fobia tecnológica*. . Obtenido de <http://tecnologia7.net/notas-curiosas/nomofobianueva-fobia-teconologica/#axzz1ogirnoZ9>
- Ruiz, R. ., ((2010). *Análisis de comportamientos relacionados con el uso/abuso de Internet, teléfono móvil, compras y juego en estudiantes universitarios*. Colombia.
- Vernieri, M. J. (2006). *Adolescencia y Autoestima*. Argentina: Bonum.

# ANEXOS

<b>Problema General</b>	<b>Objetivo general</b>	<b>Hipótesis general</b>
¿De qué manera la nomofobia influye en el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo?	Identificar la presencia de nomofobia y su influencia en el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo.	Si identificamos nomofobia y como incide en el rendimiento académico en los estudiantes de la carrera de psicología clínica ayudaremos a su superación.
<b>Subproblemas o derivados</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>Subhipótesis o derivadas</b>
¿Qué dificultades genera la nomofobia en el rendimiento académico tienen los estudiantes de la carrera de psicología clínica?	Conocer el nivel del rendimiento académico que tienen los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo.	Diagnosticando el nivel del rendimiento académico que tienen los estudiantes de la carrera de psicología clínica podremos identificar la influencia de la nomofobia.
¿Cuál es la influencia de la nomofobia en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica?	Relacionar el rendimiento académico con la nomofobia de los estudiantes de la carrera de psicología clínica de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo.	Analizando la nomofobia y su influencia en el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica se podrá detectar su relación.
¿Cuáles son las técnicas para la superación de la nomofobia que mejoran el rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica?	Elaborar una guía de técnicas para la superación de la nomofobia que motive el aprendizaje y lograr un buen rendimiento académico de los estudiantes de la carrera de psicología clínica.	Si se diseña una guía de técnicas para la superación de la nomofobia que motive a los estudiantes podremos lograr un rendimiento académico favorable.



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA  
EDUCACIÓN  
PSICOLOGÍA CLÍNICA



Quevedo, 12 de junio del 2018

DR. HUGO GARCÍA GARCÍA MSC.  
COORDINADOR ACADÉMICO Y ADMINISTRATIVO DE LA UNIVERSIDAD  
TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO

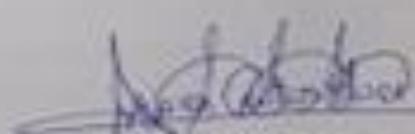
PRECIBIL-

Yo, YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA, CON C.I. 120733966-2 Egresada de la  
Universidad Técnica de Babahoyo, Extensión Quevedo, de la carrera de PSICOLOGÍA  
CLÍNICA, me dirijo a usted de la manera más comedida y respetuosa para solicitar, se me  
permita realizar el proyecto de Investigación cuyo tema es:

NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE  
LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE  
BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.

Debe recalcar que la realización del proyecto de investigación es fundamental para culminar  
mis estudios superiores.

Por la atención que digno a la presente quedo de usted muy agradecida.

  
YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA  
C.I. 120733966-2  
Tel. 0960791122

*Recibido*  
2015-05-27  
  
*W.N.*

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO  
FACULTAD DE CIENCIAS JURÍDICAS, SOCIALES Y DE LA  
EDUCACIÓN  
PSICOLOGÍA CLÍNICA



Quevedo, 19 de junio del 2018

1000  
YAJAIRA NOHEMY CANTOS MORA

Presente.

Yo, Hugo García García, en calidad de Coordinador Académico Y Administrativo de la Universidad Técnica De Babahoyo Extensión Quevedo autorizo a la Srta. Yajaira Nohemy Cantos Mora, Egresada de la Universidad Técnica de Babahoyo, Extensión Quevedo, de la carrera de Psicología Clínica, realizar el proyecto de investigación en nuestra institución cuyo tema:

**NOMIOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO.**

Así mismo,



**DR. HUGO GARCÍA GARCÍA MSC.**  
COORDINADOR ACADÉMICO Y ADMINISTRATIVO DE LA UNIVERSIDAD  
TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO

**ENTREVISTA REALIZADA A LOS DOCENTES DE LA  
UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO  
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA**

Estimados docentes el objetivo de esta entrevista es determinar la influencia de la nomofobia en el rendimiento académico, por lo que le solicito comedidamente conteste las siguientes preguntas, esta información forma parte de un estudio exploratorio y es de gran importancia porque permitirá conocer más de cerca la problemática que motiva la investigación y contribuirá a crear un mecanismo de solución al mismo. De antemano le agradezco por su colaboración.

1. ¿Sabes qué es nomofobia?

- Si
- No

2. ¿Qué aparato tecnológico utilizan más los estudiantes?

- Celular
- Tablet
- Lap top

3. ¿Con qué frecuencia miran o consultan el teléfono celular, los estudiantes en el aula de clases?

- Cada 10 min. o menos
- Cada 15 y 30 min.
- Cada 30 min y 1 hr

4. ¿Los estudiantes presentan dependencia por su teléfono celular?

- Si
- No

5. ¿Ha tenido problemas por el uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes?

- Si
- No

6. ¿Cree usted que el uso excesivo de tu teléfono celular por los estudiantes afecta su rendimiento académico?

- La mayoría de las veces
- Algunas veces
- En ninguna ocasión

Encuesta realizada a los docentes de los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica, de la ciudad de Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2018 – 2019.

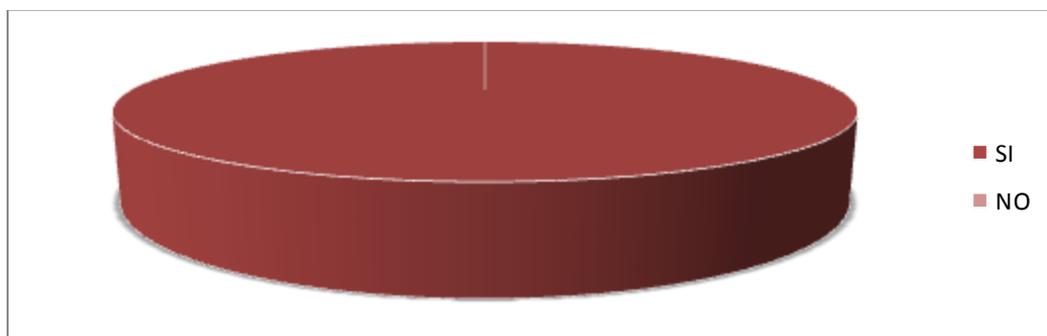
1. ¿Los estudiantes presentan dependencia por su teléfono celular?

**Tabla 6.** Dependencia por su teléfono celular

Alternativa	Encuesta	%
SI	10	100,00
NO		
<b>Total</b>	10	100,00

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 5** Aparato tecnológico que los estudiantes utilizan regularmente



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.** - La encuesta realizada nos dio como resultado que en un 100% los docentes manifestaron que los estudiantes tienen como prioridad el uso del celular en la institución de educación superior.

**Interpretación.** - Es importante puntualizar que los estudiantes tienen un uso excesivo del teléfono celular en las clases.

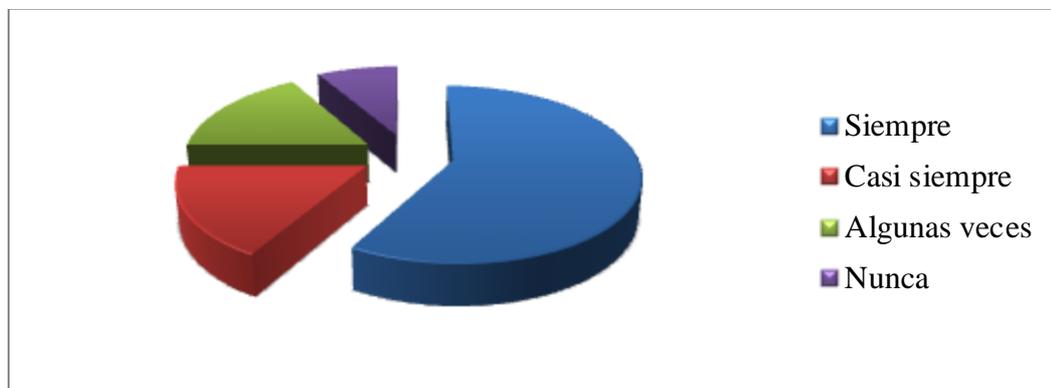
2. ¿Ha tenido problemas por el uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes en clase?

**Tabla 7.** uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes

Alternativa	Encuesta	%
Siempre	5	50,00
Casi siempre	2	20,00
Algunas veces	2	20,00
Nunca	1	10,00
<b>Total</b>	<b>0</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 6** Problemas por el uso excesivo del teléfono celular con los estudiantes



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.** - La encuesta realizada nos dio como resultado que los docentes manifiestan en un 50% el uso excesivo del celular ocasiona problemas con los estudiantes, un 20% afirmaron que casi siempre, un 20% indicaron que algunas veces y un 8% afirmaron que nunca.

**Interpretación.** - Es importante que se incentive la realización de programas de talleres contra la nomofobia como una alternativa que fortalezca el rendimiento académico de los estudiantes que participen activamente.

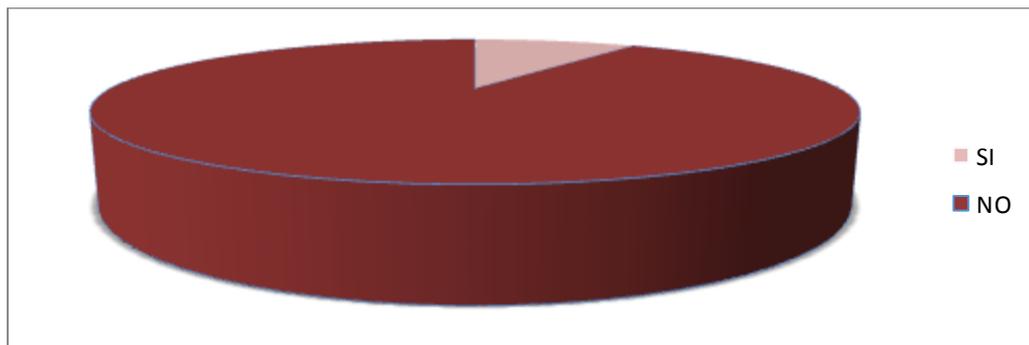
3. ¿Sabes qué es nomofobia?

**Tabla 8.** Nomofobia

Alternativa	Encuesta	%
Si	1	10,00
No	9	90,00
<b>Total</b>	10	100,00

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 7** Nomofobia



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.-** La encuesta realizada nos dio como resultado que en un 10% los docentes manifiestan que conocen el significado de la nomofobia, un 90% no conocen de que se trata.

**Interpretación.-** Es importante que en la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo, las autoridades educativas y docentes de la mencionada institución de educación superior, relacionen la nomofobia con el rendimiento académico y sus consecuencias.

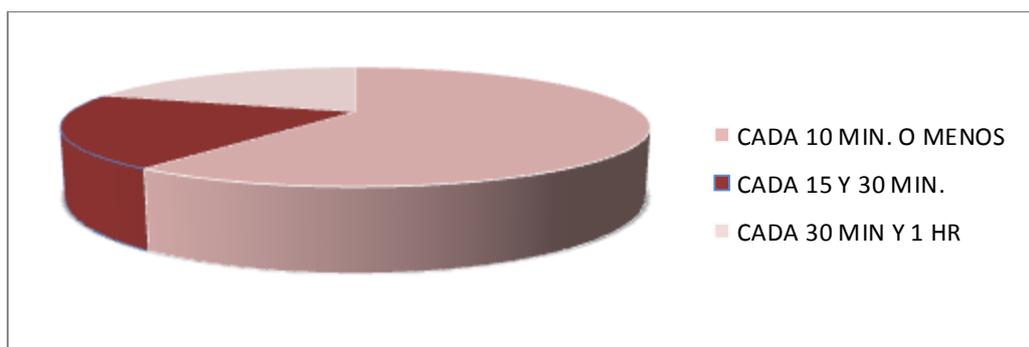
4. ¿Con qué frecuencia miras o consultas el teléfono celular, aunque no recibas ningún mensaje?

**Tabla 9.** Frecuencia que miras o consultas el teléfono celular

Alternativa	Encuesta	%
CADA 10 MIN. O MENOS	6	60,00
CADA 15 Y 30 MIN.	3	20,00
CADA 30 MIN Y 1 HR	3	20,00
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Gráfico 8** Frecuencia que miras o consultas el teléfono celular



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.-** La encuesta realizada nos dio como resultado que los docentes manifiestan en un 60% que consultan su teléfono celular cada 10 min. o menos si ni

siquiera sonarles, un 20% afirmaron que cada 15 y 30 min, un 20% indicaron que cada 30 min y 1 hr.

**Interpretación.** - Es importante que se relacione la nomofobia con el rendimiento académico ya que por la presencia del celular no dan la debida atención a las clases.

## **ENTREVISTA REALIZADA A LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD TECNICA DE BABAHOYO EXTENSION QUEVEDO CARRERA DE PSICOLOGÍA CLINICA**

Estimados alumnos el objetivo de esta entrevista es determinar la influencia de la nomofobia en el rendimiento académico, por lo que le solicito comedidamente conteste las siguientes preguntas, esta información forma parte de un estudio exploratorio y es de gran importancia porque permitirá conocer más de cerca la problemática que motiva la investigación y contribuirá a crear un mecanismo de solución al mismo. De antemano le agradezco por su colaboración.

1. ¿Sabes qué es **nomofobia**?

- Si
- No

2. ¿Qué aparato tecnológico utilizas más?

- Celular
- Tablet
- Lap top
- Otro dispositivo

3. ¿Para qué usas el teléfono celular?

- Realizar o recibir llamadas
- Jugar
- Chatear o participar en redes sociales
- Buscar información

4. ¿Cuál es la red social que utilizas la mayor parte de tu tiempo? )

- WhatsApp
- Facebook
- Twitter

5. Aproximadamente ¿cuánto tiempo dedicas por día al uso diario del celular?

- 1 a 3 hrs
- 3 a 6 hrs.
- Más de 7 hrs.

6. ¿Con qué frecuencia miras **o consultas el teléfono celular, aunque no recibas ningún mensaje?**

- Cada 10 min. o menos
- Cada 15 y 30 min.
- Cada 30 min y 1 hr
- Cuando llega un mensaje, ¿veo inmediatamente?

7. ¿Sientes dependencia por tu teléfono celular?

- Si
- No
- Algunas veces

8. ¿Qué efecto has llegado a presentar al usar tu aparato celular?

- Aislamiento
- Malas calificaciones
- Afecto en relaciones sociales familiares y afectivas

9. ¿En ocasiones por el uso excesivo de tu teléfono celular afecta tu rendimiento académico?

- La mayoría de las veces
- Algunas veces
- En ninguna ocasión

**Encuesta realizada a los estudiantes de la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo carrera de psicología clínica, de la ciudad de Quevedo, provincia de Los Ríos, periodo lectivo 2018 – 2019.**

**1. ¿Qué aparato tecnológico utilizas más?**

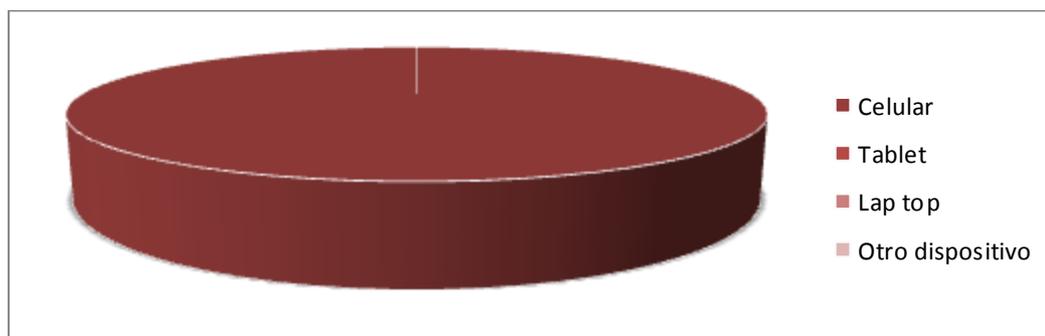
**Tabla 10.** Aparato tecnológico utilizas más

Alternativa	Encuesta	%
Celular	75	100,00
Tablet	0	00,00
Lap top	0	00,00
Otro dispositivo	0	00,00
<b>Total</b>	<b>75</b>	<b>100,00</b>

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 9** Aparato tecnológico utilizas más



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.** - La encuesta realizada nos dio como resultado que en un 100% los estudiantes manifestaron que aparato tecnológico utilizas más es el celular en la institución de educación superior.

**Interpretación.** - Es importante puntualizar que los estudiantes tienen un uso excesivo del teléfono celular en las clases.

## 2. ¿Para qué usas el teléfono celular?

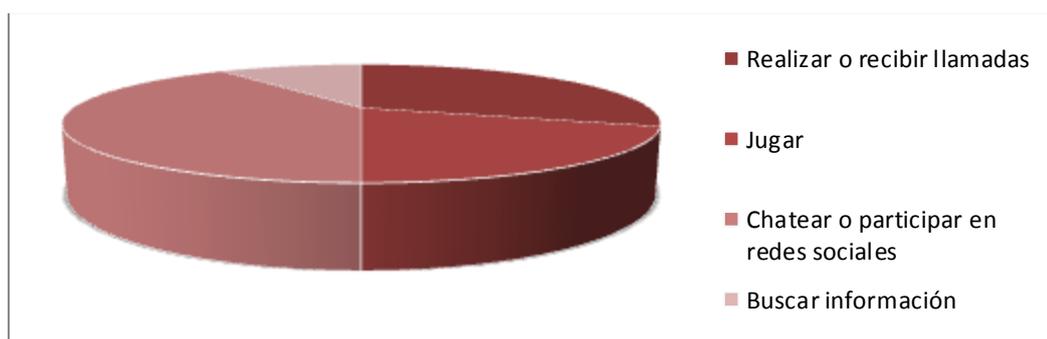
**Tabla 11.** Para qué usas el teléfono celular

Alternativa	Encuesta	%
Realizar o recibir llamadas	2	30,00
	3	
Jugar	1	20,00
	5	
Chatear o participar en redes sociales	3	40,00
	0	
Buscar información	7	10,00
<b>Total</b>	7	100,00
	5	

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo

**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 10** Para qué usas el teléfono celular



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.** - La encuesta realizada nos dio como resultado que los estudiantes manifiestan en un 30% que usas el teléfono celular para realizar o recibir llamadas, un 20% para Jugar, un 40% para Chatear o participar en redes sociales y un 10% para Buscar información.

**Interpretación.** - Es importante que se incentive la realización de programas de talleres contra la nomofobia como una alternativa que fortalezca el rendimiento académico de los estudiantes que participen activamente.

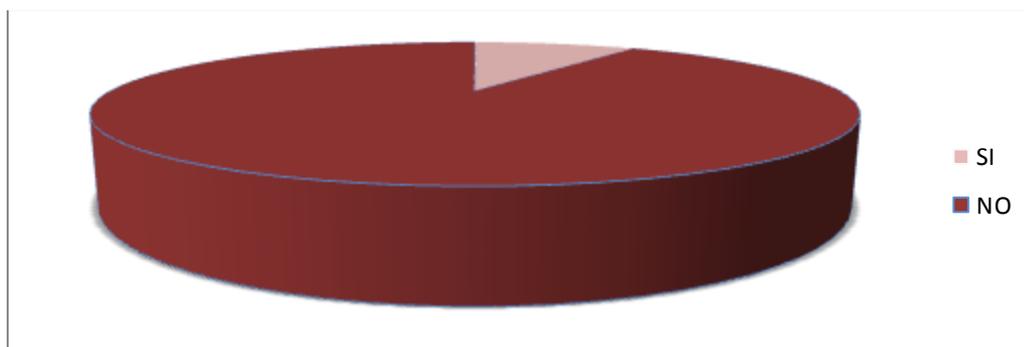
**3.** ¿Sabes qué es nomofobia?

**Tabla 12.** Nomofobia

Alternativa	Encuesta	%
Si	8	10,00
No	67	90,00
<b>Total</b>	75	100,00

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

Grafico 11 Nomofobia



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.-** La encuesta realizada nos dio como resultado que en un 10% los estudiantes manifiestan que conocen el significado de la nomofobia, un 90% no conocen de que se trata.

**Interpretación.-** Es importante que en la Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo, las autoridades educativas y docentes de la mencionada institución de educación superior, relacionen la nomofobia con el rendimiento académico y sus consecuencias.

4. ¿En ocasiones por el uso excesivo de tu teléfono celular afecta tu rendimiento académico?

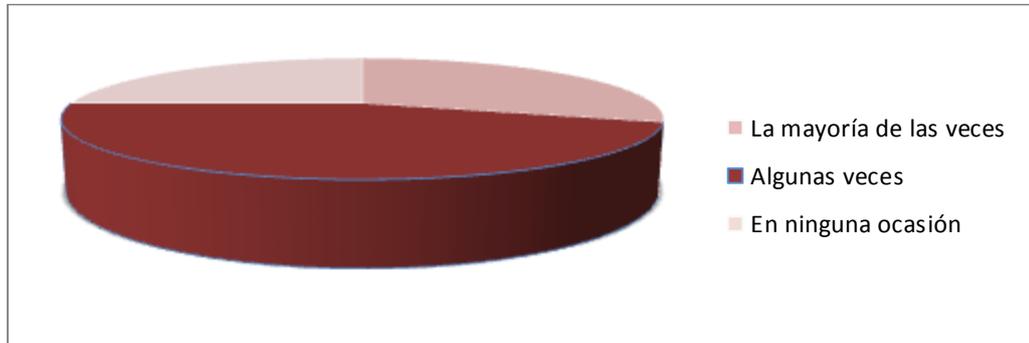
**Tabla 13.** Uso excesivo de tu telefono

Alternativa	Encuesta	%
La mayoría de las veces	22	30,00
Algunas veces	34	45,00
En ninguna ocasión	19	25,00

<b>Total</b>	75	100,00
--------------	----	--------

**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Grafico 12** Frecuencia que miras o consultas el teléfono celular



**Fuente:** Universidad Técnica de Babahoyo Extensión Quevedo  
**Elaborado por:** Yajaira Nohemy Cantos Mora

**Análisis.-** La encuesta realizada nos dio como resultado que los estudiantes manifiestan en un 30% por el uso excesivo de tu teléfono celular afecta La mayoría de las veces su rendimiento académico, un 45% afirmaron que Algunas veces, un 25% indicaron que En ninguna ocasión

**Interpretación.** - Es importante que se relaciones la nomofobia con el rendimiento académico ya que por la presencia del celular no dan la debida atención a las clases.

### Visitando la institución educativa

#### Universidad técnica de Babahoyo extensión Quevedo



**Analizando los talleres con los estudiantes de la carrera de psicología clínica**



**Compartiendo con los estudiantes de psicología clínica de la  
Universidad técnica de Babahoyo extensión Quevedo**



## Aplicando los test a los estudiantes



**Socializando los temas con los estudiantes de psicología clínica**



**Impartiendo conocimientos de la nomofobia a los estudiantes de psicología  
clínica**

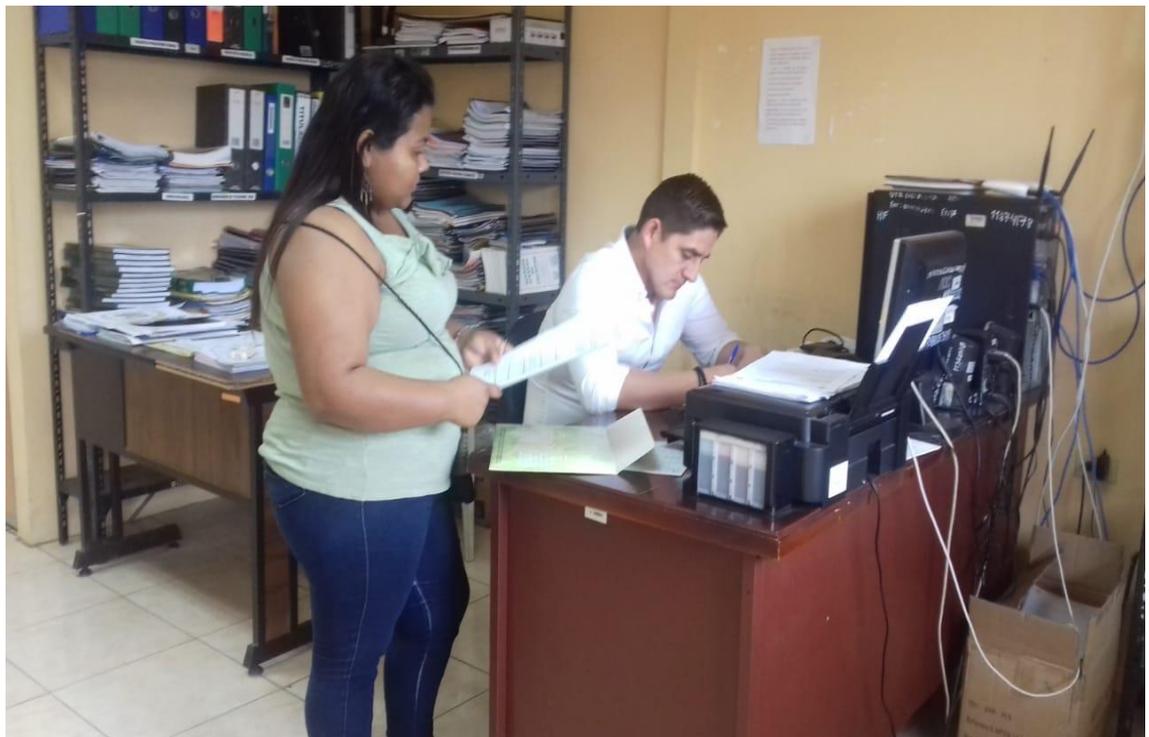


**Aplicación de test a los estudiantes de psicología clínica**

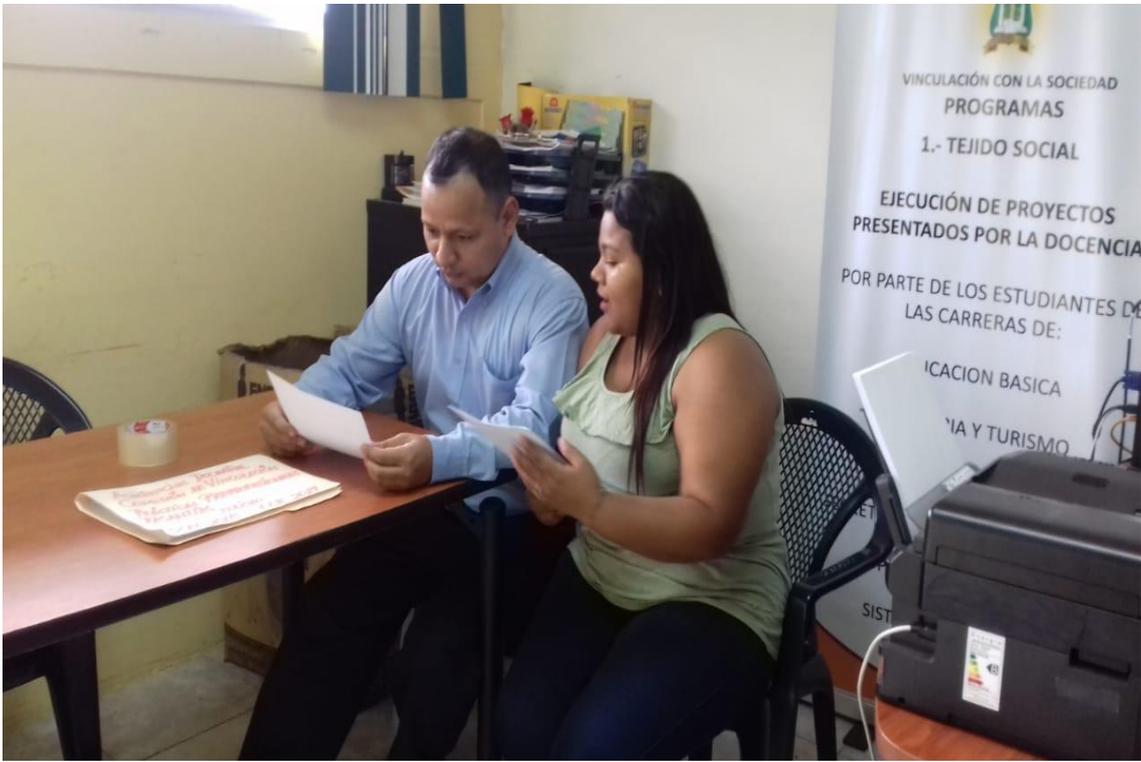




**Aplicación de test a los docentes de la universidad técnica de Babahoyo  
extensión - Quevedo**











FECHA: 12/11/2018  
HORA: 8:45

EXTENSION - QUEVEDO  
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES, PERIODISMO, INFORMACIÓN Y DERECHO  
PSICOLOGÍA CLÍNICA  
UNIDAD DE TITULACIÓN

SEGUIMIENTO DE PROYECTOS DE TITULACIÓN

**DOCENTE TUTOR:** ABRIL VALLEJO GRACE CONSUELO  
**ESTUDIANTE:** CANTOS MORA YAJAIRA NOHEMY  
**PERIODO ACADÉMICO:** MAYO 2018 - OCTUBRE 2018  
**MODALIDAD DE TITULACIÓN:** PROYECTO DE INVESTIGACIÓN  
**FASE DE MODALIDAD:** REVISIÓN DE PROYECTO INF.FINAL  
**PROYECTO DE TITULACIÓN:** NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO, AÑO 2018...

INFORMACIÓN DEL PROYECTO DE TITULACIÓN

NOMOFOBIA Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE BABAHOYO EXTENSIÓN QUEVEDO AÑO 2018					
FASE	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
REVISIÓN DE PROYECTO INF.FINAL	2018-09-14	2018-11-12	TERMINADO	90%	HABILITADO

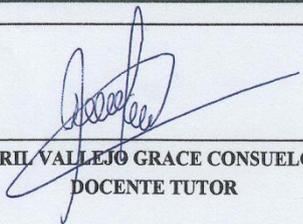
INFORMACIÓN DE ACTIVIDADES DEL PROYECTO

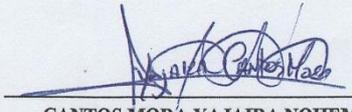
INTRODUCCIÓN					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
INTRODUCCIÓN					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
CAPÍTULO 1 - DEL PROBLEMA					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
1.1. IDEA O TEMA DE INVESTIGACIÓN					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
1.2. MARCO CONTEXTUAL (NO SE RESUELVE)					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
1.2.1. CONTEXTO INTERNACIONAL					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
CONTEXTO INTERNACIONAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
1.2.2. CONTEXTO NACIONAL					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
CONTEXTO NACIONAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
1.2.3. CONTEXTO LOCAL					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
CONTEXTO LOCAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO

1.2.4. CONTEXTO INSTITUCIONAL						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
CONTEXTO INSTITUCIONAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
1.3. SITUACIÓN PROBLEMÁTICA						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
SITUACION PROBLEMÁTICA	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
1.4. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA. (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
1.4.1. PROBLEMA GENERAL						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
1.4.2. SUBPROBLEMAS O DERIVADOS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
1.5. DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
1.6. JUSTIFICACIÓN						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
JUSTIFICACION	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
1.7. OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN. (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
1.7.1. OBJETIVO GENERAL						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
OBJETIVOS GENERAL Y ESPECÍFICOS	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
1.7.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO O REFERENCIAL						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
2.1. MARCO TEÓRICO (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
2.1.1. MARCO CONCEPTUAL						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
MARCO CONCEPTUAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
2.1.2. MARCO REFERENCIAL SOBRE LA PROBLEMÁTICA DE INV. (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
2.1.2.1. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
MARCO REFERENCIAL SOBRE LA PROBLEMÁTICA DE INVESTIGACION	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
2.1.2.2. CATEGORÍAS DE ANÁLISIS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
2.1.3. POSTURA TEÓRICA						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
POSTURA TEÓRICA	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	

2.2. HIPÓTESIS (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
2.2.1. HIPÓTESIS GENERAL						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
HIPÓTESIS GENERAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
2.2.2. SUBHIPÓTESIS O DERIVADAS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
SUB-HIPOTESIS O DERIVADAS	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
2.2.3. VARIABLES						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
CAPITULO III - RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
3.1. RESULTADOS OBTENIDOS DE LA INVESTIGACION, (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
3.1.1. PRUEBAS ESTADÍSTICAS APLICADAS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
PRUEBAS ESTADÍSTICAS APLICADAS	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
3.1.2. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
ANÁLISIS DE INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
3.2. CONCLUSIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
ESPECÍFICAS.						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
3.2.2. GENERAL.						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
CONCLUSION GENERAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
3.3. RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS Y GENERALES (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
3.3.1. ESPECÍFICAS						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
RECOMENDACION ESPECÍFICAS	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
3.3.2. GENERAL.						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
RECOMENDACION GENERAL	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO	
CAPITULO IV - PROPUESTA TEÓRICA DE APLICACIÓN.						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
4.1. PROPUESTA DE APLICACIÓN DE RESULTADOS (NO SE RESUELVE)						
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO	
4.1.1. ALTERNATIVA OBTENIDA.						

ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
ALTERNATIVA OBTENIDA	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
4.1.2. ALCANCE DE LA ALTERNATIVA					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
ALCANCE DE LA ALTERNATIVA	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
4.1.3. ASPECTOS BÁSICOS DE LA ALTERNATIVA (NO SE RESUELVE)					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
4.1.3.1. ANTECEDENTES					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
ANTECEDENTES	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
4.1.3.2. JUSTIFICACIÓN					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
JUSTIFICACIÓN	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
4.2. OBJETIVOS (NO SE RESUELVE)					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
4.2.1. GENERAL					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
4.2.2. ESPECÍFICOS					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
4.3. ESTRUCTURA GENERAL DE LA PROPUESTA (NO SE RESUELVE)					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
4.3.1. TÍTULO					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
4.3.2. COMPONENTES					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
COMPONENTES	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
4.4. RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA (NO SE RESUELVE)					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
RESULTADOS ESPERADOS DE LA ALTERNATIVA	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
BIBLIOGRAFÍA					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
BIBLIOGRAFÍA	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO
ANEXOS					
ACTIVIDAD	F. INICIO	F. FIN	PROCESO	PORC.	ESTADO
ANEXOS	2018-11-07	2018-11-11	TERMINADO	90%	HABILITADO

  
 ABRIL VALLEJO GRACE CONSUELO  
 DOCENTE TUTOR

  
 CANTOS MORA YAJAIRA NOHEMY  
 ESTUDIANTE