

<https://doi.org/10.69639/arandu.v12i3.1431>

Uso del teléfono móvil y las relaciones sociales en los niños/as de la Unidad Educativa Albertina Rivas Medina, cantón Santa Ana provincia de Manabí, Ecuador

Mobile phone use and social relationships in children at the Albertina Rivas Medina Educational Unit, Santa Ana Canton, Manabí Province, Ecuador

Arelis Villegas Ortega

avillegas7613@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0009-0004-4375-298X>

Universidad Técnica de Manabí
Ecuador – Portoviejo

Sandra Auxiliadora Romero Chávez

sandra.romero@utm.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-3512-8197>

Universidad Técnica de Manabí
Ecuador – Portoviejo

Artículo recibido: 10 julio 2025 - Aceptado para publicación: 20 agosto 2025
Conflictos de intereses: Ninguno que declarar.

RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo general analizar el uso del teléfono móvil y las relaciones sociales en los niños y niñas de la Unidad Educativa Albertina Rivas Medina, cantón Santa Ana, provincia de Manabí, Ecuador. Se desarrolló bajo un enfoque mixto, de tipo descriptivo, analítico y observacional, con diseño no experimental. Se aplicaron encuestas a 120 estudiantes de octavo año de básica superior y entrevistas a 3 docentes tutores. La población total fue de 1.184 estudiantes y la muestra se seleccionó por conveniencia. El cuestionario CERM evaluó el uso del teléfono móvil en tres niveles: no problemático, con señales de alerta ocasionales y con indicios de problemática frecuente. Los resultados muestran que el 44,17% de los estudiantes presenta señales de alerta ocasionales, principalmente con un uso diario de 1-2 horas, mientras que el 39,17% mantiene un uso no problemático. Solo el 16,67% evidencia indicios de uso problemático frecuente. Las principales finalidades del uso son actividades académicas, comunicación con amigos y consumo de videos. Los docentes identifican impactos negativos en la socialización presencial y la atención, aunque reconocen un potencial educativo si se regula el uso. Se concluye que, aunque el teléfono móvil puede ser una herramienta formativa, su uso indiscriminado tiende a debilitar la interacción social y la concentración académica. La implementación de estrategias afirmativas, con participación de docentes y familias, permitiría canalizar su empleo hacia fines educativos, fomentando la autorregulación y fortaleciendo las relaciones interpersonales en el contexto escolar.

Palabras clave: niños/niñas, relaciones interpersonales, socialización, teléfonos móviles

ABSTRACT

The study had the general objective of analyzing the use of mobile phones and social relationships among boys and girls at the Albertina Rivas Medina Educational Unit, Santa Ana Canton, Manabí Province, Ecuador. It was conducted under a mixed approach, descriptive, analytical, and observational in type, with a non-experimental design. Surveys were administered to 120 eighth-grade students in basic education and interviews were conducted with 3 homeroom teachers. The total population consisted of 1,184 students, and the sample was selected for convenience. The CERM questionnaire assessed mobile phone use at three levels: non-problematic, with occasional warning signs, and with indications of frequent problematic use. The results show that 44.17% of students present occasional warning signs, mainly with daily use of 1–2 hours, while 39.17% maintain non-problematic use. Only 16.67% show indications of frequent problematic use. The main purposes of use are academic activities, communication with friends, and watching videos. Teachers identified negative impacts on face-to-face socialization and attention, although they recognized its educational potential if usage is regulated. It is concluded that, although the mobile phone can be a formative tool, its indiscriminate use tends to weaken social interaction and academic concentration. The implementation of affirmative strategies, with the participation of teachers and families, would make it possible to channel its use toward educational purposes, fostering self-regulation and strengthening interpersonal relationships in the school context.

Keywords: children, interpersonal relations, socialization, mobile phones

INTRODUCCIÓN

Desde que el auge de las nuevas tecnologías apareció, la sociedad tuvo un notorio cambio, donde es importante señalar que dentro de esta tecnología se encuentran los teléfonos móviles, dispositivos para los que niños, jóvenes y adultos se volvieron presa fácil en el uso indebido del mismo. Unido a esto se dio la pandemia por el covid-19, escenario perfecto para que los celulares fueran protagonistas para recibir clases, realizar consultas, juegos conduciendo al niño o niña a dejar de lado las relaciones sociales con sus pares y hasta con la familia (Álvarez et al., 2020).

A nivel mundial, según Kemp (2020) con el inicio de la pandemia el uso del celular especialmente en estudiantes de nivel secundario se incrementó en un 58.78%, elevándose esta cifra, de acuerdo Calderón & Sánchez (2021) hasta un 79% en el 2021 afectando de manera directa en las relaciones sociales de los niños y niñas de nivel básica superior o secundaria. Estudios realizados en América Latina, por la UNICEF (2023), señalan que existe un promedio de un 87% de niños y niñas entre 8 y 11 años que ya poseen y manipulan un teléfono móvil sin el control debido de una persona adulta, quienes a su vez manifiestan interés por el uso de un celular, sea para ver un vídeo, jugar, chatear o simplemente distraerse en la plataforma tik tok, dejando de lado las relaciones interpersonales con el medio que les rodea, incluso llegan a alejarse de la propia familia.

De acuerdo con el estudio realizado por Castillo & Cevallos (2022), de la Universidad Central del Ecuador, a pesar de los beneficios que el teléfono móvil puede dar a los estudiantes, el 60% de los jóvenes del Ecuador, reportan que el uso del celular, puede ser una distracción durante el estudio, por la cantidad de juegos que pueden tener en el dispositivo, cuya funcionalidad no requiere de una conexión a internet y que garantizan tiempo de diversión, además los jóvenes están expuesto a imágenes, videos e información que no son acordes a su edad, por lo que se hace necesario que los padres pongan control parental, para evitar problemas a futuro.

Según la investigación realizada por Rivero (2020), se señala que en Manabí un 75% de niños y niñas utilizan de manera desmedida el teléfono celular, que además son empleados para comunicarse con amigos, compañeros de clases, familia, papá y mamá sin el debido control de una persona adulta. No obstante, existen aplicaciones que son educativas, de aprendizaje, pero no cambia que los distrae y los imposibilita a dedicar tiempo a la recreación, a la actividad deportiva u otra actividad en familia.

Con base a los antecedentes descritos, la formulación del problema se presenta con la interrogante ¿Cómo contribuir para disminuir el uso excesivo del teléfono móvil y que éste no influya en las relaciones sociales de niños/as de la Unidad Educativa Albertina Rivas Medina, del Cantón Santa Ana?. En este sentido, este artículo se desarrolla con el objetivo de analizar el uso del teléfono móvil y las relaciones sociales en los niños y niñas de la unidad educativa Albertina

Rivas Medina, cantón Santa Ana provincia de Manabí, Ecuador.

En concordancia a lo anterior, los objetivos específicos que guían el proceso investigativo consisten en: Identificar los fundamentos teóricos acerca del fortalecimiento de las relaciones sociales mediante la disminución del uso del teléfono móvil entre los estudiantes del octavo año de Educación Básica Superior; Diagnosticar el estado actual de los niños y niñas de octavo año de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Albertina Rivas Medina, del Cantón Santa Ana, en cuanto al uso del teléfono móvil y su influencia en las relaciones sociales; y, Determinar estrategias afirmativas para el correcto uso del teléfono móvil y se potencialicen las relaciones sociales de los niños y niñas de octavo año de Educación Básica Superior de la Unidad Educativa Albertina Rivas Medina, del Cantón Santa Ana.

Frecuencia de uso del teléfono móvil en la infancia

El uso del teléfono móvil de manera diaria entre niños se ha convertido en una constante en la era digital. Esta frecuencia continua puede afectar negativamente su desarrollo social, ya que reduce el tiempo dedicado a la interacción real. Además, el acceso excesivo a pantallas puede desplazar actividades fundamentales como el juego libre y la convivencia familiar. Por este motivo, es importante realizar una distinción entre el uso ocasional y el uso cotidiano, pues este último puede generar dependencia conductual (Solera et al., 2022).

Investigaciones recientes, como la de Alonso & González (2021) indican que el uso diario intensivo aumenta los niveles de ansiedad social y aislamiento en niños. En cambio, el uso moderado y acompañado puede ser beneficioso si se orienta hacia contenidos educativos. La utilización diaria también impacta en la regulación emocional. Cuando se convierte en una rutina automática, los niños pueden desarrollar dificultad para gestionar la frustración sin recurrir a la tecnología. Además, los niños que ocupan dispositivos todos los días tienen menor tolerancia al aburrimiento y mayores dificultades en la interacción cara a cara.

La cantidad de tiempo que un niño permanece conectado al teléfono móvil está directamente relacionada con su salud psicosocial. Sobrepasar las dos horas diarias aumenta el riesgo de dificultades emocionales y comportamentales. Esto afecta no solo la concentración, sino también el bienestar emocional. Un tiempo prolongado de exposición también reduce el desarrollo de habilidades interpersonales. En este sentido, Los niños que pasan más tiempo frente a pantallas tienden a presentar menor empatía y más problemas para resolver conflictos en entornos reales. Por ello, controlar la duración es una medida preventiva indispensable (Salcedo, 2022).

Además, una conexión extensa puede provocar una sustitución de actividades como la lectura, el ejercicio y el contacto familiar. Estos reemplazos cotidianos afectan el desarrollo integral, por este motivo, el tiempo en pantalla debe ser gestionado con criterios de calidad y no solo en función de su duración. Toda vez que, los horarios de uso del teléfono móvil influyen directamente en el ritmo biológico y social. El uso nocturno, especialmente antes de dormir, se relaciona con insomnio y reducción de la calidad del sueño. La luz azul y el contenido

estimuladorio alteran los ciclos de sueño-vigilia (Martínez et al., 2023).

Por otra parte, el uso matutino, antes de asistir a clases, puede generar déficit de atención y bajo rendimiento escolar. Entonces, el acceso temprano al móvil interfiere en la disposición cognitiva del niño para enfrentar la jornada escolar. Esto también impacta en su comportamiento en el aula. En contraste, cuando se establecen horarios adecuados, como después de las actividades escolares o durante momentos de ocio supervisado, el impacto negativo se reduce (Vásconez & Pardo, 2020). De este modo, la estrategia mundial sobre salud digital propuesta por la Organización Mundial de la Salud (2021) sugiere que las rutinas digitales deben respetar los tiempos de descanso, alimentación y juego para favorecer un desarrollo saludable.

Supervisión parental del uso del teléfono

Regular el tiempo de uso del teléfono móvil es una medida clave para evitar el uso excesivo en la niñez. Los límites temporales bien definidos permiten equilibrar el uso recreativo con otras actividades importantes como el estudio y la interacción social. Establecer horarios concretos, reduce los efectos negativos en el comportamiento de los niños y niñas. En este contexto, cuando los padres definen rutinas digitales, se favorece el desarrollo de la autorregulación, así los niños aprenden a identificar cuándo detener el uso del móvil y priorizar otras tareas. Cabe señalar que, el control del tiempo también impacta positivamente en la calidad del sueño y en el rendimiento académico (Ruiz et al., 2021).

No obstante a lo anterior, los límites temporales deben ser flexibles y ajustarse a la edad y necesidades del menor. Un control rígido o punitivo puede generar resistencia o uso clandestino, por lo que, es importante consensuar horarios con los hijos para fomentar la responsabilidad compartida. Además, el uso de herramientas de control parental permite restringir el acceso a contenidos no aptos para la infancia. Estas funciones ayudan a configurar filtros, limitar descargas y supervisar el historial de navegación. De este modo, los controles digitales son eficaces para proteger a los menores de riesgos como el ciberacoso o la exposición a violencia (Guzmán & Gelvez, 2022).

Aun así, el control técnico no sustituye la mediación adulta. Es necesario que los padres comprendan el funcionamiento de las aplicaciones para aplicarlas de forma adecuada. Sin embargo, cuando los adultos desconocen las configuraciones básicas de los dispositivos móviles, la efectividad de los controles parentales se ve limitada. Por tanto, el control parental debe combinarse con el acompañamiento pedagógico. Orientar el uso del dispositivo con criterio educativo fomenta una cultura de prevención más que de restricción. De este modo, la supervisión activa refuerza la confianza entre padres e hijos (Ochoa et al., 2023).

El uso indebido del móvil por parte de los niños, como el uso nocturno o en momentos inapropiados, puede requerir medidas disciplinarias proporcionales. Las consecuencias deben estar claramente establecidas y aplicarse de manera coherente, debido a que, una disciplina clara previene la reincidencia sin afectar la relación afectiva. No obstante, la sanción debe ser formativa

y no punitiva. Retirar el dispositivo por un tiempo o restringir ciertas funciones puede ser efectivo si se acompaña de una reflexión conjunta, toda vez que, el castigo sin explicación puede generar ansiedad o comportamiento desafiante. En este sentido, se debe considerar que las sanciones deben orientarse al aprendizaje, reforzando valores como la responsabilidad y el respeto por los acuerdos familiares (Balarezo, 2022).

Habilidades de comunicación interpersonal

La capacidad de los niños para expresar emociones se ve afectada por el uso frecuente del teléfono móvil, ya que este dispositivo reduce las oportunidades de interacción cara a cara. Así, quienes pasan más tiempo en actividades digitales muestran mayores dificultades para identificar y verbalizar lo que sienten. Cuando los menores no practican el reconocimiento emocional en contextos sociales reales, su habilidad para comunicar sentimientos se ve limitada. Esto puede derivar en frustración, aislamiento o comportamientos inadecuados, de este modo, el uso intensivo de pantallas reduce la competencia emocional en entornos naturales. Fomentar el diálogo presencial y las actividades grupales ayuda a reforzar la inteligencia emocional. Los juegos colaborativos y la interacción sin tecnología permiten que los niños aprendan a reconocer y compartir sus emociones de manera efectiva (Flores et al., 2023).

Por otra parte, el uso excesivo de dispositivos móviles puede limitar el desarrollo del lenguaje verbal en la infancia. La falta de interacción directa con otras personas reduce las oportunidades para practicar estructuras gramaticales y ampliar el vocabulario, impactando negativamente la fluidez verbal. Asimismo, el lenguaje no verbal, como los gestos, miradas y expresiones faciales, se ve afectado por la reducción del contacto físico con otros. Los niños que se comunican principalmente mediante pantallas pierden la práctica de estas habilidades esenciales, toda vez que, la comunicación no verbal se aprende en la convivencia diaria. La combinación del lenguaje verbal y no verbal fortalece las relaciones sociales y el entendimiento mutuo, por este motivo, es recomendable actividades lúdicas sin dispositivos, como herramienta para estimular estas formas de comunicación entre los niños (Moreno et al., 2021).

El desarrollo de la escucha activa también se ve afectado cuando los niños están constantemente expuestos a contenidos digitales rápidos y breves. Esta sobreestimulación reduce su capacidad de atención sostenida y comprensión de los mensajes, donde es importante señalar que la escucha activa requiere entrenamiento en entornos reales, no virtuales. A su vez, la empatía, entendida como la capacidad de ponerse en el lugar del otro, también se ve limitada en entornos digitales. Debido a que, la falta de contacto emocional y físico restringe el reconocimiento de señales afectivas en el rostro o la voz, en virtud de que, la empatía se desarrolla mejor a través de relaciones presenciales. Por lo tanto, al fomentar actividades grupales sin pantallas, se fortalece la escucha y la empatía, donde el juego cooperativo y el diálogo guiado, se constituyen en herramientas clave para promover habilidades de comprensión emocional y escucha consciente (Dobado & Nielsen, 2020).

En esta línea de ideas, el uso constante del celular reduce la participación activa de los niños en conversaciones colectivas, tanto en el hogar como en el entorno escolar. Al centrarse en la pantalla, se interrumpe el flujo natural del diálogo grupal, donde es importante destacar que el lenguaje se enriquece mediante la conversación con otros, no con el uso de tecnología. La interacción colectiva permite a los niños aprender turnos de habla, argumentación y escucha. Estos elementos son fundamentales en el desarrollo de competencias comunicativas, es así que, los niños que participan activamente en conversaciones grupales muestran mayor autoestima y habilidades sociales. Entonces, para promover la participación, es fundamental limitar el uso de dispositivos móviles durante las reuniones familiares y escolares, por lo que, se deben establecer espacios de conversación sin pantallas, para estimular la expresión oral y la cohesión entre pares (Aliaga, 2023).

Otro aspecto importante, es la resolución de conflictos en grupo, lo cual requiere habilidades sociales como la negociación, el autocontrol y la empatía, mismas que se ven debilitadas por el uso excesivo de dispositivos móviles, debido a que el aislamiento digital impide que los niños practiquen estas capacidades en situaciones reales. Además, el medio virtual no ofrece las mismas oportunidades para gestionar conflictos de manera constructiva, ya que suele fomentar respuestas impulsivas o evasivas, en virtud de que, el entorno digital promueve conductas de evitación en lugar de enfrentar y resolver desacuerdos. Por ello, los espacios de juego colectivo sin tecnología favorecen el aprendizaje de estrategias para resolver conflictos, donde estas experiencias permiten que los niños aprendan a expresar desacuerdos, escuchar al otro y llegar a acuerdos mediante el diálogo (Gutiérrez et al., 2022).

Interacción con pares en espacios escolares

La participación en juegos grupales es indispensable para el desarrollo de habilidades sociales en la niñez. A través del juego compartido, los niños aprenden a cooperar, negociar y respetar reglas, esta experiencia fortalece los vínculos afectivos y promueve la integración. En este caso, cuando existe uso excesivo del teléfono móvil se puede interferir con estas dinámicas, ya que disminuye el tiempo disponible para actividades físicas compartidas, debido a que el aislamiento tecnológico limita la disposición a participar en juegos grupales, afectando así la construcción de redes de apoyo entre pares. Por lo tanto, fomentar espacios lúdicos sin dispositivos, estimula la interacción espontánea y fortalece la convivencia, entonces es importante que, los entornos escolares prioricen actividades colectivas para contrarrestar el efecto individualizante de las tecnologías móviles en los niños (Rivera, 2023).

La formación de amistades duraderas se basa en la confianza, la comunicación y la convivencia frecuente. Estos lazos se desarrollan principalmente en interacciones presenciales, donde los niños comparten experiencias significativas, para esto, es indispensable el contacto directo, ya que es clave para consolidar vínculos afectivos. Sin embargo, el uso continuo del teléfono móvil puede sustituir relaciones reales por vínculos virtuales inestables y efímeros, por

motivo de que los niños priorizan la comunicación digital, mostrando mayor dificultad para mantener amistades duraderas en su entorno escolar. Por tanto, es fundamental que padres y docentes regulen el tiempo de pantalla para favorecer la socialización presencial, mediante la promoción de actividades que estimulen la cooperación entre niños, como deportes, juegos o tareas grupales, para la consolidación de lazos afectivos (Ferreira & Ruiz, 2020).

La inclusión social en el aula implica la participación activa y equitativa de todos los estudiantes, sin discriminación. Los niños que se relacionan constantemente mediante el teléfono móvil pueden mostrar dificultades para integrarse en actividades grupales, pero es importante comprender que el aislamiento digital aumenta la exclusión escolar. Así, los menores que no siguen las tendencias digitales también pueden ser excluidos por sus pares, generando un doble efecto de exclusión. Entonces, el entorno digital refuerza dinámicas de diferenciación que afectan la integración social en el aula. Por este motivo, promover un ambiente de respeto y diversidad, tanto en contextos físicos como digitales, es clave para fortalecer la inclusión, lo que se lograría mediante una pedagogía crítica que promueva la empatía y el respeto, minimizando las consecuencias sociales del mal uso del teléfono móvil (Andrade & Garzón, 2023).

El trabajo colaborativo permite desarrollar habilidades de diálogo, responsabilidad compartida y resolución conjunta de problemas. Estas destrezas son fundamentales para la vida escolar y social, dado que la colaboración académica potencia el sentido de pertenencia y el aprendizaje mutuo. No obstante, el uso no regulado del celular puede disminuir la atención y compromiso durante los trabajos grupales, por motivo que los niños, cuando son distraídos por dispositivos digitales, contribuyen menos en tareas escolares compartidas, generando desequilibrios en el equipo. Por ello, es recomendable establecer normas claras sobre el uso de tecnología durante las actividades colaborativas, integrando el teléfono móvil de forma pedagógica y controlada para enriquecer el aprendizaje sin afectar la dinámica grupal (Cruz, 2021).

Ahora bien, las interacciones sociales pueden manifestarse mediante conductas agresivas o asertivas, dependiendo del entorno y la mediación adulta. El uso excesivo del celular ha sido vinculado con una disminución de la tolerancia a la frustración y aumento de comportamientos impulsivos. Este riesgo se ve acrecentado, por la exposición a contenidos violentos en medios digitales, lo que puede normalizar patrones de agresión entre los menores. Entonces, los niños que consumen videojuegos o videos con violencia no supervisada, presentan mayor probabilidad de replicar esos comportamientos en el aula. Por el contrario, cuando los adultos guían la comunicación y establecen límites, se puede promover una conducta asertiva, toda vez que, al fomentar el diálogo, la expresión emocional y el respeto mutuo, se mejora la convivencia y se reduce la agresividad en esta etapa (Rodríguez et al., 2023).

Estrategias para fomentar el correcto uso del teléfono móvil y potenciar las relaciones sociales de los niños, niñas y adolescentes

El desarrollo tecnológico ha transformado los modos de socialización infantil, siendo el teléfono móvil una de las herramientas más influyentes en este cambio. Su uso temprano en la vida de niños, niñas y adolescentes ha introducido nuevas formas de interacción, tanto en el entorno familiar como en el escolar y comunitario. Esta nueva realidad requiere estrategias que promuevan un uso positivo y responsable del dispositivo, orientado al fortalecimiento de vínculos y no al aislamiento. Por ello, se vuelve necesario diseñar propuestas pedagógicas y de acompañamiento adulto que encaucen su potencial comunicativo hacia la construcción de relaciones sociales sanas (Álvarez & Moral, 2020).

Las estrategias afirmativas no buscan restringir completamente el uso del móvil, sino formar en criterios de uso consciente y orientado al bienestar social. Se trata de guiar a los menores para que identifiquen cuándo, cómo y con quién utilizarlo, priorizando la comunicación empática y respetuosa. Esto implica también enseñar a distinguir entre contenidos útiles y dañinos, entre conversaciones constructivas y formas de acoso o exclusión. Por lo tanto, estas estrategias deben considerar tanto el aspecto técnico como el emocional y social del uso del móvil, fomentando una competencia digital crítica y afectiva (Celis et al., 2022).

Una estrategia afirmativa efectiva requiere del compromiso de los adultos referentes. Padres, docentes y cuidadores tienen un rol fundamental en la regulación y mediación del uso del teléfono. No se trata solo de establecer horarios o restricciones, sino de dialogar activamente sobre la función del dispositivo en la vida cotidiana del niño o adolescente. Al involucrarse en las dinámicas digitales de los menores, los adultos pueden modelar conductas adecuadas, prevenir riesgos y ofrecer alternativas de socialización real que fortalezcan la confianza, el sentido de pertenencia y la autoestima (Pastor et al., 2022).

Además, es importante reconocer que las estrategias afirmativas deben adaptarse a la etapa de desarrollo y a las características individuales de cada menor. En la infancia, el uso del móvil puede ser guiado a través de juegos colaborativos, narraciones compartidas o llamadas con familiares cercanos. En la adolescencia, se puede trabajar en la creación de proyectos digitales con fines sociales, el uso de redes como espacios de expresión positiva y la participación en campañas de convivencia escolar. Estas acciones permiten integrar el mundo digital a los procesos relacionales de manera coherente con el crecimiento personal (Cortés & Herrera, 2022).

En contextos educativos, se pueden aplicar estrategias afirmativas mediante actividades que integren el uso del teléfono con tareas grupales, discusiones temáticas o talleres de comunicación no violenta. Cuando se convierte en una herramienta para el diálogo y el trabajo cooperativo, el móvil deja de ser una distracción para convertirse en un recurso pedagógico. Asimismo, su uso en plataformas seguras y moderadas por docentes permite reforzar valores como el respeto, la solidaridad y la escucha activa. Esto favorece una cultura escolar más

inclusiva, participativa y empática (Jambrina & Santana, 2022).

Por otro lado, es indispensable promover la autorregulación en el uso del dispositivo. Las estrategias afirmativas deben incluir la reflexión personal, la conciencia emocional y la toma de decisiones informadas sobre el tiempo en pantalla y el tipo de interacción mantenida. Desarrollar esta capacidad de autorregulación desde edades tempranas previene el uso compulsivo, los conflictos familiares y el deterioro de habilidades sociales presenciales. Con ello, se forma a ciudadanos digitales capaces de convivir en entornos híbridos sin perder el vínculo humano esencial (Pacheco & Casquete, 2023).

Es importante mencionar que, el enfoque afirmativo no niega los riesgos asociados al uso del teléfono móvil, como la sobreexposición, la adicción, el ciberacoso o la pérdida de habilidades sociales. Lo que propone es un enfoque preventivo, formativo y participativo, que priorice el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes. Mediante el acompañamiento permanente, la educación digital crítica y la promoción de espacios de diálogo, es posible aprovechar el potencial del móvil como facilitador de relaciones significativas, en lugar de obstáculo. Así, se contribuye al desarrollo de una infancia más conectada con los demás, pero también consigo misma (Méndez et al., 2020).

MATERIALES Y MÉTODOS

Este estudio se desarrollará por un tipo descriptivo, analítico y observacional, de diseño no experimental, con un enfoque mixto, mediante el uso de técnicas como la entrevista (dirigida al personal docente de la institución) y la encuesta (dirigida a los niños y niñas de la Unidad Educativa Albertina Rivas Mediana) en el campo de acción, lo que permitió recopilar los datos más relevantes de los estudiantes, en torno a la influencia del uso del teléfono móvil en las relaciones familiares y actividades académicas de los sujetos de estudio.

La población total con la que se contó para llevar a cabo esta investigación son 1.184 estudiantes, entre niños y niñas de la Unidad Educativa Albertina Rivas Medina del cantón Santa Ana, comprendiendo desde el primer nivel de básica hasta el octavo año de educación básica superior; previa autorización de su directora la Magister Virginia Franco Macías. Para el efecto se trabajó con un muestreo no probabilístico por conveniencia, considerando para ello únicamente los estudiantes de octavo año de educación básica superior con los paralelos A, B y C, teniendo un conjunto de 120 educandos que conformaron la muestra a quienes se les aplicó la encuesta, así como 3 docentes, quienes son los tutores de los paralelos en mención, a quienes se les dirigió la entrevista.

Para la aplicación de la técnica de la encuesta, se utilizó como instrumento de recolección de información el Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM), mismo que fue elaborado por el Ministerio de Gobierno de España, y ha sido validado por Carbonell *et al.* (2012), Carbonell *et al.* (2018) y Olivella *et al.* (2023). Se encuentra compuesto por diez ítems que evalúan

diversas manifestaciones asociadas al uso excesivo del teléfono móvil, tales como el incremento en la necesidad de uso, la aparición de consecuencias negativas en la conducta, el deterioro de los vínculos sociales y familiares, la disminución de actividades cotidianas, la dificultad para ejercer control sobre el uso, la utilización del dispositivo como mecanismo de evasión y la presencia de un impulso persistente por utilizarlo.

Las opciones de respuesta ofrecidas corresponden a: casi nunca, algunas veces, con frecuencia y casi siempre, valoradas en una escala de 1 a 4 puntos respectivamente. A partir de la suma total de puntos, los resultados se clasifican en tres niveles: uso no problemático (entre 10 y 15 puntos), uso con señales de alerta ocasionales (de 16 a 23 puntos), y uso con indicios de problemática frecuente (entre 24 y 40 puntos). Cabe señalar que, la investigadora desarrolló tres ítems adicionales, destinados a conocer el sexo biológico de los estudiantes, así como también el tiempo promedio diario que dedican al uso del teléfono móvil, y para qué lo utilizan con mayor frecuencia.

Con respecto a la entrevista, se efectuó mediante el uso del instrumento guía de entrevista, misma que consta de diez preguntas que fueron diseñadas por la autora de este estudio, las cuales fueron validadas por un grupo de 3 expertos, quienes aportaron con sus observaciones para después de algunos días perfeccionar y aplicar la referida técnica mediante su correspondiente instrumento. Con esto, se evaluó las percepciones, experiencias y prácticas de los docentes respecto al uso del teléfono móvil por parte de los estudiantes y su influencia en las relaciones sociales. A través de sus respuestas, se obtuvo información valiosa sobre el manejo pedagógico del dispositivo, los comportamientos observados en el aula y las estrategias aplicadas para orientar su uso. Esta técnica permitió profundizar en el contexto escolar desde la perspectiva docente, aportando insumos cualitativos relevantes. Su contribución a la investigación radicó en ofrecer una comprensión contextualizada y reflexiva del fenómeno, lo que fortaleció el análisis y la determinación de estrategias afirmativas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En esta sección, se muestran los resultados obtenidos mediante la aplicación de las técnicas con respectivos instrumentos de investigación, las cuales consistieron en la encuesta (cuestionario) aplicada a los estudiantes de los paralelos A, B y C del octavo año básico, y la entrevista (guía de entrevista) dirigida a los docentes tutores de dicho nivel educativo.

Tabla 1

Relación entre las variables, cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil (CERM), sexo, y acceso permanente a teléfono móvil

Sexo				Acceso a teléfono móvil		Totales
	Masculino	Femenino	Si	No		
	Uso no problemático	15.00%	24.17%	31.67%	7.50%	39.17%
Experiencias relacionadas con el móvil	Uso con señales de alerta ocasionales	28.33%	15.83%	32.50%	11.67%	44.17%
	Uso con indicios de problemática frecuente	9.17%	7.50%	16.67%	0.00%	16.67%
	Totales	52.50%	47.50%	80.83%	19.17%	100.00%

Nota. Se muestran los resultados del instrumento Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM), y su relación con las variables de sexo y acceso permanente a un teléfono móvil.

De acuerdo con la información expuesta en la tabla 1, se evidencia que el 44.17% de los estudiantes analizados manifiesta un uso del teléfono móvil con señales de alerta ocasionales, de los cuales el 28.33% corresponden al sexo masculino; por otro lado, el 32.50% de los sujetos de estudio indicaron que sí tienen acceso permanente a un dispositivo de telefonía móvil. Un aspecto importante a destacar es que, el 39.17% demostró que tiene un uso no problemático del móvil, y en esta categoría predomina el sexo femenino con el 24.17%.

Estos resultados difieren con la investigación de Álvarez & Moral (2020) quienes identifican que existe un uso problemático del teléfono móvil en el 51% de los sujetos de estudio, de los cuáles el 39% pertenecen al sexo femenino. Por otra parte, se tiene coincidencia con el análisis realizado por Aliaga (2023) donde se evidencia que el 45% de los adolescentes estudiados tienen un uso del móvil con ocasionales señales de alerta, de los cuales el 41% tiene un acceso permanente a estos dispositivos.

Aunque existe un grupo considerable de estudiantes con señales de alerta en el uso del teléfono móvil, hay una población considerable que no presenta un patrón problemático que interfiera gravemente en sus relaciones sociales. Esto sugiere que el contexto familiar, escolar y comunitario podría estar ejerciendo cierto control o influencia positiva sobre los hábitos digitales, evitando que la situación escale a niveles de dependencia. Sin embargo, la presencia de señales de alerta implica la necesidad de estrategias preventivas y educativas que fortalezcan el uso responsable del dispositivo. Además, la diferencia entre los patrones de uso masculino y femenino refleja posibles variaciones en la forma en que cada grupo integra la tecnología en su vida cotidiana, lo que invita a un abordaje diferenciado y adaptado a las realidades de cada estudiante.

Tabla 2

Relación entre las variables, cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil (CERM), tiempo promedio de uso del móvil, y dejar de salir con amigos por dedicar más tiempo al móvil

Tiempo promedio de uso diario		Dejar de salir con amigos por pasar tiempo con el móvil								
		1-2 horas	3-4 horas	5-6 horas	Más de 7 horas	Casi nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi siempre	Totales
Experiencias relacionadas con el móvil	Uso no problemático	24.17%	7.50%	3.33%	4.17%	32.50%	6.67%	0.00%	0.00%	39.17%
	Uso con señales de alerta ocasionales	22.50%	6.67%	5.83%	9.17%	28.33%	5.83%	3.33%	6.67%	44.17%
	Uso con indicios de problemática frecuente	5.83%	5.00%	1.67%	4.17%	4.17%	3.33%	3.33%	5.83%	16.67%
	Totales	52.50%	19.17%	10.83%	17.50%	65.00%	15.83%	6.67%	12.50%	100.00%

Nota. Se muestran los resultados del instrumento Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM), y su relación con las variables de tiempo promedio que dedica a la utilización del teléfono móvil y si tiene preferencia por el teléfono móvil en lugar de salir con los amigos.

Según los datos expresados en la tabla 2, se identifica que del 44.17% de estudiantes que manifiestan un uso del teléfono móvil con señales de alerta ocasionales, el 22.50% dedica un tiempo promedio de 1-2 horas diarias para emplear el dispositivo; y, el 28.33% indicó que casi nunca tienen preferencia por dejar de salir con sus amigos por motivo de aumentar su tiempo con el teléfono móvil. Por otra lado, es importante mencionar que el 16.67%, aunque es una cifra reducida, manifiesta un uso del móvil con indicios de problemática frecuente, donde el 5.83% indicó que utiliza el dispositivo 1-2 horas diarias promedio, y este mismo porcentaje prefiere dedicar más tiempo al teléfono móvil en lugar de salir con amigos.

Estos resultados difieren del trabajo elaborado por Guzmán & Gelvez (2022) quienes afirman que el 45% de la población adolescente analizada manifiesta signos de alerta frecuente sobre el uso desmedido del teléfono móvil, donde las relaciones sociales presenciales con sus pares se ve afectada en el 23% de estos individuos. Por otra parte, se coincide con Olivella *et al.* (2023) quienes identifican que el 22% de la población adolescente evaluada tiene signos de alerta frecuente por uso excesivo del teléfono móvil, mismos que ven afectada su vida tanto social como familiar.

Si bien, una parte significativa de los estudiantes dedica un tiempo moderado al uso del teléfono móvil, este no necesariamente sustituye de manera sistemática las interacciones sociales presenciales, lo que podría indicar un equilibrio parcial entre la vida digital y las relaciones cara a cara. No obstante, la presencia de un grupo reducido con indicios de uso problemático frecuente refleja un riesgo latente de aislamiento social y de deterioro en las dinámicas interpersonales, especialmente cuando existe preferencia por la actividad virtual sobre la convivencia física. Este panorama evidencia que, aunque la mayoría mantiene hábitos relativamente controlados, aún persiste la necesidad de fomentar estrategias educativas y de concientización que fortalezcan la

interacción social saludable y el uso consciente de la tecnología en la población estudiantil.

Tabla 3

Relación entre las variables, cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil (CERM), y finalidad del uso del teléfono móvil

Finalidad del uso del móvil (respuestas múltiples)							
Act. Académicas			Chat conVer			Chat conTotales	
			Jugar	familia	videos	amigos	
		%	%	%	%	%	%
Experiencias relacionadas con el móvil	Uso no problemático	24.17%	7.50%	5.00%	4.17%	3.33%	44.17%
	Uso con señales de alerta ocasionales	25.83%	9.17%	5.83%	10.00%	11.67%	62.50%
	Uso con indicios de problemática frecuente	7.50%	4.17%	3.33%	2.50%	2.50%	20.00%
	Totales	57.50%	20.83%	14.17%	16.67%	17.50%	126.67%

Nota. Se muestran los resultados del instrumento Cuestionario de Experiencias Relacionadas con el Móvil (CERM), y su relación con la variable de finalidad para el uso del teléfono móvil.

De acuerdo con la información presentada mediante la tabla 3, se evidencia que del 62.50% de las respuestas obtenidas de los estudiantes que manifiestan un uso del teléfono móvil con señales de alerta ocasionales, el 25.83% tienen por finalidad las actividades académicas, mientras que el 11.67% lo emplea para chat con amigos y el 10.00% para ver videos. Ahora bien, en este aspecto se tiene coincidencia con el trabajo de Calderón & Sánchez (2021), quienes expresan que si bien en su mayoría los adolescentes pueden presentar señales de alerta por uso excesivo del teléfono móvil, el 80% lo utiliza para sus actividades académicas, por lo que es importante potenciar su uso responsable tanto en el aula como en el hogar.

Aunque se detectan señales de alerta ocasionales en el uso del teléfono móvil, gran parte de los estudiantes canaliza este recurso hacia fines académicos, lo que refleja un potencial formativo que puede ser aprovechado de manera estratégica. Sin embargo, la presencia de un uso orientado al entretenimiento y a la comunicación social sugiere que el dispositivo también cumple una función recreativa y de interacción interpersonal que, si no se regula, podría desplazar gradualmente actividades presenciales o hábitos de estudio estructurados. Este panorama plantea la necesidad de fortalecer competencias digitales que promuevan un equilibrio entre el aprovechamiento educativo y la autorregulación del tiempo de ocio, de modo que el móvil se consolide como una herramienta de apoyo académico y no como un factor de distracción o dependencia.

Con respecto a las entrevistas, los docentes coinciden en que el uso del teléfono móvil ha generado un impacto negativo en la interacción y socialización de los estudiantes, dificultando la comunicación presencial y afectando la atención durante las clases. Se identifica una marcada diferencia de comportamiento entre quienes usan con frecuencia estos dispositivos y quienes no,

siendo los primeros menos participativos en actividades académicas y recreativas. Aunque se reconoce que el uso controlado podría tener fines académicos positivos, prevalece la percepción de que limita el desarrollo de habilidades sociales reales y favorece el aislamiento.

En cuanto al acompañamiento institucional, las respuestas revelan que no existe un programa estructurado de orientación, aunque se aplican prohibiciones y normativas para restringir el uso en el aula. Las estrategias implementadas son principalmente restrictivas y, en algunos casos, complementadas con actividades de lectura o diálogos para fomentar un uso responsable. Sin embargo, se enfatiza que la supervisión parental es un factor determinante, ya que la formación de hábitos y normas en el hogar influye directamente en la conducta digital de los estudiantes.

Acerca de los riesgos sociales, se destacan el ciberacoso, la intimidación y el acceso a contenidos inapropiados, así como la exclusión social derivada del mal uso de las redes. En algunos casos, los dispositivos han servido para discriminar por razones físicas, sociales o culturales. Los docentes reconocen el potencial del teléfono móvil como herramienta de investigación o recurso educativo, pero las limitaciones normativas dificultan su integración pedagógica. Finalmente, proponen que la construcción de una cultura digital escolar saludable requiera tanto la provisión de recursos tecnológicos por parte de la institución como una vigilancia activa de los padres.

Los hallazgos evidencian que, aunque el teléfono móvil posee un potencial educativo, su uso indiscriminado en el contexto escolar tiende a debilitar la socialización presencial y la atención académica, situación coincidente con lo señalado por Cruz (2021), quien identifica una correlación entre la sobreexposición a dispositivos móviles y el aislamiento social en estudiantes de educación básica. Asimismo, la preocupación por los riesgos como el ciberacoso y la exclusión social concuerda con lo reportado por Rivera (2023), quien advierte que el uso no supervisado de la tecnología incrementa la vulnerabilidad de los menores a conductas disruptivas y entornos virtuales nocivos.

CONCLUSIONES

El análisis de los fundamentos teóricos permitió establecer que el uso indiscriminado del teléfono móvil puede generar un impacto directo en la calidad de las relaciones sociales de los estudiantes. La revisión bibliográfica evidenció que la interacción presencial es un factor clave para el desarrollo de habilidades comunicativas, empatía y cooperación, elementos que se ven debilitados cuando prevalece la comunicación digital. Asimismo, se reconoció que la disminución del tiempo de exposición a estos dispositivos, acompañada de orientaciones pedagógicas, puede favorecer la participación activa en entornos escolares y comunitarios. Este sustento teórico respalda la necesidad de fomentar una cultura de uso responsable que priorice la convivencia y el contacto humano sobre la interacción virtual.

El diagnóstico evidenció que la mayoría de estudiantes mantiene un patrón de uso del teléfono móvil que, si bien es constante, no presenta de forma generalizada comportamientos de riesgo. Se identificó que las señales de alerta aparecen de manera ocasional en un grupo mayoritario, mientras que solo una minoría muestra una frecuencia elevada de estas conductas. Además, la dinámica escolar refleja que, aunque el dispositivo es utilizado con fines académicos y recreativos, su impacto en la socialización presencial no es uniforme, siendo más evidente en quienes presentan un uso intensivo. Este panorama sugiere que las acciones preventivas deben centrarse en los casos que exhiben indicadores de riesgo, sin generalizar restricciones que puedan limitar el potencial educativo del recurso.

De acuerdo con el análisis realizado, las estrategias afirmativas se fundamentan en la necesidad de transformar el teléfono móvil en un recurso educativo complementario y no en un distractor predominante. Se considera que la implementación de programas de formación digital, actividades presenciales que fomenten el trabajo en equipo y el establecimiento de acuerdos claros entre docentes, estudiantes y familias, pueden contribuir a un uso más equilibrado. Asimismo, se plantea que la institución educativa asuma un rol proactivo en la generación de espacios de socialización no mediados por la tecnología, fortaleciendo así las relaciones interpersonales. Con ello, no se busca prohibir el uso del dispositivo, sino canalizarlo hacia fines que promuevan el desarrollo social y académico de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Aliaga, C. G. (2023). Nuevas adicciones que deterioran la convivencia familiar: Ludopatía, tecnofilia y phubbing. *Socialium: Revista Científica de Ciencias Sociales*, 7(1), 11-27. <https://scholar.archive.org/work/h7o62s7kzja7fkbzg4ecpfwwy/access/wayback/https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/download/1727/1904>
- Alonso, C., & González, A. (2021). *Uso del teléfono móvil en la infancia*. Repositorio Institucional de la Universidad de La Laguna: <https://info-biblioteca.mincyt.gob.ve/wp-content/uploads/2025/05/Uso-del-movil-en-la-infancia.pdf>
- Álvarez, K. Á., Pilamunga, D. E., Mora, K. G., & Naranjo, M. K. (2020). Tiempo en pantalla (televisión, computadora, celular, tabletas). *Horizontes: Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 4(15), 258-266. http://www.scielo.org.bo/pdf/hrce/v4n15/v4n15_a08.pdf
- Álvarez, M., & Moral, M. V. (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Health and addictions: salud y drogas*, 20(1), 113-125. <https://ojs.haaaj.org/?journal=haaj&page=article&op=view&path%5B%5D=487&path%5B%5D=pdf>
- Andrade, K., & Garzón, M. (2023). *Relación del uso de la tecnología con alteraciones conductuales*. Repositorio Institucional de la Universidad del Azuay: <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/12732/1/18259.pdf>
- Balarezo, V. L. (2022). *Dependencia del celular y su relación con las habilidades sociales en adolescentes*. Repositorio Institucional de la Universidad Técnica de Ambato: <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/900c57b1-946b-486d-82b8-eb9d957dfc03/content>
- Calderón, G. Y., & Sánchez, P. (2021). Impacto del uso de dispositivos móviles en el aprendizaje de estudiantes adolescentes. *Emerging Trends in Education*, 3(6), 31-50. <https://revistaemerging.ujat.mx/index.php/emerging/article/view/4040/3274>
- Carbonell, X., Chamarro, A., Griffiths, M., Oberst, U., Cladellas, R., & Talarn, A. (2012). Uso problemático de Internet y móvil en adolescentes y jóvenes españoles. *Revista Anales de Psicología*, 28(3), 789-796. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.28.3.156061/137991>
- Carbonell, X., Chamarro, A., Oberst, U., Rodrigo, B., & Prades, M. (2018). Uso problemático de internet y teléfonos inteligentes en estudiantes universitarios. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(3), 1-13. <https://www.mdpi.com/1660-4601/15/3/475>
- Castillo, J. K., & Cevallos, C. T. (2022). *Utilización del celular en las diferentes actividades*

- durante el periodo de la pandemia por el COVID 19 en adolescentes de 1ro a 3ro de BGU de la Unidad Educativa “Santa Elena” de la ciudad de Santa Elena. Repositorio Institucional de la Universidad Central del Ecuador: <https://www.dspace.uce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/8dd0021f-14ee-4d6d-a67d-34ff95c07cef/content>
- Celis, J. A., Benavides, M. A., Del Cid, P. M., Iraheta, D. C., & Menjívar, H. E. (2022). Uso y abuso de dispositivos móviles y su rol en el desarrollo de trastornos del sueño en adolescentes. *Alerta: Revista científica del Instituto Nacional de Salud*, 5(1), 50-66. <https://camjol.info/index.php/alerta/article/view/11247/15450>
- Cortés, M. E., & Herrera, E. (2022). Nomofobia: Adicción al teléfono inteligente. Impacto en jóvenes y recomendaciones de su adecuado uso en actividades de aprendizaje en el área salud. *Revista Médica de Chile*, 150(3), 407-418. <https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v150n3/0717-6163-rmc-150-03-0407.pdf>
- Cruz, E. (2021). Las nuevas tecnologías en niños y adolescentes: Dispositivos electrónicos e influencia de las redes sociales. *NURE investigación: Revista Científica de enfermería*, 1(111), 1-15. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7843711.pdf>
- Dobado, J. C., & Nielsen, A. (2020). Análisis del empleo de la tecnología móvil en niños y niñas de educación infantil. *Revista Tecnologías Educativas y Estrategias Didácticas*, 1(1), 1903-1912. <https://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/20497/COMUNICACION%cc%81N.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ferreira, N., & Ruiz, R. (2020). Oportunidades y desafíos del teléfono móvil en el aula y la educación. *Revista Científica en Ciencias Sociales*, 2(1), 81-88. https://revistascientificas.upacifico.edu.py/index.php/PublicacionesUP_Sociales/article/view/61/312
- Flores, M. T., Celso, P. L., Arámburo, J., & Rivera, R. (2023). Uso de las redes sociales en niños, niñas y adolescentes de México. *Revista de Ciencias Sociales*, 29(2), 216-228. <http://agora.edu.es/descarga/articulo/8920547.pdf>
- Gutiérrez, T. L., Sotelo, M. A., & Ramos, D. Y. (2022). Uso problemático de la tecnología, motivación y rendimiento académico en escolares. *Revista ProPulsión: Interdisciplina en Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 92-106. <http://ojs.revpropulsion.cl/index.php/revpropulsion/article/view/78/99>
- Guzmán, V., & Gelvez, L. (2022). Phubbing en los adolescentes un comportamiento que afecta la interacción social: Una revisión sistemática. *Revista Estudios Psicológicos*, 2(4), 7- 19. <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/69/132>
- Jambrina, R., & Santana, L. E. (2022). El uso del smartphone en adolescentes: El papel del profesorado. *Revista Orientación y Sociedad*, 22(1), 1-22.

https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/139258/Documento_completo.+El+uso.pdf-PDFA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Kemp, S. (2020). *Digital 2020: Kenya*. Datareportal: <https://datareportal.com/reports/digital-2020-kenya>
- Martínez, R., Domínguez, A., & Sirignano, F. M. (2023). La tecnoferencia en el ámbito familiar. La percepción de los padres en torno al uso del teléfono móvil y las interacciones con los hijos. *Research in Education and Learning Innovation Archives (REALIA)*, 31(1), 66-80. https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/136739/1/Martinez-Roig_et al_2023_REALIA.pdf
- Méndez, M. P., García, M., & Peñaloza, R. (2020). Escala de conductas parentales ante el uso de tecnología en adolescentes. *Revista Acta de Investigación Psicológica*, 10(2), 114- 124. <https://www.scielo.org.mx/pdf/aip/v10n2/2007-4719-aip-10-02-114.pdf>
- Moreno, N. D., Marín, A., Cano, V. H., Sanabria, J. A., Jaramillo, Á. M., & Ossa, J. C. (2021). Mediaciones parentales y uso de internet por niños, niñas y adolescentes colombianos. *Revista Interdisciplinaria*, 38(2), 275-290. <https://www.scielo.org.ar/pdf/interd/v38n2/1668-7027-Interd-38-02-00290.pdf>
- Ochoa, J., Blanco, D., Ruiz, A., García, G. M., & Garach, A. (2023). Uso del teléfono móvil, trastornos del sueño y obesidad en una zona de exclusión social. *Revista Anales de Pediatría*, 98(5), 344-352. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1695403323000048>
- Olivella, M., García, X., Bartroli, M., Serral, G., & Pérez, G. (2023). El uso problemático del teléfono móvil: Análisis transversal del perfil individual y factores asociados. *Revista Española de Salud Pública*, 97(1), 1-13. <https://scielo.isciii.es/pdf/resp/v97/1135-5727-resp-97-e202305036.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). *Estrategia mundial sobre salud digital*. Sitio Web Oficial de la Organización Mundial de la Salud, OMS: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/344251/9789240027572-spa.pdf>
- Pacheco, L. R., & Casquete, A. M. (2023). Estrategias lúdicas niños menores de 5 años y evitar el uso excesivo de dispositivos tecnológicos en los hogares. *Revista Polo del Conocimiento*, 8(2), 1559-1602. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9152135.pdf>
- Pastor, Y., García, A., & López, M. C. (2022). Estrategias de regulación de uso del smartphone y uso problemático de internet en la adolescencia. *Revista Anales de Psicología*, 38(2), 269-277. <https://revistas.um.es/analesps/article/view/461771/322621>
- Rivera, A. M. (2023). Educación y tecnologías de la información: límites en el uso de las redes sociales. *Revista Sophia*, 19(1), 1-10. <https://revistas.ugca.edu.co/index.php/sophia/article/view/1294/1771>
- Rivero, B. A. (2020). *Estudio de usabilidad para m-learning en básica superior de la Unidad*

Educativa "El Carmen". Repositorio Institucional de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí: <https://repositorio.ulead.edu.ec/bitstream/123456789/5428/1/ULEAM-INFOR-0152.pdf>

- Rodríguez, J. P., Ruge, L. T., Cárdenas, M. F., y Fraile, M. I. (2023). *Efectos del uso de dispositivos tecnológicos en las niñas y los niños entre los 8 y 10 años en el barrio Betania (Bosa)*. Repositorio Institucional de la Universidad El Bosque: <https://repositorio.unbosque.edu.co/server/api/core/bitstreams/9d0390e9-0847-4992-8e24-9041d43420a0/content>
- Ruiz, C., Domínguez, D., & Rodríguez, G. (2021). Percepción del uso del teléfono móvil en estudiantes desde educación primaria hasta grado universitario. *Digital Education Review*, 1(39), 23-41. <https://revistes.ub.edu/index.php/der/article/view/32474/pdf>
- Salcedo, R. M. (2022). Nomofobia y su relación con las habilidades sociales en adolescentes. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6(6), 10554-10565. <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4148/6342>
- Solera, S., Soler, J. M., Sancho, D., Gadea, R., Rubia, J. E., & Camarena, X. (2022). Patrón de uso del teléfono móvil e Internet en adolescentes de entre 11 y 15 años Patrón de uso de teléfono móvil eInternet entre 11 y 15 años. *Revista Enfermería Clínica*, 32(4), 270-278. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1130862122000067>
- UNICEF. (2023). *Se adelanta a los 8,9 años el acceso al celular con Internet*. Sitio Web Oficial de la UNICEF: <https://www.unicef.org/chile/comunicados-prensa/se-adelanta-los-89-a%C3%B1os-el-acceso-al-celular-con-internet-y-crece-su-uso-para>
- Vásconez, A. M., & Pardo, E. V. (2020). Relación del uso del teléfono celular y los niveles de atención en el proceso de enseñanza – aprendizaje. *Revista Encuentros*, 18(1), 11-22. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7289232.pdf>