



**Presencia de factores predisponentes de Nomofobia y adicción al
teléfono móvil en el municipio Ciego de Ávila**

Autores:

Denis Fernández Sánchez¹

Gabriela María Martínez Perez²

Vicente José Carrazana Fernández³

Hanoi Castro Reyes⁴

^{1,3,4} Estudiantes de 5^{to} año de la carrera de Medicina. Universidad de Ciencias Médicas de Ciego de Ávila, Hospital Provincial Dr. Antonio Luaces Iraola, Ciego de Ávila, Cuba.

² Estudiante de 1^{er} año de la carrera de Medicina. Universidad de Ciencias Médicas de Ciego de Ávila, Ciego de Ávila, Cuba.

Número de palabras: 3116

Número de palabras sin resumen, títulos o referencias: 2319

Correspondencia a:

Correo: denisfs210210@gmail.com

Teléfono: +53 55020291



RESUMEN

Introducción: los factores predisponentes de nomofobia y adicción al móvil en su mayoría son clasificables como factores modificables.

Objetivo: identificar la presencia de factores predisponentes de nomofobia y adicción al móvil en la población perteneciente al municipio Ciego de Ávila.

Métodos: se realizó un estudio observacional, descriptivo, transversal de marzo a abril del 2024. Se trabajó con la totalidad del universo, el cual estuvo constituido por 83 quienes respondieron de forma voluntaria una encuesta on-line. Como medida de resumen de la información se emplearon las frecuencias absolutas, relativas y los porcentajes.

Resultados: existió un predominio del sexo femenino (63.9 %), de los participantes cuya edad se halla entre los 15 y los 25 años (78.3 %) y del nivel del bachillerato como nivel de escolaridad (60.2 %). Se identificaron como principales factores presentes el primer contacto con el móvil antes de los 15 años, su uso diario mayor a 5 horas y la presencia de afección del rendimiento académico asociada al mismo. Se observó además que para el 62.7 % de los encuestados abandonar el uso del móvil sería una decisión difícil, así como el 44.6 % respondió sentir frustración o molestia al interrumpir el contacto con el mismo

Conclusiones: la mayoría de los factores detectados son modificables, por lo cual el conocimiento de estos factores por el Médico General Integral resulta indispensable para la realización de una oportuna intervención sobre los mismos.

Palabras clave: Adicción, Factor de Riesgo, Nomofobia, Teléfono móvil.



INTRODUCCIÓN

Desde la fabricación del primer modelo en el año 1973 por Martin Cooper hasta la actualidad, los teléfonos móviles han adquirido un papel fundamental en el desarrollo de la sociedad humana, revolucionando totalmente la industria de las comunicaciones. Dicho papel se tornó aún más consistente con el posterior desarrollo de Internet y el advenimiento de las redes sociales, lo que ha posibilitado la existencia de toda una serie de recursos que incluyen conocimiento, proyección externa y hasta entretenimiento al alcance de la mano de cualquier persona. ⁽¹⁻³⁾

Sin embargo, precisamente estas características son las que propician el abuso de esta tecnología, pues inducen una falsa percepción de cualidades como la omnisciencia, omnipotencia y omnipresencia al posibilitar no solo la comunicación a miles de kilómetros de distancia, sino también la realización de compras y la obtención de respuestas a casi cualquier pregunta mediante el uso de buscadores como Google y el conjunto de todas ellas producen sensación de bienestar y plenitud que conllevan al mantenimiento de la conducta, aumentando el tiempo de exposición. ⁽¹⁻³⁾

De esta forma, el individuo pierde contacto con su "realidad" llegando incluso a aislarse de aquellos quienes le rodean y es capaz de generar una verdadera adicción no relacionada con el consumo de sustancia alguna. ⁽⁴⁾

Según fuentes consultadas, en el Reino Unido de Gran Bretaña e Irlanda del Norte el 66% de las personas sienten miedo ante la posibilidad de perder sus teléfonos móviles, y en Estados Unidos se demostró que aproximadamente el 66% de los adultos sienten el miedo de estar sin ellos. Este comportamiento se define actualmente como nomofobia, devenido de la abreviatura de "no mobile phone phobia". ^(4,5)

Debido a esto, el abuso de los teléfonos móviles y la nomofobia en relación con dependencia o adicción del teléfono móvil son considerados un estado de enfermedad socio-psicológico. Las personas con nomofobia pueden presentar ansiedad, falta de aire, temores, sudoraciones y hasta ataques de pánico. ⁽⁴⁻⁶⁾

En Cuba, como parte del proceso de informatización, a partir del año 2018 se comenzó a ofrecer al público el servicio de Internet desde la red móvil, lo cual ha transformado el modo habitual de comunicarse en la isla, permitiendo el aprovechamiento de sus ventajas, pero sin estar exentos de sufrir las consecuencias resultantes del abuso de estas. Ejemplo de ello



son los resultados de estudios realizados a universitarios cubanos donde se demostró la presencia de algún factor condicionante de nomofobia. ^(2,7)

En la provincia Ciego de Ávila son escasos los estudios que abordan esta temática, por lo cual la presente investigación se propone el siguiente **objetivo:** Identificar la presencia de factores predisponentes de nomofobia y adicción al móvil en la población perteneciente al municipio Ciego de Ávila.

MÉTODOS

Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal, en la población de la provincia Ciego de Ávila, durante los meses de marzo a abril del 2024. El universo estuvo constituido por el total de personas que mostraron su disposición a participar en la investigación (n=83). Se trabajó con la totalidad del universo por cumplir con los criterios establecidos para su selección: fueron incluidos en el estudio todas las personas dentro del municipio Ciego de Ávila que accedieron de forma voluntaria a la encuesta *on-line*, fueron excluidas personas de otras provincias del territorio nacional.

Métodos de obtención de la información:

La información fue recolectada mediante una encuesta elaborada por los autores tomando como referencia la realizada por Almeida Salinas ⁽³⁾ adaptada a las condiciones en Cuba y validada mediante metodología Delphi por criterio de expertos. La encuesta fue aplicada de forma electrónica mediante un formulario de Google, la misma se difundió a través de grupos de WhatsApp.

Operacionalización de las variables

Variable	Tipo	Operacionalización		Indicador
		Escala	Descripción	
Sexo	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none">- Femenino- Masculino	Según sexo biológico presente	Valor absoluto y porcentaje
Edad	Cuantitativa continua	<ul style="list-style-type: none">- Menos de 15 años- De 15 a 25 años- De 26 a 35 años- De 36 a 45 años- De 46 a 55 años	Según años cumplidos	Valor absoluto y porcentaje

III Jornada Virtual Internacional de MEDICINA FAMILIAR.2024



		<ul style="list-style-type: none"> - De 56 a 60 años - Mayor de 60 años 		
Nivel de Escolaridad	Cualitativa ordinal	<ul style="list-style-type: none"> - Primaria sin terminar - Primaria terminada - Secundaria terminada - Bachiller - Universitario 	Según grado de escolaridad	Valor absoluto y porcentaje
Edad de primer contacto con teléfono móvil	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> - Menos de 15 años - Más de 15 años 	Según años cumplidos en el momento de obtención de su primer teléfono móvil	Valor absoluto y porcentaje
Horas al día dedicadas al uso del teléfono móvil	Cuantitativa continua	<ul style="list-style-type: none"> - Menos de 2 horas - De 2 a 4 horas - De 5 a 7 horas - Más de 7 horas 	Según horas diarias dedicadas al uso del teléfono móvil	Valor absoluto y porcentaje
Necesidad de uso	Cualitativa nominal politómica	<ul style="list-style-type: none"> - Casi nunca - Algunas veces - Bastantes veces - Casi siempre 	Según necesidad de uso del teléfono móvil para sentir satisfacción	Valor absoluto y porcentaje
Presencia de alteraciones del sueño relacionadas con el uso del teléfono móvil	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> - Si - No 	Según la aparición o no de alteraciones del sueño relacionados con el uso del teléfono móvil	Valor absoluto y porcentaje
Afección del rendimiento académico o laboral asociada al uso del teléfono móvil	Cualitativa nominal dicotómica	<ul style="list-style-type: none"> - Si - No 	Según la existencia o no de afecciones en el ámbito académico o laboral relacionadas con el uso del teléfono móvil	Valor absoluto y porcentaje
Dificultad para abandonar el uso	Cualitativa nominal	<ul style="list-style-type: none"> - Si 	Según la voluntad del encuestado para dejar de	Valor absoluto y porcentaje



del móvil	dicotómica	- No	usar su teléfono móvil	
Presencia de agobio e incomodidad al abandonar el contacto	Cualitativa nominal politómica	- Casi nunca - Algunas veces - Bastantes veces - Casi siempre	Según la aparición de síntomas como agobio, incomodidad o sudoraciones al estar alejado del teléfono móvil	Valor absoluto y porcentaje
Frustración al interrumpir el consumo	Cualitativa nominal politómica	- Casi nunca - Algunas veces - Bastantes veces - Casi siempre	Según la aparición de irritabilidad e ira cuando se interrumpe bruscamente el contacto con el teléfono móvil	Valor absoluto y porcentaje

Procesamiento estadístico

Los resultados fueron llevados a base de datos de Microsoft Office Excel, y se procesaron en el paquete estadístico IBM SPSS 21.0 para Windows. Se utilizó estadística descriptiva. Como medida de resumen de la información se emplearon las frecuencias absolutas, relativas y los porcentajes.

Principios éticos

Para la investigación realizada se tuvo en cuenta la Declaración de Helsinki ⁽⁸⁾ No se reveló ningún dato que permita reconocer a ningún paciente participante. Se cumplieron con los requisitos éticos y bioéticos de resguardo de la información personal. Asumiendo con responsabilidad los principios básicos: el respeto a las personas, la beneficencia, la no maleficencia, y el de justicia.

RESULTADOS

Durante el análisis de los resultados se observó un predominio del sexo femenino (63.9 %), de los participantes cuya edad se encuentra entre los 15 y los 25 años (78.3 %) y el bachillerato como nivel de escolaridad (60.2 %). (Tabla 1)

Tabla 1. Distribución de los encuestados según sexo, edad y nivel de escolaridad.

Variables	No.	%
Sexo		



Femenino	53	63.9 %
Masculino	30	36.1 %
Edad		
Menos de 15 años	3	3.6 %
De 15 a 25 años	65	78.3 %
De 26 a 35 años	4	4.8%
De 36 a 45 años	1	1.2 %
De 46 a 55 años	6	7.2 %
De 56 a 60 años	1	1.2 %
Más de 60 años	3	3.6 %
Nivel de escolaridad		
Primaria sin terminar	1	1.2 %
Primaria terminada	2	2.4 %
Secundaria terminada	1	1.2 %
Bachiller	50	60.2 %
Universitario	29	34.9 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

Al indagar sobre la edad de primer contacto con el móvil el mayor número de encuestados respondió tener menos de 15 años (55.4 %), lo cual es considerado por varios autores como un factor predisponente de nomofobia. (Tabla 2)

Tabla 2. Edad de primer contacto con teléfono móvil

Edad	No	%
Menos de 15 años	37	44.6 %
Más de 15 años	46	55.4 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

En relación con el tiempo diario dedicado al uso del teléfono móvil el predominio estuvo dado por la categoría de 2 a 4 horas (33.7 %), sin embargo se observaron cifras muy



cercanas en los encuestados que ocupan de 5 a 7 horas o más en el uso de su teléfono móvil (32.5 % cada una), lo cual constituye un dato preocupante. (Tabla 3)

Tabla 3. Horas al día dedicadas al uso del teléfono móvil

Cualidades	No	%
Menos de 2 horas	1	1.2 %
De 2 a 4 horas	28	33.7 %
De 5 a 7 horas	27	32.5 %
Más de 7 horas	27	32.5 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

En cuanto a la necesidad de uso para sentir satisfacción existió un predominio de los encuestados que la sienten algunas veces (45.8 %) o casi nunca (24.1 %), mientras que un menor número manifestó sentir esta necesidad bastantes veces (20.5 %) o casi siempre (9.6 %). (Tabla 4)

Tabla 4. Necesidad de uso del móvil para sentir satisfacción

Indicadores	No.	%
Casi nunca	20	24.1 %
Algunas veces	38	45.8 %
Bastantes veces	17	20.5 %
Casi siempre	8	9.6 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

Concerniente a la presencia de alteraciones del sueño se observó que el mayor número de encuestados (90.3 %) no presenta este factor, sin embargo, el 9.7 % de ellos admite haber presentado insomnio a casusa del uso prolongado del teléfono móvil. (Tabla 5)

Tabla 5. Presencia de alteraciones del sueño relacionadas con el uso del teléfono móvil



Alteraciones del sueño relacionadas con el uso del móvil	No.	%
Si	8	9.7 %
No	75	90.3 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

Referente a la presencia de afección del rendimiento académico o laboral asociada al uso del móvil, se constato que el 30.1 % de los encuestados han tenido en algún momento de su vida esta situación, de ellos el 95.6 % se encuentran entre las edades de 16 a 25 años. (Tabla 6)

Tabla 6. Afección del rendimiento académico o laboral asociada al uso del teléfono móvil

Afección del rendimiento académico o laboral asociada al uso del teléfono móvil	No.	%
Si	25	30.1 %
No	58	69.9 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

Se observo además que para el 62.7 % de los encuestados abandonar el uso del móvil seria una decisión difícil, mientras que el 37.3 % considera que no tendrían dificultad para ello (Tabla 7)

Tabla 7. Dificultad para abandonar el uso del móvil

Dificultad para abandonar el uso del móvil	No.	%
Si	52	62.7 %
No	31	37.3 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

Durante la realización del estudio se comprobó que el 40.9 % de los encuestados admitieron sentir agobio e incomodidad al salir a la calle sin su teléfono móvil. (Tabla 8)



Tabla 8. Presencia de agobio o incomodidad al abandonar el contacto

Presencia de agobio o incomodidad al abandonar el contacto	No.	%
Casi nunca	23	27.7 %
Algunas veces	26	31.3 %
Bastantes veces	9	10.8 %
Casi siempre	25	30.1 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

Referente a la interrupción del consumo, el 44.6 % de los encuestados respondió sentir frustración o molestia ante esta situación, mientras que el 55.4 % no presenta este factor predisponente. (Tabla 9)

Tabla 9. Frustración al interrumpir el consumo

Dificultad para abandonar el uso del móvil	No.	%
Si	37	44.6 %
No	46	55.4 %

Fuente: Encuesta.

n=83. No (%)

DISCUSIÓN

Diversos estudios realizados han logrado identificar la presencia de factores predisponentes en los individuos para la generación de estas conductas, destacándose entre ellos el contacto con estas tecnologías en edades tempranas y la exposición prolongada a las mismas. Lo más alarmante al respecto de esta situación es que a pesar de ser factores modificables su incidencia aumenta anualmente. ⁽⁵⁻⁷⁾

La mayor parte de la población encuestada estuvo representada por el sexo femenino, lo cual coincide con estudios consultados, que establecen que esto se debe a que las mujeres poseen una mayor facilidad para comunicarse y también tienen más capacidades para establecer relaciones afectivas que los hombres lo cual las hace mas predisponentes a desarrollar nomofobia y adicción ante el uso del móvil como medio de comunicación. ⁽⁹⁾



Cabe destacar además que el mayor porcentaje de factores predisponentes encontrados también corresponde con las personas encuestadas del sexo femenino. ⁽⁹⁻¹¹⁾

Entre los factores predisponentes predominantes en la población estudiada destacaron la dificultad para abandonar el uso, la presencia de agobio e incomodidad al distanciarse el móvil y el uso por más de 7 horas diarias. Por otra parte los factores menos frecuentes resultaron ser las afecciones en el ámbito laboral o académico, y los trastornos del sueño asociados al uso del móvil. Dichos datos coinciden con el estudio realizado por Almeida Salinas et al ⁽²⁾.

Afortunadamente, los factores identificados como más frecuentes son catalogados como factores de riesgo modificables, por lo cual su disminución es posible mediante la intervención educativa a estos pacientes (en su mayoría jóvenes) desde la Atención Primaria de Salud, que, a juicio de los autores constituye la vía mas efectiva para la prevención de la aparición de nomofobia y adicción al móvil.

CONCLUSIONES

Conocer los factores predisponentes de nomofobia y adicción al teléfono móvil resulta indispensable para la realización de una oportuna intervención desde la Atención Primaria de Salud. En el municipio Ciego de Ávila se identificaron como principales factores presentes el primer contacto con el móvil antes de los 15 años, su uso diario mayor a 5 horas y la presencia de afección del rendimiento académico asociada al mismo. Se observó además que para el 62.7 % de los encuestados abandonar el uso del móvil seria una decisión difícil, así como el 44.6 % respondió sentir frustración o molestia al interrumpir el contacto con el mismo.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Sosa Manchego LM. Factores Problemáticos relacionados a la nomofobia. Sinergias Educativas [Internet]. 2022 [Citado 18 Mar 2024]; 1(1): 1-19. Disponible en: <https://sinergiaseducativas.mx/index.php/revista/article/view/267>
2. Almeida Salinas O, Moreno Corzo J, Vásquez Rovira KH, Duarte Suescun E, Silva Giraldo CA. Identificación de la relación existente entre los factores predisponentes y mantenedores en la presencia de nomofobia en los estudiantes de psicología vinculados a la Corporación Universitaria Minuto De Dios,

III Jornada Virtual Internacional de MEDICINA FAMILIAR.2024



- Bucaramanga. Rev. Boletín Redipe [Internet]. 2018 [Citado 20 Mar 2024]; 7(10): 216-234. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/atriculo?codigo=6729423>
3. León Cruz J, González Tapia DS, López Parra MS. Creación y validación de la escala de nomofobia para la población mexicana. Rev. Psicología Social y Personalidad. 2019; 36(2): 64-77.
 4. Corrales González N, Suarez Perdomo R, Rodríguez Ojeda N, Gutiérrez Ruiz MM. Identificación de niveles de adicción a los teléfonos móviles y los trastornos por nomofobia en estudiantes de primer año de Ciencias Médicas. CEDRO2022 [Internet]. 2022 [Citado 22 Mar 2024]. Disponible en: <https://cedro2022.sld.cu/index.php/cedro2022/2022/paper/view/103>
 5. Chumacero Chuquicondor CS. Factores asociados a Nomofobia en estudiantes de Medicina Humana de la Universidad Nacional de Piura durante el 2022 [Tesis para obtener el título profesional de Médico Cirujano] [Internet]. Piura: Universidad Nacional De Piura; 2023. Disponible en: <http://repositorio.unp.edu.pe/handle/20.500.12676/3667>
 6. Perez Cabrejo RG. Nomofobia y cibercondría en las relaciones interpersonales de los estudiantes universitarios de Cañete, 2021 [Tesis para obtener el grado académico de Doctora en Educación] [Internet]. Lima: Universidad Cesar Vallejo, 2022. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/77691>
 7. López Díaz N; González Peña Y; Álvarez Vázquez A; Díaz Díaz D; Torres López D; Otero Cruz A. Presencia de Nomofobia en los estudiantes del Centro Universitario Municipal de Cruces, de la Universidad de Cienfuegos. CEDRO2022 [Internet]. 2022 [Citado 10 Abr 2024]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202022000300533
 8. Asociación Médica Mundial. Declaración de Helsinki de la AMM. Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. Ratificada en la 64ª Asamblea General, Fortaleza, Brasil, octubre 2013. Helsinki: 18ª Asamblea Mundial; 1964 [Citado 27 Mar 2024]. Disponible en: http://www.anmat.gov.ar/comunicados/HELSINSKI_2013.pdf
 9. León Mejía A; Calvete E, Patino Alonso C; Machimbarrena JM; González Cabrera J. Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q): Estructura factorial y puntos de corte de la versión española. ADICCIONES [Internet]. 2021 [Citado 08 Abr 2024]; 33(2):

III Jornada Virtual Internacional de MEDICINA FAMILIAR.2024



- 137-147. Disponible en:
<https://www.adicciones.es/index.php/adicciones/article/view/1316>
- 10.** Martínez Hernández NL; de León Ramírez LL; Profet Naranjo A. Nivel de nomofobia en universitarios cubanos. Rev. Progaleno [Internet]. 2023 [Citado 08 Abr 2024]; 6(1): 10-18. Disponible en:
<https://revprogaleno.sld.cu/index.php/progaleno/article/view/407/281>
- 11.** Osio Flores AM, Yucra Mitma GD, Arroyo Dolz K, Berduguez P, Ramírez Rojas V, Reinaga HY, et al. ¿Es la nomofobia, un problema del siglo XXI? Archivos Bolivianos de Medicina [Internet]. 2014 Jul-Dic [Citado 10 Abr 2024]; 22(90):70. Disponible en:
<http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/pdf/abm/v22n90/v22n90a10.pdf>