

La paradoja de la conexión digital: Adicción al teléfono móvil y aislamiento social en estudiantes universitarios

Flor de la Cruz Salaiza Lizárraga; Carmen Guadalupe
López Varela; José Fernando Hernández Silva;
Elvia Alejandra Chu González

RESUMEN

Este estudio analiza cómo el uso excesivo del teléfono móvil puede afectar los vínculos sociales presenciales y la calidad de las relaciones afectivas entre jóvenes, al reemplazar interacciones cara a cara por contactos digitales superficiales. El objetivo fue comprender cómo el uso excesivo del celular en los jóvenes que cursan educación superior se relaciona con sus vínculos sociales. La metodología consistió en una investigación descriptiva, con diseño no experimental, transversal y de alcance descriptivo. Está basada en encuestas aplicadas a jóvenes estudiantes del noroeste de México, con el fin de evaluar patrones de uso del celular y su relación con la fortaleza de sus amistades y relaciones afectivas. Como resultado, se obtuvo que el uso del celular puede generar distracciones que impactan el desempeño y la atención, influyendo de manera indirecta en la calidad del tiempo que los jóvenes dedican a convivir o interactuar con otras personas. Este estudio invita a reflexionar sobre la importancia de mantener un equilibrio en su uso, de modo que no interfiera en actividades esenciales, responsabilidades académicas o momentos significativos de convivencia.

Palabras clave: teléfono móvil, vínculos sociales, jóvenes universitarios, interacción cara a cara, calidad de las relaciones, comunicación digital.

Cómo citar: Salaiza, F.d.I.C., López, C.G. et al.(2025). La paradoja de la conexión digital: Adicción al teléfono móvil y aislamiento social en estudiantes universitarios. En Alvarado-Peña, L., Vega, L., Ruvalcaba, M., Santos, B., Bueno, M. (Eds). (2025). Series de Investigación REOALCEI III. *Generación de conocimiento en las ciencias sociales: impacto desde los ciudadanos, las comunidades y las instituciones*. High Rate Consulting/REOALCEI. <https://doi.org/10.38202/seriesinvreolcei3-05>

The paradox of digital connection: Mobile phone addiction and social isolation in university students

ABSTRACT

This study analyzes how excessive mobile phone use can affect face-to-face social connections and the quality of affective relationships among young people by replacing in-person interactions with superficial digital contacts. The objective was to understand how excessive cell phone use among young people in higher education relates to their social connections and the quality of those connections...The methodology consisted of a descriptive, non-experimental, cross-sectional study. The study is based on surveys administered to young students to evaluate their cell phone usage patterns and their relationship to the strength of their friendships and affective relationships. The results show that cell phone use can generate distractions that impact performance and attention, indirectly influencing the quality of time young people dedicate to socializing or interacting with others. This study encourages reflection on the importance of maintaining a balance in cell phone use so that it does not interfere with essential activities, academic responsibilities, or meaningful moments of social interaction.

Keywords: Mobile phone, social links, university students, face-to-face interaction, quality of relationships, digital communication.

INTRODUCCIÓN

El uso del teléfono móvil se ha convertido en uno de los fenómenos tecnológicos más influyentes en la vida social de los jóvenes. Diversos autores coinciden en que estos dispositivos han transformado las formas de comunicación, interacción y pertenencia dentro de los grupos juveniles, así como los riesgos asociados (Paterna et al., 2024; Wang y Ma, 2024). En especial entre universitarios, el teléfono móvil funciona como herramienta de socialización, acceso a información y construcción de identidad digital. Es un ejemplo clásico del acceso al nuevo ecosistema comunicativo y social del grupo de jóvenes que cursan la educación superior.

En la región latinoamericana, investigaciones en Chile, Colombia y Argentina señalan que los jóvenes utilizan el celular como medio principal para comunicarse y entretenerse, pero también que este hábito ha debilitado los vínculos afectivos presenciales y generado un aumento en conductas de aislamiento (Alba-Leonel, 2025; Paterna et al., 2025; Torre y Vaillard, 2012). El teléfono celular forma parte de la vida diaria; se ha convertido en casi una extensión de las actividades de un grupo social, pues la personalización de servicios, la apropiación de lenguaje y la interacción tienen mayor auge entre los jóvenes. Esta nueva realidad genera tanto ambiciosas expectativas como preocupaciones.

En México, la Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares (INEGI, 2023) señala que más del 90 % de los jóvenes entre 15 y 29 años poseen un teléfono inteligente. Este dispositivo se ha

convertido en el eje de su vida cotidiana, utilizándose no solo para la comunicación, sino también para la educación, el entretenimiento y la interacción social. Sin embargo, instituciones como la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y el Instituto Politécnico Nacional (IPN) han advertido sobre el impacto que el uso excesivo del celular tiene en la calidad de las relaciones interpersonales, ya que fomenta la distracción, reduce la atención en interacciones presenciales y promueve un aislamiento silencioso en reuniones familiares o entre amigos.

Este trabajo se centra en cómo, en nuestros días, el celular se ha vuelto parte esencial de la vida de los jóvenes, dado que lo utilizan para comunicarse, entretenerse y estar en contacto con otras personas. Sin embargo, este uso constante también ha traído consecuencias en la forma en que se construyen y mantienen las relaciones sociales. Aunque parece que los jóvenes están más conectados que nunca gracias a las redes sociales y las aplicaciones de mensajería, en la realidad muchos de sus vínculos personales se vuelven más frágiles y menos cercanos.

Ello se debe a que la atención se centra más en el dispositivo que en la convivencia cara a cara, lo que puede provocar que las relaciones pierdan calidad, cercanía y profundidad. De esta manera surge la pregunta: ¿cómo influye el uso excesivo del celular en la calidad de los vínculos sociales de los jóvenes?, lo cual lleva al objetivo y a la hipótesis de investigación.

El objetivo de esta investigación es examinar cómo el uso del celular impacta en los vínculos sociales de los jóvenes de educación superior de la región norte occidente de México durante el semestre escolar agosto–noviembre de 2025.

Nuestra hipótesis plantea que el uso del celular en los jóvenes de educación superior de la región noroeste de México se relaciona negativamente con la calidad de sus vínculos sociales presenciales.

A continuación, se analizan las teorías y conceptos que abordan los efectos de la tecnología en la comunicación y la vida social de los individuos.

Teoría del capital social: Robert Putnam (2000) plantea que el capital social se refiere a las redes de relaciones sociales, normas de reciprocidad y confianza que surgen de la interacción comunitaria. También argumenta que la vida moderna, marcada por el auge de los medios tecnológicos y la reducción de encuentros presenciales, ha debilitado las formas tradicionales de capital social.

Teoría de la distracción cognitiva: desarrollada a partir de los estudios de Rosen et al. (2013) sostiene que el uso constante de la tecnología, especialmente de dispositivos móviles, genera interrupciones en los procesos cognitivos básicos, como la atención, la memoria y el aprendizaje. De acuerdo con los mencionados autores (2013), “cada vez que atendemos una notificación o revisamos nuestro teléfono, aunque sea por unos segundos, nuestro cerebro sufre un cambio de enfoque que afecta la eficiencia cognitiva”. Esto significa que se reduce la capacidad de concentración y el rendimiento académico o laboral. Cuando una persona revisa su celular durante una conversación, rompe la dinámica de atención compartida, lo cual puede debilitar la calidad de los vínculos interpersonales.

Teoría del uso y gratificaciones: (Katz et al., 1974) se centra en que los individuos utilizan los medios de comunicación para satisfacer necesidades específicas, como información, entretenimiento o interacción social. Cada persona elige interactuar con los medios de comunicación, y hoy en día con el teléfono inteligente, en función de lo que espera obtener, ya sea información, entretenimiento, compañía o escape de la realidad. El problema es que el celular puede sustituir relaciones reales por gratificaciones inmediatas, como lo son los likes o mensajes, lo que debilita la calidad y profundidad de los vínculos sociales.

Las variables consideradas para este estudio fueron el uso excesivo del celular y los vínculos sociales.

Uso excesivo del celular

En diversos estudios (Demirci et al., 2015; Martínez-Pizarro et al., 2021) se plantea que el uso excesivo del celular es una conducta adictiva, en la que se puede observar una pérdida de control y una interrupción significativa en la vida cotidiana de los jóvenes, generando ansiedad y procrastinación, lo que repercute de modo negativo en su salud mental y bienestar general.

Asimismo, se refiere a la imposibilidad de controlar o regular el uso del celular, obteniendo efectos realmente

perjudiciales para la salud mental de los jóvenes (Wacks y Weinstein, 2021). Se puede entender el uso excesivo del celular como una conducta o vicio de las personas a pasar demasiado tiempo usando su teléfono, al nivel de que llegue a afectar sus actividades cotidianas, sus relaciones o su bienestar emocional, porque se le da más importancia al celular que a otras necesidades valiosas.

Vínculos sociales

Para Paugam (2012) los vínculos sociales pueden entenderse por medio de dos dimensiones fundamentales: la protección y el reconocimiento. Estas dimensiones permiten analizar cómo las relaciones sociales influyen en la identidad de las personas, especialmente en contextos de fragilidad social. Según Cornwell et al. (2008) los vínculos sociales se pueden considerar como un tipo de relación social que se caracteriza por una interacción frecuente y consistente. Los vínculos sociales son aquella red de personas con las que un sujeto forma algún tipo de conexión o lazo, ya sea con la familia, amigos, pareja o incluso con una comunidad.

Lo anterior concuerda con lo que afirman Kwon et al. (2013), en cuanto a que algunas nuevas formas de comportamiento se relacionan con la dependencia, la abstracción de la realidad, un excesivo conectivismo, sedentarismo e incluso con suplir necesidades de asociación, autorrealización y autoestima.

METODOLOGÍA

El enfoque de esta investigación se basa en el uso de instrumentos estandarizados que generan datos susceptibles de análisis estadístico, lo cual permite obtener resultados generalizables a una población, lo que coincide con lo señalado por Hernández-Sampieri y Mendoza (2018), quienes indican que este método posibilita obtener conclusiones aplicables más allá de la muestra estudiada. El diseño se considera no experimental y transversal.

A partir de una población de 8.000 estudiantes, se calculó un tamaño de muestra de 385 participantes (95 % de confianza y 5 % de error), que forman parte de la comunidad estudiantil universitaria de la ciudad de Culiacán, con base en la fórmula para poblaciones infinitas. Se incluyeron los estudiantes que cumplieron con los criterios de inclusión y que aceptaron participar voluntariamente en el estudio.

Para la recolección de datos se utilizó la escala SAS-SV (Smartphone Addiction Scale–Short Version), diseñada por Kwon et al. (2013), la cual se compone de 10 preguntas con escala Likert (1 = totalmente en desacuerdo a 6 = totalmente de acuerdo), con un alfa de Cronbach de 0.91. Para evaluar la variable de la fortaleza de los vínculos interpersonales, se utilizó el Interpersonal Support Evaluation List-12 (ISEL-12), diseñado originalmente por Cohen y Hoberman (1983) y posteriormente desarrollado por Cohen et al. (1985), con el objetivo de medir la percepción de disponibilidad de diferentes dimensiones del apoyo social. La adaptación y validación al español se puede encontrar en Trujillo et al. (2012).

Las respuestas se puntúan de 1 a 6, considerando la inversión en ítems específicos, y se agrupan en cuatro subescalas: apoyo instrumental, apoyo informativo, apoyo a la autoestima y sentido de pertenencia, además de una puntuación total de apoyo social percibido. Asimismo, se incluyeron en el cuestionario ítems para identificar el perfil del encuestado, como edad, sexo y a qué área de conocimiento pertenece su carrera. Para su aplicación, el instrumento se diseñó en formato electrónico (Google Forms).

RESULTADOS

Se calcularon estadísticas descriptivas para ambas escalas, incluyendo media, mediana, moda, desviación estándar y rangos, con el fin de caracterizar la muestra y visualizar la distribución de los datos mediante tablas y gráficos. Para analizar la relación entre el uso excesivo del teléfono móvil y el apoyo social percibido, se aplicaron pruebas de correlación de Pearson o Spearman, según correspondiera a la normalidad de los datos, considerando las subescalas de cada instrumento para un análisis más detallado. Se estableció un nivel de significancia de $p < .05$ y se empleó, de igual forma, SPSS para todos los análisis estadísticos.

El cálculo de los datos demográficos persigue contextualizar a la población participante y comprender las características básicas que influyen en los vínculos sociales y el uso del celular en jóvenes estudiantes de educación superior de Culiacán, Sinaloa. El 53.5 % de la muestra son mujeres; en cuanto a la edad, fueron los jóvenes de 21 años con un 37.10 %, y respecto al área de conocimiento, fueron los jóvenes de ingeniería y tecnología con un 62.90 %.

Tabla 1.
Resultados de los datos demográficos de los participantes

DATOS DEMOGRÁFICOS	RESPUESTAS	PORCENTAJES
Sexo	Femenino	53.50 %
	Masculino	46.50 %
Edad	17	3.40 %
	18	7.80 %
	19	14.90 %
	20	19.60 %
	21	37.10 %
	22	8.40 %
	23	3.40 %
	24 o más	5.50 %
Área de conocimiento	Ciencias sociales	5.20 %
	Humanidades	3.10 %
	Ingeniería y tecnología	62.90 %
	Ciencias de la salud	7.30 %
	Ciencias de la educación	4.40 %
	Ciencias económicas y administrativas	11.20 %
	Prefiero no decirlo	5.70 %

Con el fin de analizar la distribución de las respuestas obtenidas, se elaboraron las tablas de frecuencias para cada uno de los instrumentos aplicados. El primero, correspondiente al uso del teléfono celular, estuvo compuesto por 10 ítems que permitieron identificar los patrones de utilización reportados por los participante (ver Tabla 2).

Precisamente, la Tabla 2 muestra que los participantes reportan efectos importantes del uso del celular en su vida académica y personal. Las medidas más altas corresponden a las afirmaciones relacionadas con problemas de concentración ($M = 3.89$) y dejar de realizar actividades o tareas planificadas ($M = 3.55$), lo que indica que el uso del dispositivo interfiere de manera frecuente en su desempeño. Asimismo, la afirmación “Uso mi celular más de lo que había previsto inicialmente” también presenta una media elevada ($M = 3.62$), reflejando un uso mayor al planeado. En contraste, las medias más bajas, como “Nunca dejaré de usar mi celular, aunque afecte mi vida cotidiana” ($M = 2.52$), muestran que los estudiantes no están totalmente de acuerdo con posturas extremas.

En la Tabla 3 se presentan los estadísticos descriptivos correspondientes a las afirmaciones que evalúan la disponibilidad de apoyo emocional, práctico y social en distintos escenarios de la vida cotidiana. Estos resultados permiten identificar el nivel percibido de acompañamiento y respaldo entre los jóvenes, así como detectar variaciones relevantes en la calidad de sus vínculos sociales. La información obtenida ofrece una visión general del grado de apoyo que los participantes consideran recibir en su entorno cercano, lo cual resulta fundamental para comprender la dinámica social que influye en su bienestar y comportamiento.

Los resultados muestran niveles moderados a altos de apoyo social percibido en diferentes situaciones. Las medias más elevadas corresponden a afirmaciones como: «Siento que no hay nadie con quien pueda compartir mis preocupaciones y miedos más privados» ($M = 4.63$) y «Si yo quisiera ir de viaje, me resultaría difícil encontrar a alguien que me acompañara» ($M = 4.55$). Estos valores indican que una parte importante de los estudiantes percibe dificultades para contar con compañía o apoyo emocional cercano. De igual forma, varios ítems muestran medias por encima de 4, como «Si estuviera enfermo, podría encontrar fácilmente a alguien que me ayudara» ($M = 4.17$) o «Cuando necesito sugerencias para abordar un problema personal, conozco a alguien a quien recurrir» ($M = 4.25$). Esto sugiere que, aunque existe una sensación de soledad en ámbitos personales más íntimos, también hay disponibilidad de apoyo en situaciones prácticas o cotidianas.

En conjunto, los resultados reflejan que los estudiantes perciben apoyo en algunos contextos prácticos, pero experimentan dificultades para encontrar compañía o ayuda emocional significativa.

Las tablas cruzadas permitieron analizar de manera detallada la forma en que interactúan las variables consideradas en el estudio, ofreciendo una visión comparativa entre los grupos demográficos analizados.

Tabla 2.

Tabla de frecuencia del instrumento smartphone addiction scale-short version (sas-sv).

	Debido al uso del celular he dejado de realizar tareas, actividades/etc. que habia planeado	Debido al uso del celular, he tenido problemas de concentracion mientras estudiaba o trabajaba	Debido al uso del celular, he sentido dolor en alguna de mis muñecas o en el cuello	No puedo estar sin mi celular	Me siento impaciente o inquieto cuando no tengo mi celular	Tengo mi celular en mente, incluso cuando no lo uso	Nunca dejaré de usar mi celular, aunque afecte mi vida cotidiana	Continuamente estoy comprobando mi celular, para no perderme de conversaciones en mis redes sociales	Uso mi celular más de lo que habia previsto inicialmente	Familiares o amigos, me dicen que uso demasiado el celular
N	Validados 383	383	383	383	383	383	383	383	383	383
	Perdidos 0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Media	3.55	3.89	2.82	3.13	2.92	2.66	2.52	2.96	3.62	2
Mediana	4.00	4	2	3	3	2	2	3	4	2
Moda	4	5	1	2	2	2	2	2	4	1.515
Desv. estándar	1.659	1.619	1.661	1.609	1.508	1.39	1.393	1.51	1.521	0.608
Asimetria	-0.032	-0.394	0.567	0.32	0.525	0.634	0.802	0.456	-0.105	0.125
Error estándar de asimetria	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	-0.712
Curtosis	-1.241	-1.052	-0.967	-1.01	-0.72	-0.416	-0.147	-0.876	-1.031	0.249
Error estándar de curtosis	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	5
Rango	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1
Mínimo	1	1	1	1	1	1	1	1	1	6
Máximo	6	6	6	6	6	6	6	6	6	2

Nota. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño

Tabla 3.

Tabla de frecuencia del instrumento interpersonal supporte valuation list 12(isel-12)

	Si quisiera ir de viaje por un día (por ejemplo a la playa, campo o montaña), me resultaría difícil encontrar a alguien que me acompañara.	Siento que no hay nadie con quien pueda compartir mis preocupaciones y miedos más privados.	Si estuviera enfermo podría encontrar fácilmente a alguien que me ayudara con mis tareas diarias.	Hay alguien a quien puedo recurrir para pedir consejo sobre cómo manejar los problemas con mi familia.	Si una tarde decidí que me gusta ir al cine esa noche, fácilmente podría encontrar a alguien que me acompañe.	Cuando necesito sugerencias sobre cómo abordar un problema personal, conozco a alguien a quien puedo recurrir.	No suelo recibir invitaciones para hacer cosas con otros.	Si tuviera que salir de la ciudad durante unas semanas, sería difícil encontrar a alguien que cuidara mi casa o apartamento (las plantas, las mascotas, el jardín, etc.).	Si quisiera almorzar con alguien, podría fácilmente encontrar a alguien que me acompañara.	Si estuviera varado a 10 millas de casa, habría alguien a quien podría llamar para que viniera a buscarme.	Si surgiera una crisis familiar, sería difícil encontrar a alguien que pudiera darme buenos consejos sobre cómo manejarla.	Si necesitara ayuda para mudarme a una nueva casa o apartamento, me resultaría difícil encontrar a alguien que me ayudara
N	Validados 383	383	383	383	383	383	383	383	383	383	383	383
Perdidos	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Media	4.55	4.63	4.17	4.25	4.03	4.25	4.52	4.14	4.35	4.49	3.93	4.13
Mediana	5.00	5	5	5	4	5	5	5	5	5.00	5.00	5.00
Moda	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6
Desv. estándar	1.529	1.463	1.740	1.705	1.681	1.678	1.474	1.660	1.744	1.704	1.791	1.776
Asimetría	-0.796	-0.963	-0.608	-0.660	-0.420	-0.667	-0.786	-0.497	-0.742	-0.852	-0.347	-0.581
Error estándar de asimetría	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125	0.125
Curtosis	-0.549	-0.140	-0.987	-0.876	-1.122	-0.832	-0.438	-1.030	-0.843	-0.646	-1.335	-1.051
Error estándar de curtosis	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249	0.249
Rango	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
Mínimo	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Máximo	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6

En la Tabla 4, los jóvenes de 21 y 22 años, más del 50 % manifestaron haber dejado de realizar tareas, actividades o trabajos planificados debido al uso del celular, lo que refleja una tendencia notable de interferencia en sus responsabilidades. En particular, destaca el grupo de 22 años, que presentó el porcentaje más alto (65.70 %), evidenciando una mayor incidencia de esta conducta dentro de este rango de edad. Este patrón sugiere que el uso del celular puede estar generando distracciones significativas en momentos clave de su vida académica, afectando su organización y desempeño. Además, estos resultados permiten identificar grupos etarios con mayor vulnerabilidad a este tipo de conductas, lo cual es útil para orientar futuras intervenciones. Finalmente, la diferencia entre ambos grupos muestra cómo pequeños cambios en la edad pueden influir en los hábitos y el manejo del tiempo.

En la tabla 5 se observa que las personas de 21, 22 y 24 años o más fueron quienes mostraron un mayor desacuerdo con la afirmación “Siento que hay alguien con quien pueda compartir mis preocupaciones y miedos más privados”, lo que indica que estos grupos de edad **perciben en menor medida contar con una persona de confianza para expresar sus emociones o inquietudes personales..** Este resultado indica que, con la edad, los estudiantes podrían desarrollar relaciones más sólidas que facilitan la apertura y el apoyo emocional.

Además, estas variaciones permiten identificar diferencias significativas en la percepción del acompañamiento social entre los rangos de edad analizados.

En general, estos hallazgos contribuyen a comprender cómo cambian las redes de apoyo a medida que los jóvenes avanzan en su vida académica y personal.

Tabla 4.
Relación entre la edad y el abandono de tareas por hacer a causa del teléfono celular

Edad en años cumplidos:	17	18	19	20	21	22	23	24
Totalmente en desacuerdo	7.70%	10.00%	19.30%	10.70%	15.50%	3.10%	15.40%	14.30%
En desacuerdo	38.50%	36.70%	22.80%	20.00%	14.80%	18.80%	23.10%	33.30%
Ligeramente en desacuerdo	15.40%	6.70%	8.80%	14.70%	10.60%	12.50%	15.40%	9.50%
Total	61.60%	53.40%	50.90%	45.40%	40.90%	34.40%	53.90%	57.10%
Ligeramente de acuerdo	23.10%	16.70%	28.10%	22.70%	20.40%	21.90%	23.80%	21.90%
De acuerdo	15.40%	20.00%	15.80%	10.70%	21.10%	25.00%	4.80%	16.70%
Totalmente de acuerdo	0.00%	10.00%	5.30%	21.30%	17.60%	18.80%	14.30%	15.70%
Total	38.50%	46.70%	49.20%	54.70%	59.10%	65.70%	42.90%	54.30%

Tabla 5.
Relación entre la edad y la percepción de contar con alguien para compartir preocupaciones y miedos personales

Edad en años cumplidos:	17	18	19	20	21	22	23	24
"Totalmente en desacuerdo"	7.7	3.3	5.3	6.7	2.8	3.1	0.0	4.80
En desacuerdo	7.70%	5.00%	7.40%	6.80%	3.00%	4.50%	0.00%	12.50%
"Ligeramente en desacuerdo"	23.1	6.6	28.1	25.4	20.5	31.3	23.1	33.40
Total	0.00%	5.00%	7.40%	6.80%	8.00%	18.20%	10.00%	12.50%
"Ligeramente de acuerdo"	15.40%	10.00%	14.80%	15.90%	20.00%	31.80%	10.00%	37.50%
De acuerdo	7.70%	20.00%	0.00%	13.60%	10.00%	13.60%	20.00%	12.50%
Totalmente de acuerdo	46.20%	35.00%	37.00%	31.80%	29.00%	27.30%	10.00%	50.30%
Total	30.80%	35.00%	48.10%	38.60%	41.00%	27.30%	60.00%	0.00%
	84.70%	90.00%	85.10%	84.00%	80.00%	68.20%	90.00%	62.50%

Aunque la validez está asegurada por Kwon et al. (2013), es importante mencionar que, para asegurar la calidad de los datos obtenidos, se evaluó la confiabilidad de los instrumentos aplicados mediante el coeficiente alfa de Cronbach. Este análisis permitió determinar el grado de consistencia interna de los ítems que conforman cada escala, garantizando que las mediciones realizadas fueran estables y precisas. Los valores obtenidos confirman que ambos instrumentos presentan niveles aprobatorios de fiabilidad para el uso en el estudio. Véase la Tabla 6 y la Tabla 7.

Tabla 6.
Confiabilidad de la variable Uso del celular

Estadísticas de fiabilidad	Valor
Alfa de Cronbach	.902
N de elementos	10

Tabla 7.
Confiabilidad de la variable fortaleza de los vínculos sociales

Estadísticas de fiabilidad	Valor
Alfa de Cronbach	.781
N de elementos	12

El análisis muestra que la escala usada para medir el uso del celular es muy confiable, ya que obtuvo un alfa de Cronbach de .902. Esto significa que los 10 ítems del cuestionario funcionan bien juntos y miden lo mismo de manera consistente. Por lo tanto, los resultados que se obtuvieron con esta escala son confiables y válidos para el estudio, aunque no haya aparecido una correlación con la variable de vínculos sociales.

El estudio de confiabilidad muestra que la escala utilizada para medir los vínculos sociales presenta una buena consistencia interna, con un alfa de Cronbach de .781. Este valor se encuentra por encima del mínimo aceptable (.70), lo que indica que los 12 ítems del instrumento funcionan de manera adecuada y miden el mismo concepto de forma coherente. Por ello, los resultados obtenidos con esta escala pueden considerarse confiables y apropiados para el estudio.

DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio contrastan parcialmente con la teoría del capital social de Putnam (2000), quien sostiene que la tecnología ha debilitado las redes de confianza y reciprocidad social. En este caso, los jóvenes parecen mantener sus lazos interpersonales a través de medios digitales, utilizando el celular como un recurso que complementa, más que sustituye, la interacción presencial. Esto coincide con la teoría del uso y gratificaciones (Katz et al., 1974), según la cual los individuos emplean los medios

tecnológicos para satisfacer necesidades de comunicación, entretenimiento o interacción social, sin que ello implique necesariamente un deterioro en la calidad de sus relaciones.

Por otro lado, el hallazgo de que más del 50 % de los estudiantes ha dejado de realizar tareas o actividades planificadas debido al uso del celular, especialmente entre los de Humanidades y edades de 21 a 22 años, se alinea con la teoría de la distracción cognitiva (Rosen et al., 2013), que plantea que el uso constante de dispositivos interrumpe los procesos de atención y de autorregulación.

Los resultados del estudio mostraron que, aunque el teléfono celular es un dispositivo de uso elevado entre los jóvenes de educación superior en Culiacán, su utilización no presenta una relación significativa con la fortaleza de sus vínculos sociales. La correlación obtenida fue prácticamente nula, lo que permite concluir que el uso excesivo del celular no afecta de manera directa la calidad de las relaciones interpersonales ni la percepción de apoyo emocional, práctico o social entre los participantes. No obstante, el análisis reveló conductas relevantes en otros ámbitos importantes del entorno universitario: un número considerable de estudiantes señaló que el uso del celular interfiere en sus actividades académicas, su concentración y su organización cotidiana, especialmente en ciertos rangos de edad y áreas de estudio, donde estas conductas fueron más evidentes.

En este sentido, se cumplió el objetivo de investigación y, en lo referente a la hipótesis, la evidencia no indica un deterioro directo de los vínculos sociales; sí sugiere que el uso del celular puede generar distracciones que impactan el desempeño y la atención, influyendo de manera indirecta en la calidad del tiempo que los jóvenes dedican a convivir o interactuar con otras personas. Por lo tanto, más que asociar el uso del celular con una afectación explícita en las relaciones sociales, este estudio invita a reflexionar sobre la importancia de mantener un equilibrio en su uso, de modo que no interfiera en actividades esenciales, responsabilidades académicas o momentos significativos de convivencia.

CONCLUSIONES

Los logros alcanzados abren la posibilidad de continuar investigando otros factores que influyen en la vida social y académica de los estudiantes, considerando que el impacto del celular puede variar según el contexto, las prácticas personales y las características individuales de cada usuario. Dado que este estudio se realizó con estudiantes universitarios de una sola ciudad del noroeste de México, se puede ampliar a estudios comparativos entre estudiantes de distintos niveles educativos, entre sistemas educativos públicos y privados e incluso entre estudiantes de distintas regiones de México y países del extranjero.

Asimismo, se pueden plantear estudios de investigación-acción para medir los efectos de intervenciones a nivel institucional y/o basadas en tecnología para reducir conductas adictivas en el uso de dispositivos. También se

pueden establecer modelos que prueben el papel de variables mediadoras como la autoestima, la ansiedad, la depresión y el apoyo social entre el fear of missing out (FOMO) y la adicción al celular, así como medir el papel que juega la personalidad en la propensión al phubbing y a la nomofobia. Además, es posible analizar las afectaciones a la salud, como los cambios en los patrones de sueño provocados por el uso indiscriminado de los dispositivos.

Finalmente, se recomienda proponer estudios longitudinales, más allá de estudios transversales con mediciones puntuales en el tiempo, así como incorporar diseños innovadores de investigación para complementar los estudios actuales sobre la adicción a los dispositivos, tales como experimentos de campo, etnografía digital, ciencia ciudadana (crowdsourcing) y el uso de metodologías mixtas de investigación con apoyo de la inteligencia artificial.

REFERENCIAS

- Alba-Leonel, A., Papaqui-Hernández J, Papaqui-Alba S. y Montes-Rodríguez, B.G. Tecnoadicción y uso compulsivo de internet en estudiantes universitarios (Technology addiction and compulsive internet use in university students). *Rev Enferm Inst Mex Seguro Soc*, 30(3), 68-76. https://revistaenfermeria.imss.gob.mx/index.php/revista_enfermeria/article/view/1253
- Cohen, S., & Hoberman, H.M. (1983). Positive events and social supports as buffers of life change stress. *Journal of Applied Social Psychology*, 13(2), 99-125. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1983.tb02325.x>
- Cohen, S., Mermelstein, R., Kamarck, T., & Hoberman, H.M. (1985). Measuring the functional components of social support. En I.G. Sarason & B.R. Sarason (Eds.), *Social support: Theory, research and applications* (pp. 73-94). Springer.
- Cornwell, B., Laumann, E.O., & Schumm, L.P. (2008). The Social Connectedness of Older Adults: A National Profile. *American Sociological Review*, 73(2), 185-203. <https://doi.org/10.1177/000312240807300201>
- Demirci, K., Akgönül, M. & Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85-92. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C.P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (Research methodology: The quantitative, qualitative, and mixed approaches). McGraw-Hill Education
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2023). *Encuesta Nacional sobre Disponibilidad y Uso de Tecnologías de la Información en los Hogares 2023* (National Survey on the Availability and Use of Information Technologies in Households 2023). <https://www.inegi.org.mx/rnm/index.php/catalog/989>
- Katz, E., Blumler, J. G., & Gurevitch, M. (1974). Utilization of mass communication by the individual. In: J.G. Blumler & E. Katz (Eds.), *The uses of mass communications: Current perspectives on gratifications research* (pp. 19-32). Sage Publications.
- Kwon, M., Kim, D.-J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLOS ONE*, 8(12), e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Martínez-Pizarro, S. (2021). Alteraciones mentales por el uso excesivo del móvil 8 Mental disorders due to excessive mobile phone use). *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(2), 70-71. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2020.01.005>
- Paterna, A., Alcaraz-Ibáñez, M., Aguilar-Parra, J.M., Salavera, C., Demetrovics, Z., & Griffiths, M.D. (2024). Problematic smartphone use and academic achievement: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 13(2), 313-326. <https://doi.org/10.1556/2006.2024.00014>
- Paugam, S. (2012). *Le lien social*. Presses Universitaires de France. <https://doi.org/10.4000/lectures.653>
- Putnam, R.D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.
- Rosen, L.D., Carrier, L.M., & Cheever, N.A. (2013). iDisorder: Understanding our obsession with technology and overcoming its hold on us. Palgrave Macmillan.
- Torre, L., & Vaillard, L. (2012). ¿Cómo usan las redes sociales los jóvenes de Latinoamérica? (How do young people in Latin America use social media?). [en línea], *Ecos de la Comunicación* (5), 37-65. <https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/6651/1/como-usan-redes-sociales-jovenes.pdf>
- Trujillo, H. M., Martos Perales, F. J., & González-Cabrera, J. M. (2012). Adaptación al español del cuestionario Interpersonal Support Evaluation List (ISEL) [Spanish adaptation of the Interpersonal Support Evaluation List (ISEL) questionnaire]. *Universitas Psychologica*, 11(3), 969-978. <https://www.redalyc.org/pdf/647/64724634024.pdf>
- Wacks, Y. & Weinstein, A.M. (2021). Excessive smartphone use is associated with health problems in adolescents and young adults. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 669042. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.669042>
- Wang, Y. y Ma, Q. (2024). The impact of social isolation on smartphone addiction among college students. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1391415>