

Nomofobia (miedo desproporcionado a perder el celular) y su relación con tres variables sociodemográficas

Arturo Barraza Macías¹

María Guadalupe Chavira Salas²

Resumen

El teléfono celular, como dispositivo tecnológico indispensable en la actualidad para el ser humano, tiene una dimensión negativa que se traduce en múltiples objetos de investigación emergentes, siendo la Nomofobia uno de ellos. En este estudio se pretende determinar la prevalencia del miedo desproporcionado a perder el celular (Nomofobia) y la relación del miedo, en lo general, a perder el celular con las variables sexo, edad y principal actividad que realiza; esto con la intención explícita de avanzar en un perfil descriptivo y sociodemográfico al respecto. Para el logro de este objetivo se llevó a cabo un estudio correlacional, transversal y no experimental a través de la aplicación de la Escala Barraza de Nomofobia a una muestra no probabilística de 251 participantes del estado de Durango, en México. Los resultados obtenidos indican que más del 80% de la población encuestada presenta miedo a perder el celular, mientras que el nivel específico de Nomofobia solo se presenta en un 2.4% de la población. Así mismo se pudo establecer que son las mujeres, los jóvenes y los que estudian, como actividad principal, los que tienen un mayor miedo a perder el celular. Se concluye planteando la necesidad de continuar con mayores estudios al respecto.

Palabras clave: teléfono celular, miedo, Nomofobia, sexo y edad.

Nomophobia (disproportionate fear of losing the cell phone) and its relationship with three sociodemographic variables

Abstract

The cell phone, as an indispensable technological device for humans today, has a negative dimension that translates into multiple emerging research objects, Nomophobia being one of them. This study aims to determine the prevalence of the disproportionate fear of losing the cell

¹ Universidad Pedagógica de Durango. E-mail: praxisredie2@gmail.com

² Estado de Durango. E-mail: praxisredie2@gmail.com

phone (Nomophobia) and the relationship of fear, in general, of losing the cell phone with the variables sex, age and main activity carried out; this with the explicit intention of advancing in a descriptive and sociodemographic profile in this regard. To achieve this objective, a correlational, cross-sectional and non-experimental study was carried out through the application of the Barraza Nomophobia Scale to a non-probabilistic sample of 251 participants from the state of Durango, Mexico. The results obtained indicate that more than 80% of the surveyed population has a fear of losing their cell phone, while the specific level of Nomophobia only occurs in 2.4% of the population. Likewise, it was established that women, young people and those who study as their main activity are those who are most afraid of losing their cell phone. It concludes by stating the need to continue with further studies in this regard.

Keywords: cell phone, fear, Nomophobia, sex and age.

La irrupción y omnipresencia de las Tecnologías de la Información y la Comunicación en la vida cotidiana del ser humano, y los dispositivos que lo hacen posible, ha generado un nuevo tipo de realidad a la que se le suele denominar realidad aumentada (Basogain, Olabe, Espinosa, Rouèche & Olabe, 2007).

En este tipo de realidad el ser humano oscila entre las limitaciones de la realidad física y la potencialidad, inmediatez y simultaneidad de la comunicación que agrega una dimensión virtual a la realidad física. En este contexto un dispositivo tecnológico acapara la atención: el teléfono celular.

Desde su teléfono celular el ser humano: a) se comunica inmediatamente con otras personas sin importar la distancia

física que les separa, b) genera, envía y guarda archivos de texto y materiales audiovisuales, c) participa en redes sociales y entra en comunicación con una gran cantidad de personas, d) graba videos y audios que puede guardar, enviar o subir a la red o a la nube, e) participa en videoconferencias con finalidades académicas o empresariales, f) hace video llamadas para tener mayor cercanía con sus familiares y amigos, g) consulta y recupera información de manera instantánea, etc., sin lugar a dudas, su probada utilidad y sus múltiples ventajas y beneficios no están sujetos a discusión.

Sin embargo, más allá de estos rasgos positivos, el uso del teléfono celular en esta realidad aumentada tiene una dimensión negativa que no se puede soslayar; algunos

autores hablan de una visión catastrofista al respecto (García, & Fabila, 2014).

Sus consecuencias negativas pueden impactar el área física, social, comportamental y psicológica del ser humano; a continuación, se realiza un breve, pero ilustrativo recuento al respecto.

- a) Área física: El uso del teléfono celular puede causar daño al cerebro (Söderqvist, Carlberg II, & Harde, 2009) y al sentido del oído (Waard, Edlinger, & Brookhuis, 2011).
- b) Área social: el uso del celular genera la prevalencia de las relaciones virtuales en detrimento de las relaciones físicas (Ling, 2004) y genera problemas en las relaciones interpersonales (Peñuela, et al. 2014). Mención aparte merece el hecho de que a raíz de la popularización del uso del celular se generó la aparición de nuevas formas de intimidación, representando este dispositivo un aliado para los grupos de delincuentes que pueden realizar una gran variedad de delitos y fraudes a través de él (Ling, 2007).
- c) Área comportamental: el uso del celular, mientras se conduce un automóvil, es un gran distractor que suele generar accidentes (Agüero, et al. 2014) y en el caso de los estudiantes el uso del celular tiende a

bajar la concentración (Conti, et al. 2019).

- d) Área psicológica: el uso del celular suele generar una conducta obsesiva que implica el miedo irracional a prescindir de él (López, 2015); así mismo, se le relaciona con la prevalencia del estrés, la ansiedad y la depresión (González-Rivera, Segura-Abreu & Urbistondo-Rodríguez, 2018; Thomée, Härenstam, & Hagberg, 2011).

La existencia de estas y otras consecuencias negativas ha sido abordada por los investigadores generando una serie de términos y conceptos que intentan estudiar y delimitar ciertos ámbitos de la relación del ser humano con su celular; en ese sentido aparecen términos como llamada o vibración fantasma, phubbing, uso problemático del teléfono celular, Nomofobia, adicción al teléfono celular, etc. De estos fenómenos la atención del presente artículo está puesta en la Nomofobia.

El antecedente inicial, del estudio de la Nomofobia, se remite al año 2011 cuando la empresa británica SecurEnvoy, tras la realización de una investigación sobre el uso del teléfono celular en el Reino Unido, acuña el término Nomofobia para definir el miedo irracional a salir de casa sin un teléfono móvil. El término en sí mismo es una abreviatura de la expresión inglesa "no-

mobile-phone-phobia" miedo a no tener móvil (Noroña, 2015).

Actualmente los estudios sobre Nomofobia se debaten en tres líneas conceptuales: como una adicción (Ramos-Soler, López-Sánchez & Quiles-Soler, 2017), como una fobia (León-Mejía, Calvete, Patino-Alonso, Machimbarrena & González, 2021) o como un trastorno de ansiedad (González, León-Mejía, Pérez-Sancho & Calvete, 2017); en esta investigación se asume la línea conceptual que lo ve como una fobia (miedo desproporcionado), por estar más en congruencia con su definición prístina, y se le conceptualiza como

Una fobia específica de carácter situacional que implica un miedo desproporcionado a perder el celular. Esta pérdida del celular puede asumir tres variantes diferentes: a) perder de manera permanente el teléfono celular (extravío, robo, etc.), b) la pérdida parcial de orden funcional del teléfono celular (que no funcionen algunas de las aplicaciones, se queden sin internet, etc.), o c) la pérdida momentánea del teléfono celular (no poder usarlo) (Barraza, 2020, p. 33).

Para explicar el origen de este fenómeno Barraza (2020) construye, a través de un abordaje cognitivo-conductual, la

hipótesis de la concordancia situacional como generadora del miedo.

En esta hipótesis plantea que el miedo surge cuando dos condiciones objetivas que interactúan entre sí (existencia objetiva de riesgo del estímulo externo y probabilidad de inminencia de riesgo del estímulo externo) y dos condiciones subjetivas que interactúan entre sí (un mayor nivel autopercebido de indefensión personal y un menor nivel de creencias de autoeficacia) entran en una relación de concordancia situacional a través del proceso cognoscitivo denominado “valoración de riesgo” que permite evaluar la situación particular que se analiza como peligrosa.

Más allá de cómo se origina, a esta conceptualización es necesario hacerle una precisión: el miedo a perder el teléfono celular es una condición psicológica que puede estar presente o no entre los usuarios de los teléfonos celulares, sin embargo, en algunos casos el miedo no solo está presente, sino que llega a ser desproporcionado por lo que se convierte en una fobia y se le denomina Nomofobia.

En ese sentido, en su conceptualización y medición es necesario hablar de un continuo de tres niveles: 1) No hay miedo a perder el celular, 2) Existe, en diferentes grados, el miedo a perder el celular, y 3) Existe un miedo

desproporcionado a perder el celular (Nomofobia).

Esta variable, más allá de sus imprecisiones conceptuales o de medición, ha sido estudiada en función de su prevalencia (Larico, 2017; Matoza & Carballo, 2016; Sánchez, 2013; Santos, Pereira, da Silva, Pinto & de Sá, 2020) y de su relación con otras variables, como sería el caso de la ansiedad (Díaz & Extremera, 2020; Larico, 2017), el coeficiente intelectual (Torres-Salazar et al. 2018), la inteligencia emocional (Díaz & Extremera, 2020), los rasgos de personalidad (Ramírez & Vargas, 2018) y los procesos de enseñanza-aprendizaje (Noroña, 2015).

Sin embargo, en estas investigaciones se observa la ausencia de estudios comparativos o que definan un perfil sociodemográfico del miedo a perder el celular y la prevalencia de la Nomofobia.

La bondad de los estudios comparativos no ha sido aprovechada por los investigadores de la Nomofobia; una excepción a esta tendencia es el estudio de Santos, et al. (2020) que indica que las mujeres, los jóvenes y los estudiantes de los semestres más avanzados del curso son los

que presentan una mayor prevalencia. Este estudio se realizó en población estudiantil brasileña por lo que existe la necesidad de continuar realizando este tipo de estudios, sobre todo en el caso mexicano que no sido estudiado ampliamente.

Ante esta necesidad el presente estudio se propone determinar la prevalencia del miedo desproporcionado a perder el celular (Nomofobia) y la relación del miedo a perder el celular con las variables sexo, edad y principal actividad que realiza

Método

Participantes

El presente estudio de tipo correlacional, transversal y no experimental se realizó con una muestra no probabilística de 251 participantes del estado de Durango, en México, que fue determinada por la disposición a responder la encuesta. La distribución de los encuestados, según las variables de interés, se presenta en la Tabla 1. Como se muestra, destacan por su presencia mayoritaria los participantes de sexo femenino, con una edad promedio de 36 años y que trabajan como actividad principal.

Tabla 1.
Caracterización de los participantes.

Sexo	Hombre	26.3%
	Mujer	73.7%
Edad	Mínima	18 años
	Máxima	70 años
	Promedio	36 años
Actividad principal que realiza	Trabaja	60.2.%
	Estudia	33.1%
	Ni trabaja, ni estudia	6.7%

Fuente: Elaboración propia

En el formulario de google se registraron un total de 261 respuestas. Se eliminaron 10 por presentar algún valor perdido, por lo que la base final quedó constituida por 251 participantes.

Variables

En este estudio se indagan cuatro variables: 1) Miedo a perder el celular, en lo general, y Nomofobia, en lo particular, 2) Sexo, 3) Edad, y 4) Actividad principal que realiza. Siendo cada una de ellas definidas operacionalmente de la siguiente manera:

Miedo a perder el celular: media general, entre 1.59 y 5.36, obtenida por el encuestado en la Escala Barraza de Nomofobia.

Nomofobia media general, igual o mayor a 5.37, obtenida por el encuestado en la Escala Barraza de Nomofobia.

Sexo: selección del encuestado de la respuesta hombre o mujer a la pregunta referida a su sexo.

Edad: número de años escrito por el encuestado a la pregunta sobre su edad.

Actividad principal que realiza: selección del encuestado de la respuesta

trabaja, estudia o ni trabaja ni estudia a la pregunta referida a principal actividad que realiza.

Instrumento

Para la recolección de la información se utilizó la Escala Barraza de Nomofobia (Barraza, 2020) que se compone de cinco ítems que se responden mediante un escalamiento tipo Likert de seis valores donde uno es nada y seis es mucho. Este autor sostiene la necesidad de tener un número par de opciones de respuesta, contrario a la tendencia generalizada, para evitar el fenómeno de regresión a la media.

Esta escala presenta una confiabilidad en alfa de Cronbach de .88 y una confiabilidad por mitades de .89, según la fórmula de Spearman-Brown, y de .87, según la fórmula de Guttman.

El Análisis Factorial Exploratorio reporta un solo factor que explica el 62% de la varianza. El modelo de cinco ítems presenta buenos indicadores de ajuste en el Análisis Factorial Confirmatorio ($\chi^2 = 4.29$; $df = 5$; $p\text{-value} = 0.508$, $\chi^2/df = 0.85$; $RMSEA$

= 0.00; *GFI* = 0.99; *NFI* = 1.00; *NNFI* = 1.00; *AGFI* = 0.98; y *CFI* = 1.00.

En esta ocasión solamente se calculó la confiabilidad reportando el análisis realizado los siguientes valores: una confiabilidad en alfa de Cronbach de .85 y una confiabilidad por mitades de .86, según la fórmula de Spearman-Brown, y de .83, según la fórmula de Guttman. Los resultados obtenidos difieren de la aplicación original por unas cuantas centésimas.

A esta escala se le agregaron tres ítems en la sección de datos personales: sexo, edad y actividad que realiza.

Con el uso de esta escala se pueden medir los tres niveles ya mencionados: 1) La no presencia del miedo a perder el celular, 2) Los diferentes grados del miedo a perder el celular, y 3) El miedo desproporcionado a perder el celular (Nomofobia).

Procedimiento

El cuestionario se elaboró en un formulario de Google y se invitó a participar, vía mensaje de Facebook, a los contactos de los autores, así mismo se les solicitó difundieran entre sus contactos la invitación para que lo respondieran también. El primer ingreso para responder el cuestionario fue el 23 de noviembre y el último fue el 27 de noviembre del año 2020. En los días posteriores a esa fecha se descargó la base de datos en Excel que proporciona el

formulario de Google y se trasladó al programa SPSS versión 24.

Una vez que se tuvo la base de datos se decidió eliminar las respuestas que tuvieran algún valor perdido para evitar con esto la necesidad de imputarlos, siendo en total 10 los que se eliminaron quedando la base de datos final con 251 participantes. Posteriormente se calculó la media general por participante.

Ya con la base de datos completa se desarrollaron los siguientes análisis:

- Para determinar si existía normalidad en los datos se utilizó la prueba Kolmogorov-Smirnov, dando como resultado ($KS = .000$) que las variables no se distribuían de manera normal.
- En el análisis descriptivo se usaron la media descriptiva y la desviación típica estándar. Con la media general de cada participante se determinaron los niveles de miedo y la presencia de la Nomofobia, de acuerdo al baremo proporcionado por el autor de la escala.
- En el análisis correlacional con las variables sociodemográficas se utilizaron las pruebas U de Mann Whitney (variable sexo), Rho de Spearman (variable edad) y Kruskal-Wallis (nivel máximo de estudios). En todos estos análisis la regla de decisión fue $p < .05$.

En el caso del análisis correlacional, y siguiendo la recomendación del autor de la

escala, se decidió realizar este análisis con el continuo del Miedo/Nomofobia que indaga el instrumento, por lo que sus resultados se deben interpretar como miedo a perder el celular y no como Nomofobia.

Consideraciones éticas

Para el desarrollo de la investigación se desarrollaron una serie de acciones orientadas a la protección de los derechos y garantías de los participantes en la investigación (sección 8.01 de los principios éticos de la American Psychological Association, 2017).

Las acciones realizadas para tal fin fueron: el instrumento respondido en el formulario de Google tenía un carácter anónimo, además de que no se les solicitó

información que comprometiera el anonimato; así mismo, en el párrafo introductorio que sirve como presentación del instrumento se mencionaba claramente que su llenado tenía un carácter voluntario y por lo tanto ellos estaban en su derecho de responderlo o de no hacerlo.

Resultados

Los datos descriptivos, referidos a los ítems que conforman la Escala Barraza de Nomofobia, se presentan en la Tabla 2; como se puede observar el principal miedo de los participantes es que les roben el celular (ítem 3) mientras que lo que menos les genera miedo es quedarse sin carga en la batería y no tener un lugar donde cargarla de inmediato. La media general del miedo a perder el celular es de 2.83 (*SD*: 1.176),

Tabla 2
Datos descriptivos de los ítems que confirman la escala

	Media	Desviación Estándar
Ítem 1	2.25	1.251
Ítem 2	2.66	1.381
Ítem 3	3.47	1.652
Ítem 4	2.60	1.398
Ítem 5	3.16	1.654

Fuente: elaboración propia

El nivel del miedo a perder el celular de cada participante se obtuvo a partir de la media general calculada para cada uno, la cual fue interpretada con el baremo propuesto por Barraza (2020); los resultados se muestran en la Tabla 3. Como se puede observar, a pesar de ser un porcentaje muy

bajo los participantes que presentan nomofobia, el porcentaje acumulativo de los que sí manifiestan miedo a perder el celular, en cualquiera de sus niveles, supera el 80% por lo que se puede afirmar que esta condición psicológica si está presente en casi la totalidad de los participantes encuestados.

Tabla 3
Niveles de miedo a perder el celular

Niveles	Frecuencia	Porcentaje
No tiene miedo	40	15.9
Leve	94	37.5
Moderado	78	31.1
Profundo	33	13.1
Nomofobia	6	2.4
Total	251	100.0

Fuente: Elaboración propia

El análisis correlacional entre la variable miedo a perder el celular y sexo muestra que el pertenecer a uno u otro grupo de dicha variable si marca una diferencia significativa en el nivel con que se presenta el miedo a perder el celular (U de $M-W$ 5050.500, $p < .05$). A partir de este resultado se puede afirmar que son las mujeres las que con mayor intensidad sienten miedo de perder su celular.

En el caso de la variable edad el análisis realizado indica que se relaciona con el miedo a perder el celular (r_s -.232, $p < .001$) por lo que se puede afirmar que a mayor edad es menor el miedo a perder el celular.

En lo que respecta al análisis entre el miedo a perder el celular y la variable actividad principal que realiza los resultados indican que existe relación (χ^2 6.816, gl 2, $p < .05$), siendo los estudiantes los que presentan un mayor miedo a perder el celular.

Discusión de resultados

La versatilidad del teléfono celular lo convierte en un dispositivo tecnológico indispensable en esta nueva realidad aumentada; la dependencia que el ser humano ha creado a la información y comunicación inmediata y simultánea le genera la necesidad de tenerlo siempre disponible y en ese sentido es que surge el miedo a perder el celular y en algunos casos la Nomofobia.

Los estudios al respecto muestran que el miedo a perder el celular y/o la Nomofobia está presente en mayor o menor medida entre las personas encuestadas en sus respectivos estudios, sin embargo, este resultado hay que tomarlo con cautela y realizar una precisión al respecto.

Barraza (2020) deja claro que la Nomofobia es una fobia específica de carácter situacional que implica un miedo desproporcionado a perder el celular y no solamente el miedo, así llanamente, a perder el celular. Ese carácter desproporcionado, que algunos denominan irracional, es

olvidado por la mayoría de los autores cuando miden esta condición psicológica e interpretan los resultados, por lo que sería más adecuado mencionar que lo que ellos reportan es la prevalencia del miedo perder el celular y no la Nomofobia.

Bajo esa aclaración el presente estudio coincide con esas investigaciones previas (Larico, 2017; Matoza & Carballo, 2016; Sánchez, 2013; Santos, et al. 2020) en que el miedo a perder el celular es una condición psicológica presente actualmente en nuestra sociedad.

En el caso específico de la Nomofobia el presente estudio se apoya en el baremo de Barraza (2020), construido a partir la regla estadística de las dos desviaciones típicas por encima de la media, para determinar su presencia. Reportando los resultados una prevalencia de 2.4% en la población encuestada.

Por su parte, el análisis de la relación del miedo a perder el celular con las tres variables sociodemográficas de interés, indican un perfil con tres características centrales: a) las mujeres son las que presentan un mayor miedo de perder su celular, b) los jóvenes son los que reportan un mayor miedo de perder su celular, y c) los estudiantes son los que informan un mayor miedo a perder su celular.

Este perfil se corresponde totalmente con el reportado por Santos, et al. (2020)

indicando que, a pesar de haberse realizado en diferentes países, los resultados coinciden por lo que es necesario abrir una línea de investigación y elaborar hipótesis al respecto.

Cabría mencionar que las variables edad y actividad principal se traslapan ya que son los más jóvenes los que todavía están estudiando por lo que habría que analizar en posteriores estudios cuál de las dos relaciones es la real y cual la espuria.

Estos resultados, a pesar de su coincidencia con estudios previos, deben ser tomados como indicativos ya que el presente estudio presenta dos limitaciones centrales: 1.- los participantes no fueron seleccionados, ni existió un marco muestral con criterios específicos de inclusión para determinar la muestra, y 2) la investigación se desarrolló en el período de confinamiento derivado por la pandemia del COVID 19. Ambas condiciones relacionadas con los participantes pueden influir en los resultados obtenidos por lo que se sugiere continuar los estudios al respecto.

No obstante, estas limitaciones, el estudio presenta la fortaleza de tener un concepto, un instrumento de medición acorde al mismo y un baremo normativo construido para población mexicana que permite distanciarse con relativa seguridad del caos conceptual e instrumental que está presente en este campo de estudio.

A manera de cierre se recomienda seguir investigando al respecto ya que a diferencia de otras variables parece que en este caso las variables sociodemográficas o situacionales si ejercen una influencia por lo

que se puede llegar a plantear un perfil sociodemográfico del miedo a perder el celular, en lo general, o de la Nomofobia, en lo particular.

Referencias bibliográficas

- Agüero, D., Almeida, G., Espitia, M., Flores, A., & Espig, H. (2014). Uso del teléfono celular como distractor en la conducción de automóviles. *Salus*, 18(2), 27-34. Recuperado de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382014000200006&lng=es&tlng=pt.
- American Psychological Association (2017). *Ethical principles of psychologists and code of conduct*. Recuperado de: <http://www.apa.org/ethics/code/>
- Barraza, A. (2020). *Nomofobia (miedo a perder el celular). Su concepto y medición*. Buenos Aires: Autores de Argentina.
- Basogain, X., Olabe, M., Espinosa, K., Rouèche, C., & Olabe, J. C. (2007). *Realidad Aumentada en la Educación: una tecnología emergente*. Escuela Superior de Ingeniería de Bilbao, EHU, Recuperado de <http://files.mediatricos.webnode.es/200000016-a645ea73b3/realidad%20A..pdf>
- Conti, R. C., Paredes, L., González, M., Oviedo, F. E., Bogarin, J., & Torres, S. M. (2019). Consecuencias de la adicción del celular en estudiantes adolescentes de 12 a 15 años. *Revista Científica Estudios e Investigaciones*, 7, 80-81. doi:10.26885/rcei.foro.2018.80
- Díaz, N., & Extremera, N. (2020). Inteligencia emocional, adicción al smartphone y malestar psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes. *Know and Share Psychology*, 1(2), 7-13. doi:10.25115/kasp.v1i2.3195
- García, V., & Fabila, A. M. (2014). Nomofilia vs. nomofobia, irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de vida de los jóvenes. Un tema pendiente para los estudios en comunicación. *Razón y Palabra*, 86, 682-696. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199530728048>
- González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptación al español del cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) en una muestra de
- PERSPECTIVAS EN PSICOLOGÍA – Vol. 19 – Número 1 – junio/noviembre 2022 – (pp. 23-36)

- adolescentes. *Actas españolas de psiquiatría*, 45(4):137-44. Recuperado de <https://www.actaspsiquiatria.es/repositorio/19/108/ESP/19-108-ESP-137-44-401770.pdf>
- González-Rivera, J., Segura-Abreu, L., & Urbistondo-Rodríguez, V. (2018). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones*, 4(2), 81-91. doi:10.24016/2018.v4n2.117
- Larico, Y. C. (2017). Repercusión de la nomofobia y su influencia en la ansiedad de los estudiantes de la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez, Juliaca. *Revista UANCV - Revista Científica Investigación Andina*, 18(2), 282-298. <http://dx.doi.org/10.35306/rev.%20cien.%20univ..v18i2.647>
- León-Mejía, A., Calvete, E., Patino-Alonso, C., Machimbarrena, J. M., & González, J. (2021). Cuestionario de Nomofobia (NMP-Q): Estructura factorial y puntos de corte de la versión española. *Adicciones*. 33(2), 137-147. doi:10.20882/adicciones.1316
- Ling, R. (2004). Just connect, the social world of the mobile phone. *Psychology Review*, 11(2), 10-13. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/259256902_Just_connect_The_social_world_of_the_mobile_phone
- Ling, R. (2007). Children, youth and mobile communications. *Journal of Children and Media* (1)1, 60-67. doi: 10.1080 / 17482790601005173
- López, J. A. (2015). Nomofobia y su relación con baja autoestima y ansiedad en individuos jóvenes. (Tesis de maestría inédita). Universidad Autónoma de Nayarit, México. Recuperada de <http://dspace.uan.mx:8080/bitstream/123456789/1503/1/2015%20NOMOFOBIA%20Y%20SU%20RELACION%20CON%20BAJA%20AUTOESTIMA%20Y%20ANSIEDAD%20EN%20INDIVIDUOS%20JOVENES.pdf>
- Matoza, C. M., & Carballo, M. S. (2016). Nivel de nomofobia en estudiantes de medicina de Paraguay, año 2015. *Ciencia e Investigación Médico Estudiantil Latinoamericana (CIMEL)*, 21(1), 28-30. Recuperado de <https://www.cimel.felsocem.net/index.php/CIMEL/article/view/624/351>
- Noroña, J. (2015), Niveles de “nomofobia” y su influencia en los procesos de enseñanza-aprendizaje de la Universidad de Guayaquil. En C. Vázquez (coord.). *Memorias del II Congreso Binacional de Investigación, Ciencia y Tecnología de las Universidades* (pp. 305-307). Ecuador.

- Peñuela, M., Paternina, J., Moreno, D., Camacho, L. Acosta, L., & De León, L. (2014). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 30(3), 335-346. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/817/81737153008.pdf>
- Ramírez, k. M., & Vargas, I. A., (2018). *Nomofobia y rasgos de personalidad en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana*. (Tesis de grado inédita). Universidad Ricardo Palma, Perú. Recuperada de <http://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/URP/1922/1NOMOFOBIA%20Y%20RASGOS%20DE%20PERSONALIDAD%20EN%20ESTUDIANTES%20DE%20UNA%20UNIVERSIDAD%20PRIVADA%20DE%20LIMA%20METROPOLITAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ramos-Soler, I., López-Sánchez, C., & Quiles-Soler, M. C. (2017). Adaptación y validación de la escala de nomofobia de Yildirim y Correia en estudiantes españoles de la educación secundaria obligatoria. *Health and Addictions*, 17(2), 201-213. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/839/83952052019.pdf>
- Sánchez, M. R. (2013). *Nomofobia y su relación con la adicción a las redes sociales” (estudio realizado en la escuela normal privada y colegio integral sololateco del Departamento y Municipio de Sololá)* (Tesis de grado inédita). Universidad Rafael Landivar, Guatemala. Recuperada de <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/22/Sanchez-Mario.pdf>
- Santos, T., Pereira, M., da Silva, L. K., Pinto, L. M., & de Sá, L. V. (2020). Tenho celular, logo existo?”. Um estudo da nomofobia na formação de futuros gestores. *Revista de Administração Unimep*, 18(1), 91-110. Recuperado de <http://www.raunimep.com.br/ojs/index.php/rau/article/view/1447/834>
- Söderqvist, F., Carlberg Il, M., & Harde, L. (2009). Mobile and cordless telephones, serum transthyretin and the blood-cerebrospinal fluid barrier: a cross-sectional study. *Environmental Healt* (8)19, 1-12. doi: 10.1186/1476-069X-8-19
- Thomé, S., Härenstam, A., & Hagberg, M. (2011). Mobile phone use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults-a prospective cohort study. *BMC Public Health*, 11(66), 1-11. doi: 10.1186/1471-2458-11-66
- Torres-Salazar, Q., Ramírez-Gurrola, A., Castañón-Alvarado, M., Aroña-Campos, A., Betancourt-Araujo, A., Carrillo-Cisneros, M. F. ... Carrillo, B. (2018). Asociación entre nomofobia e indicadores de inteligencia en estudiantes de educación superior, *Revista Internacional de Investigación en Adicciones*, 4(2),19-24. doi: 10.28931/riiad.2018.2.03

Waard, D., Edlinger, K., & Brookhuis, K. (2011). Effects of listening to music, and of using a handheld and handsfree telephone on cycling behaviour. *Transportation Research, 14* (6): 626-637. doi: 10.1016 / j.trf.2011.07.001

Fecha Recepción: 04-05-2021

Fecha Aceptación: 17-03-2022