



TESIS O PROYECTO DE CREACIÓN

APROBADO COMO REQUISITO PARCIAL DEL
PROGRAMA DE ESTUDIOS DE HONOR

COMITÉ DE TESIS O
PROYECTO DE CREACIÓN

NOMBRE

FIRMA

Mentor

Otomie Vale Nieves, Ph.D.

Director de Estudios

Mayra Vélez Serrano, Ph.D.

Lector

Ruth V. Nina-Estrella, Ph.D.

Lector

Samuel Colón de la Rosa, Ph.D.

Lector

Visto Bueno

Elaine Alfonso Cabiya, Ed.D.

Director PREH o su Representante

10 de diciembre de 2020

Fecha

**Las implicaciones psicológicas del uso del celular en los/las jóvenes universitarios de la
UPRRP**

Marleana M Rolón Sanfeliz

Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras

Programa de Estudios de Honor

27 de noviembre de 2020

Nota de la autora:

Este documento es uno de los requisitos del curso PREH: 4900-011: Estudios Individualizados del Programa de Estudios de Honor.

La autora de este documento estudia un bachillerato en artes en ciencias sociales con concentración en psicología. Este trabajo fue realizado con el apoyo del siguiente comité: Otomie Vale Nieves PhD (mentora), Mayra Vélez Serrano PhD (directora de estudios de la facultad de ciencias sociales), Ruth Nina-Estrella PhD (lectora) y Samuel Colón De La Rosa PhD (lector).

Tabla de contenido

Lista de tablas.....	4
Lista de apéndices.....	5
Resumen.....	6
Capítulo I: Planteamiento de problema.....	7
Justificación.....	10
Objetivos y preguntas de investigación.....	11
Revisión de Literatura.....	13
La comunicación	13
Celular.....	15
Implicaciones positivas y negativas.....	18
Capítulo II: Marco teórico.....	37
Capítulo III: Metodología.....	39
Método.....	39
Participantes.....	40
Procedimiento/Diseño.....	41
Instrumento.....	42
Análisis de datos.....	43
Capítulo IV: Resultados.....	45
Capítulo V: Discusión.....	75
Conclusión.....	96
Limitaciones.....	98
Recomendaciones.....	99

Referencias.....100

Apéndices.....107



Lista de tablas

Tabla 1. Resultados del cuestionario sociodemográfico

Tabla 2. Categorías y subcategorías utilizadas para el análisis de contenido

Tabla 3. Usos del celular



Lista de Apéndices

Apéndice A: Aprobación CIPSHI

Apéndice B: Hoja de Consentimiento

Apéndice C: Promoción de la investigación

Apéndice D: Preguntas guías entrevista semiestructurada

Apéndice E: Cuestionario Socio demográfico

Apéndice F: Certificados CITI

Apéndice G: Análisis de contenido



Resumen

En el presente trabajo describo y analizo las implicaciones psicológicas del uso del celular en jóvenes universitarios/as de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Este se enfoca en explorar los efectos psicológicos indirectos y directos del uso del móvil en estos/as jóvenes, incorporando así la dimensión de los sentimientos provocados por el mismo. En adición, evalué si existe una diferencia en cuanto a género sobre su uso. La muestra consistió de seis participantes, tres mujeres y tres hombres. Utilicé una metodología cualitativa, incorporando entrevistas semiestructuradas, con la técnica de análisis de contenido. Entre los resultados de la investigación se destaca los diversos efectos del uso del celular, sus aspectos positivos y negativos, así como los diversos sentimientos que provocan su uso. Uno de los resultados más destacables fue que, para esta generación, el celular ha sido una herramienta que se ha ido desarrollando con ellos. Esto se constata por la multiplicidad de usos, la costumbre y la necesidad de tenerlo consigo, así como su incorporación a la vida cotidiana. Estos hallazgos sugieren que el celular es parte de su normalidad.

Palabras clave: Uso del celular, jóvenes universitarios, implicaciones, integración, sentimientos.

Capítulo I

Planteamiento de Problema

La manera en la que nos comunicamos y nos relacionamos se ha ido transformando con el tiempo. Según Molina et al. (2015) la comunicación es el mecanismo por medio del cual existen y se desarrollan las relaciones humanas, es decir, todos los símbolos de la mente junto con los medios para transmitirlos. Molina et al. (2015) mencionan que el proceso de creación, búsqueda y obtención de información es un medio importante para el individuo expresar sus ideas, pensamientos y sentimientos. La manera en que este proceso se lleva a cabo, se ha ido modificando con la llegada de la tecnología digital. Las tecnologías de información y comunicación (TIC) consisten en un conjunto de herramientas electrónicas utilizadas para la recogida, almacenamiento, tratamiento y transmisión de la información. Es decir, nos permiten tener y adquirir información, al igual que comunicarnos y enviar mensajes. Es con la llegada de esta herramienta que se abre paso al desarrollo de múltiples medios de comunicación digitales. La cuarta revolución industrial trajo consigo un dispositivo sumamente revolucionario, conocido como el celular o el *Smartphone* (Xu et al., 2018).

El uso del celular no se visualizaba inicialmente como un objeto de estudio. No es hasta que llega el internet que el equipo comienza a multiplicarse y a convertirse en una posesión básica para cada persona (Peñuela et al., 2014). Es a partir de ese momento cuando se le comienza a abordar desde una lógica investigativa, debido al efecto que su uso estaba teniendo en la sociedad. El internet ha provocado muchos cambios, dentro de los cuales se destaca la globalización (Herrera-Mendoza et al., 2017). La globalización ha abierto las puertas al desarrollo económico, tecnológico, científico, pero más importante ha provocado un cambio en las actividades, relaciones y conductas del ser humano. Los celulares “han pasado a convertirse

en un artículo necesario en la vida de los individuos, y la internet se ha implantado completamente en el quehacer diario a través de la variedad de servicios e información” (Herrera-Mendoza et al., 2017, p.93). Distintas poblaciones y generaciones se involucran en el uso de esta nueva tecnología. Sin embargo, cabe destacar que, por observación propia y conversación entre pares, se puede entender que los/as jóvenes son el sector que más se apropia de estas novedades tecnológicas, ya que crecieron con ella.

Debido el auge que ha tenido el celular en la vida cotidiana y su constante integración a nuestro día a día, este tiene una gran influencia en el desarrollo y comportamiento del individuo. Muchas investigaciones señalan que un alto porcentaje de personas poseen un celular o un “Smartphone”, lo cual confirma la fácil accesibilidad y presencia de este. En el caso de los Estados Unidos, el 96% de su población posee un celular; de los cuales un 81% son “smartphones” (Pew Research Center, 2019). Este mismo estudio informa que, en el caso de los/as estudiantes universitarios/as, un 98% tiene un celular. Se mostró, además, una comparación entre el uso del equipo por generaciones. Se encontró que los jóvenes entre las edades 18-29 son mas dependientes al móvil (Pew Research Center, 2019). Inclusive, varios estudios indican que el tiempo promedio de uso diario del celular ronda entre 6 a 8 horas (Peñuela, 2014). En el caso de Puerto Rico, el Instituto de Estadísticas en Puerto Rico estableció que en el 2019 hubo un total de 3,356,805 líneas inalámbricas; hecho que al evaluar la población se entiende que hay mayor cantidad de celulares que personas. Además, establecen que el 98% de las personas de 18-34 años tienen un teléfono celular. (Instituto de Estadísticas en Puerto Rico, 2019). Los participantes de este estudio están dentro de esta estadística, ya que son jóvenes universitarios.

Considerando la gran cantidad de personas que hacen uso de éste y el tiempo que invierten, se ha abierto un nuevo campo de investigación que intenta dar cuenta de los efectos de su uso en la vida cotidiana y en los procesos psicológicos de quienes lo usan (Figuroa, 2012, 2017, 2019), Morales (2018), Vale, Maldonado y Wagner (2015), Vale, Maldonado y Jiménez (en prensa). Dentro de las repercusiones del uso del equipo, se encuentran factores como: búsqueda de satisfacción constante, necesidad de validación, autoestima, pérdida en habilidades sociales con el otro y evitación de interacción (Gutiérrez, 2020). Se ha descubierto que las personas experimentan sentimientos de estrés y ansiedad al removerles los celulares, mejor conocido como “Nomophobia” (NOMO), al igual que se comparte la expresión de que “no pueden vivir sin él” (Elhai, Levine & Dvorak. 2016). Otros estudios demuestran que el uso del celular produce comparación social constante, sentimiento de soledad, FOMO (Fear of Missing out) y la creación de una cierta dependencia al mismo.

Vale destacar que gran parte de los estudios que he revisado le adscriben una connotación negativa al uso del *smartphone*. No obstante, hay una pequeña cantidad que presenta efectos positivos como lo es el argumento de que estas tecnologías promueven y aumentan las interacciones sociales (Figuroa, 2012). Otros hallazgos, presentan el uso del celular con propósitos de comunicación con el otro para la disminución de la ansiedad social, ya que permite evitar aspectos que temen (Pierce, 2009). De igual forma, la herramienta puede ser utilizada para ayudar en el aumento de seguridad en comunicaciones con el otro. Se comenta, además, cómo el mismo es utilizado como técnica para regular emociones negativas (Elhai, Levine & Dvorak, 2016). Otros aspectos positivos que he observado a mi alrededor y que he obtenido a través de conversaciones con pares son las siguientes: se entiende que esta tecnología ha aportado a la socialización en cualquier momento y lugar, nos une a quienes tenemos lejos, al igual que nos

brinda la oportunidad de la globalización, el conocer y comunicarnos con otras partes del mundo. Además, a través de estos, se obtiene una gratificación constante (redes sociales), nos facilita situaciones del día a día, y nos permite estar siempre accesibles.

Justificación

Tomando en cuenta lo hallado, no cabe duda de que el celular de una manera u otra influye en nuestro comportamiento. Esta tecnología ha pasado a ser normalizada e inclusive se ve como una necesidad. Como he reseñado previamente, la literatura demuestra que la misma incide de una manera u otra en el ser humano. Sin embargo, en el momento de referirse al efecto psicológico en la persona, gran parte de los estudios le atribuyen uno negativo. Es por esto que, en esta investigación, pretendo conocer las implicaciones psicológicas tanto negativas como positivas del uso del celular en los/as jóvenes universitarios. El tema del celular, su uso, sus efectos, entre otras materias han sido trabajadas previamente por diferentes investigadores de múltiples maneras en Puerto Rico. No obstante, esta investigación será característica en la medida en que se estaría trabajando la dimensión psicológica generada por el equipo en particular sobre los estudiantes de la Universidad de Puerto Rico.

Además, a través de esta investigación, busco entender y conocer los motivos, el significado y el sentir de los/as jóvenes universitarios/as puertorriqueños/as con el uso del celular. Al igual que conocer (de haber una) si hay diferencia sobre lo mencionado entre géneros. Curiosidad despertada mientras llevaba a cabo la revisión de literatura. Esto lo hice mediante entrevistas que me permitieron analizar las implicaciones psicológicas positivas y negativas del uso de esta herramienta. Es decir, los sentimientos, perspectivas y efectos generados por este aparato. Entiendo que esta investigación es importante por el hecho de que explora la relación del joven universitario con el fenómeno del uso del celular, entendiéndose la misma como una

que es importante y significativa para esta generación. Su valor también consiste en que es un estudio que explora áreas no estudiadas hasta el momento ya que permite explorar e indagar en los aspectos positivos sobre el fenómeno, al igual que brinda ese espacio de que los universitarios/as exploren, reflexionen y sean escuchados. Considero importante, además, que este estudio es relevante para la disciplina de la psicología, ya que muestra la realidad y el sentir de estos/as estudiantes en cuanto al uso del celular. Los resultados pueden contribuir al conocimiento sobre este tema en la medida en que muestra muchas conductas, pensamientos, perspectivas e ideas sobre el impacto que está teniendo el móvil en ellos/as. Además, integrando inclusive aspectos que tienden a ser difíciles de acceder en otro tipo de estudios como lo son los sentimientos y vínculos con el celular.

Por otro lado, el estudio ayuda a generar conocimiento local con la particularidad de que su enfoque es en estudiantes del sistema de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Hecho, además, que ayudará a aportar información para futuras investigaciones. En la parte social el estudio brinda la oportunidad de ver cómo un equipo tecnológico influye en la conducta humana. Además, aporta al debate respecto a los posibles controles sobre la persona de dicha tecnología y las ventajas que pueda brindar a nivel social. En cuanto a la parte psicológica, información recolectada permite un análisis sobre la postura de los/as participantes con respecto al uso del móvil y sus influencias. Por último, en la parte personal, estaría indagando sobre un tema que he observado grandemente en mis alrededores, ya sea en mi ambiente personal, familiar y educativo.

Objetivos y preguntas de investigación

El primer objetivo de mi investigación es explorar los efectos psicológicos directos o indirectos del uso del celular en estudiantes universitarios/as. En este abordaje de la

investigación pretendo dar una voz a los sujetos para que sean estos/as quienes describan su sentir con relación al uso de esta tecnología. También, potenciará que analicen/reflexionen sobre las razones de uso, sus repercusiones, beneficios y obstáculos. Otro objetivo es conocer si existen algunas diferencias en cuanto a su uso por género. Dicho esto, las preguntas de mi investigación son las siguientes: ¿Cuáles son las implicaciones psicológicas positivas y negativas del uso del celular en los/as estudiantes universitarios/as de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras? Y, ¿qué diferencias, si alguna, hay entre género en cuanto al uso del celular?



Revisión de Literatura

La comunicación

La comunicación ha sido un concepto definido de múltiples maneras con el pasar del tiempo. La misma, tal y como lo establece Arias et.al (2011), es una de las necesidades inherentes del ser humano responsable de desarrollar las relaciones humanas. Se reconoce, además, que la comunicación ha sido importante en la evolución y el desarrollo del ser humano. El ser humano es expuesto y participa de dicho proceso desde el momento en que nace, hasta el momento en que muere. La especie, desde sus inicios, tiene la necesidad de comunicarse con los demás. Esto es una experiencia en común a todas las culturas y épocas de la historia de la humanidad (Cornejo & Tapia, 2011). A través del mensaje, organizan los símbolos de la mente y buscan los medios para lograr transferir, expresar sus ideas, sentimientos y pensamientos. Debido a su gran importancia, Molina et. al (2015) mencionan que el ser humano ha visto la necesidad de crear nuevos medios para mejorar en este campo; "...es por este motivo que se han actualizado los conocimientos tecnológicos para inventar, innovar y perfeccionar diversos medios para progresar en el ambiente de la comunicación" (p.2).

La tecnología nos ha dado la oportunidad de comunicarnos de múltiples maneras. Al hablar sobre tecnología, me refiero a estas herramientas desarrolladas para la facilitación o cumplimiento de un proceso. En este caso, para la transmisión de un mensaje. Si miramos la transformación de las diferentes formas de comunicarnos, podríamos partir desde la escritura cuneiforme seguido por los jeroglíficos, hasta la escritura y la caligrafía (Arias et. al 2011). La comunicación se suele dividir en cuatro fases. Según Vázquez (2014) la primera es conocida como la Mnemónica (de memoria) esta consistía en la utilización de objetos reales para la

transmisión de datos o mensajes entre personas con mucha distancia. Como sostiene Vázquez, (2014):

“Estos objetos exteriorizaban, pues, la alegría, la voluntad, la medida y el recuerdo” de un evento específico. La segunda fase lo fue: la era pictórica, en la cual la comunicación se transmite mediante la pintura y la representación de objetos. La misma abre paso a la próxima fase conocida como la ideográfica, la cual “resulta de una asociación de símbolos pictográficos con objetos e ideas.” (Vázquez, 2014, p.5)

Es en esta tercera fase en donde surge una inclinación de los signos como representación de ideas para convertirse luego en “una plasmación cada vez más simbólica que abocaría en el sino alfabético, en la escritura.” (Vázquez, 2014, p.6). Finalmente, la cuarta fase consistió en la fonética. Esta se forma al establecer la representación de un sonido acorde con el signo. Es aquí cuando surge el alfabeto y la escritura (Vázquez, 2014). Partiendo de esto, entiendo, que es con la necesidad de unir y expresar estas ideas, pensamientos y aspiraciones que nacen los nuevos medios de comunicación. Como parte de este proceso surgen tecnologías como la imprenta, el telégrafo, la clave morse, el teléfono, la radio, el televisor y otros medios para facilitar la comunicación entre las personas que están a largas distancias y la comunicación a grandes cantidades de personas.

Un fenómeno que revolucionó grandemente las comunicaciones, lo fue el internet. Según establece Álvarez y Rodríguez (2012), el internet ha dado paso al surgimiento de varios espacios virtuales que incentivan la acción comunicativa de las personas por medio de espacios de libre expresión, sociabilidad y lo económico. Cornejo y Tapia (2011) también enfatizan que el internet ha sido una de las piezas claves en este proceso de creación de estos nuevos medios de comunicación. La estructura de comunicación de estos nuevos medios, se llevan a cabo a través

del internet y definen el nuevo espacio de comunicación, diferenciando el mismo de los procesos de comunicación de masas, por su carácter multimedia, ya que el mensaje es susceptible de ser construido y transmitido mediante texto, imagen o sonido. Se conoce por su capacidad de actualización, en donde el mensaje puede alcanzar instantaneidad, flexibilizando parámetros temporales. Al igual que se destaca la interactividad, con la cual los usuarios pueden comunicarse con el medio y con otros usuarios (Cornejo & Tapia, 2011). Molina et. Al (2015) mencionan que dentro de los aspectos positivos que trae la red como medio de comunicación se ve que:

se desinhibe la expresión de ideas y fomenta la sociabilidad, permite una participación activa y fluida, dando con ellos resultados positivos al propiciar, entre otras cosas, que muchas personas que en el plano físico fueron ignoradas o discriminadas tengan ahora un mejor contacto con los demás y se puedan vincular a redes comunitarias virtuales. (p.3)

En otras palabras, la comunicación ha ido transformándose con el tiempo debido a varios factores como la necesidad, beneficencia, la época histórica y búsqueda de facilitación. Esto abre paso a que se cree lo que conocemos hoy día como el celular.

Celular

Este dispositivo tuvo su origen en el año 1973, cuando Martin Cooper creó el primer radioteléfono capaz de enviar la voz a través de una radio frecuencia sin la utilización de cables, imitando la transmisión de ondas de radio (Peñuela et al., 2014, p. 336). No obstante, no fue hasta el 1979 que la telefonía celular introdujo la nueva opción inalámbrica y dinámica para los usuarios. Aunque estos dispositivos se vieron como un medio capaz de modificar la manera de comunicarnos, no se interpretó como uno de suma importancia para el mundo investigativo en el inicio, por el hecho de que no afectaba a una gran cantidad de personas. La razón detrás de esto

lo fue que en el momento en que el dispositivo sale al mercado, al ser uno nuevo el costo de este era sumamente elevado. Por ende, este era un recurso no muy accesible para la gran parte de la población, por lo cual continuaban la utilización del modelo previo de comunicación. (Peñuela et al., 2014). Esto cambia en el 1997, año en el que aparecen los “smartphones”; los mismos eran considerados teléfonos móviles inteligentes con la capacidad de enviar mensajes de texto, acceder a internet, acceso a redes sociales, música, videos, chats, correos electrónicos y aplicaciones (Peñuela et. Al., 2014, p. 336).

Desde la llegada de estos equipos, su crecimiento evidentemente ha sido de manera exponencial. El celular pasó a ser un instrumento de uso cotidiano, lo cual lo diferenció de los otros medios. En otras palabras, se naturaliza su uso. Peñuela et. Al (2014), mencionan que este gran auge ha llevado a los/as investigadores/as a evaluar y mostrar más interés hacia este fenómeno. Estas tecnologías afectan nuestra manera de ver al mundo, nuestra manera de comunicarnos, relacionarnos, educarnos, entre otras áreas. Ruelas (2015) establece que:

Ningún artefacto de comunicación había diseminado con tanta rapidez, ni había inducido en tan poco tiempo efectos múltiples en las relaciones humanas, el comportamiento público, la modificación de los conceptos de espacio público y privado, así como reacciones ambivalentes en los usuarios. (p. 144)

Con su entrada, el mundo se ha reducido, las distancias se han acortado, los países más lejanos son próximos gracias a las comunicaciones, se ha permitido el paso a los espacios virtuales de socialización y se ha reducido los espacios presenciales (Peñuela, 2014, p. 337). A mayor utilización de estos dispositivos, se han creado unos cambios comportamentales en los individuos. Estos cambios van más ligados a su manera de relacionarse con el otro individuo (Tapia, 2016).

Con el uso del celular se comienza a intercambiar información, sin estar físicamente presente (Bayman, 2010). Esto nos lleva a una reorganización social y cultural, ya que hay un proceso de adaptación para la integración de estas nuevas tecnologías. Existe actualmente una fuerte copresencia entre la tecnología y el ser humano. Dicho esto, dentro de los cambios que se pueden apreciar se encuentra el darle prioridad a la conectividad sobre la movilidad (Ruelas, 2015). Si bien el teléfono celular se ve como un instrumento de comunicación global, la mayoría de sus usos son locales, destacándose todo lo que tiene que ver con las relaciones interpersonales. El uso masivo del celular no cancela el espacio o medio previamente utilizado sino que crea uno que es local y global al mismo tiempo (Figueroa, 2017). La tecnología del internet y del celular, ha llevado a las personas a cambiar su vida diaria y su manera de relacionarse y vincularse. Al igual que el internet está influyendo en gran medida como los ciudadanos consumen e intercambian contenidos y realizan procesos transaccionales, la comunicación con el entorno de amigos, conocidos y familiares también está en proceso de profundo cambio (Cáceres, et. al 2009).

Si evaluamos el uso del celular actualmente, se puede encontrar varios estudios en donde mencionan que la gran mayoría de las personas cuentan con un dispositivo, el cual utilizan diariamente para todos los aspectos de su vida. Según Jankovic et.al (2016) el uso aproximado del celular por los estudiantes en Serbia es de aproximadamente ocho horas con 34 minutos por día. En el escenario de Puerto Rico es bastante similar, tomando en cuenta que según el Negociado de Telecomunicaciones en Puerto Rico (2020), sus estadísticas muestran que el total de líneas telefónicas en la isla es de 4,185,079; de las cuales 3,472,114 son líneas inalámbricas. Al tomar en consideración que la isla cuenta con alrededor de tres millones de habitantes, se entiende que casi toda la población cuenta con un celular. González-Rivera et al. (2018),

mencionan que los teléfonos inteligentes ya no son una mera herramienta de comunicación, si no que han pasado a ser una necesidad en la vida cotidiana. Las personas se identifican y le atribuyen un gran valor al equipo. Inclusive, se ve el móvil como una extensión de su cuerpo tal y como lo destaca Figueroa (2012) en una investigación en la cual hace una metáfora entre el humano y la tecnología con el “cyborg”, ya que la tecnología nos habita y forma parte de nosotros. Teniendo en cuenta la incorporación de este medio a la vida diaria, se le empieza a dar una mirada particular en el campo investigativo en el cual se estudian varios factores como: su uso, sentimientos provocados, aspectos positivos y negativos, impacto en la autoimagen, entre otros temas.

Implicaciones positivas y negativas

En la medida en que el uso del celular se ha ido naturalizando y formando parte de nuestra vida diaria, es importante indagar sobre las implicaciones tanto positivas como negativas que tiene su uso. A continuación, presento múltiples estudios de los cuales se recopilan muchas de las implicaciones generadas por el móvil. Besoli, et al., (2018) llevaron a cabo una investigación en la cual tenían como objetivo estudiar los usos, riesgos y beneficios del uso del celular en padres, niños y adolescentes. El mismo le da mayor énfasis al uso por parte de los menores y analizan las creencias de los padres con respecto a la tecnología. Este estudio se llevó a cabo en la Universidad Autónoma de Barcelona. El mismo contó con la participación de 63 padres y 411 estudiantes de primaria, secundaria y bachillerato. Este se dividió en dos partes. En la primera se utilizó un método cuantitativo en el cual, de manera inicial, reunieron a los adultos para solicitarles -a través de consultas- datos relacionados con la frecuencia del uso del equipo y el tiempo de uso tanto de ellos como de sus hijos. Las mismas se obtuvieron a través de una escala Likert y un cuestionario *ad hoc* con respecto a las consecuencias de uso. Los resultados

presentan que los usos del móvil consisten en: 1. Comunicativos (llamadas de voz, videoconferencia, mensajería instantánea, redes sociales y fotografías); 2. Usos recreativos (juegos, multimedia, descargas y música); 3. Usos prácticos (consultas web, compras y tareas administrativas). Se establece que los padres hacen un uso “más comunicativo que ocioso” (p.33), mientras que el del niño va más inclinado al juego.

Los autores comentan, además, que el celular se va normalizando mientras crecemos: “a medida que aumenta la edad su uso se vuelve más pragmático y menos lúdico.” (Besoli, et. Al, 2018 p.33). Los resultados generales de este primer estudio muestran que los adultos están conscientes de las utilidades y beneficios que pueden obtener del celular, no obstante, están seguros de que el equipo conlleva unos riesgos para los menores, ya que aún no tienen control sobre sus impulsos “...y son fácilmente influenciados por el entorno y los demás” (p.33). En la segunda parte del estudio se obtuvo la perspectiva de jóvenes de 9-18 años sobre los usos y creencias. La misma consistió en una muestra de 411 estudiantes. Para esto, se administraron tres cuestionarios; uno que relaciona las creencias de los adultos sobre el uso que los menores pueden hacer del móvil; el segundo, el cuestionario de experiencias relacionadas con el móvil (CERM) encargado de medir el uso problemático y, por último, La Escala de Satisfacción con la vida desarrollada por Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985). Al hacer la comparación y análisis de ambos estudios se obtienen varios hallazgos.

Los resultados establecen que el uso de “smartphone” de los adultos y de los adolescentes es similar. En estos predomina el uso práctico, recreativo y los potenciales beneficios. Las aplicaciones más utilizadas lo son: la mensajería instantánea, redes sociales, la cámara de fotos, la música, películas y videojuegos (Besoli, et al., 2018). Se menciona además que el tiempo y la frecuencia de uso por parte de los adultos y los adolescentes es similar. Los autores hallaron que

hay un incremento progresivo con el tiempo de uso por parte de los jóvenes. A diferencia de los adultos, los menores utilizan esta tecnología mayormente para propósitos lúdicos, no obstante, se hace la observación de que están poco a poco entrando a la parte comunicativa del proceso. Es decir, los jóvenes están integrando la tecnología gradualmente en sus hábitos de vida con un propósito positivo: el comunicarse y socializar, contrario a la imagen que tenían los adultos de que solo era con fin de entretenimiento. No obstante, los investigadores comentan que la falta de madurez para gestionar contenidos adultos puede traer como consecuencia actitudes y conductas inapropiadas e incluso llevarlos a experimentar un malestar psicológico, por lo cual se destaca el rol importante de los padres en promover un uso saludable y correcto del equipo.

Al evaluar el uso problemático del celular, Besoli, et. al (2018) hallan que un 15% de los estudiantes pueden ser clasificados como de un riesgo elevado. Esto se obtuvo al buscar la correlación entre los hallazgos de los cuestionarios, en los cuales se pudo ver el uso problemático del celular y el bienestar se correlacionan negativamente. El uso va atado a todo lo que envuelve mensajería instantánea, redes sociales y el uso lúdico o evasivo de escuchar música como mecanismo evitación. Los autores elaboran que este uso excesivo puede ser derivado de una insatisfacción previa con la vida, lo cual podría explicar la necesidad de búsqueda de contacto social y dependencia con el grupo de iguales para aliviar este malestar. Se menciona, además, que los individuos que usan de manera abusiva el teléfono están menos satisfechos con la vida, no obstante, estos no son la mayoría en el estudio. Aun habiendo dicho esto, los autores hacen mención y reconocen que es importante entender que el celular tiene múltiples usos, por ende, se debe tener esto en cuenta a la hora de determinar si se está haciendo un uso problemático del mismo. Es decir, se debe entender la capacidad de multifuncionalidades que brinda el Smartphone antes de asumir una actitud desfavorable sobre el mismo en cuanto a su uso.

En general, se puede apreciar cómo los hallazgos del estudio revelan que las visiones positivas y negativas sobre el uso del celular aparecen de forma balanceada. Es decir, ninguna prevalece sobre la otra. Lo más que predomina es que sus usos principales son comunicativos, prácticos y recreativos. El celular se ve como un aparato con un uso que va incrementando a medida que pasa el tiempo. Se enfatiza que el mismo cambia de un uso placentero a uno mayormente comunicativo. Dentro de esta comunicación podríamos destacar como positivo el hecho de que el equipo sirva como una forma de interacción social que promueve el mantenimiento de relaciones sociales. Lo cual, a su vez, puede generar en el individuo algún tipo de satisfacción tanto con sí mismo que con los que tiene a su alrededor. Esto se puede apreciar cuando se comenta que una de las posibilidades por las cuales utilizan el móvil de manera “excesiva” es por el hecho de que hay una búsqueda de contacto social, cosa que el equipo es capaz de proveer. En apoyo al argumento, creo que es importante destacar que se reconoce que el móvil esta ayudando a los niños y jóvenes a pasar de un uso lúdico a un uso comunicativo. (las redes sociales reciben un gran crédito por esto) (Besoli, et al., 2018). En la parte negativa se destaca el uso excesivo del mismo y las posibles consecuencias tales como conductas inapropiadas y consecuencias psicológicas por su falta de control en los jóvenes. No obstante, una limitación observada del estudio es que el mismo no abunda sobre los datos recogidos, ya que se obtiene las perspectivas generalizadas de la muestra estudiada (en cuanto a uso, riesgos y beneficios) pero no se les da la oportunidad de abundar y explicar el por qué de los mismos.

Otro estudio, llevado a cabo por Joshua K. Vlahakis (2018) se propuso como objetivo conocer hasta qué punto el uso del celular y las redes sociales se relacionan con la salud y el bienestar de los estudiantes subgraduados de la Universidad de Massachusetts de Estados Unidos. Al hablar de salud, consideran tres tipos: física, mental y social. El método utilizado fue

uno cuantitativo, en el cual se aplicó un cuestionario y se utilizaron varias escalas en línea, mediante las cuales se medían variables como actitudes, percepciones, preferencias, apoyo social, salud social (Medical outcomes study social support survey), salud psicológica (General Well-Being Scale), salud biológica (Form 20 Health Survey) y autoestima (escala de Rosenberg). La misma contó con una muestra de 200 estudiantes; un 59.5% hombres y un 43.5% mujeres. En los resultados se menciona que, de la muestra obtenida, el 96.5% tiene un celular, de los cuales 99.5% es un teléfono inteligente (Vlahakis, 2018, p.17). Se señala, además, que un 83.2% utilizan redes sociales, de los cuales un 27.1% indican que no pueden estar más de una hora sin verificarlas (Vlahakis, 2018, p.17). Estos resultados muestran el gran uso y apego que hay con estos dispositivos.

Otro factor evaluado por Vlahakis (2018), lo es la relación entre la autoestima y el uso del celular. Estos encontraron que existe una relación estadísticamente fuerte y negativa entre pasar horas sin usar el celular y el pensar que “no son buenos para nada” (p.18). Los resultados muestran una relación negativa entre las horas sin usar el celular y el sentimiento de inutilidad, es decir, mientras más tiempo uno pase sin usar el celular, hay menos probabilidad de que se sienta inútil. Por otro lado, hay una relación significativa positiva entre la frecuencia del uso del celular y el sentimiento de inutilidad. Esto significa que mientras más tiempo un participante utilice su celular, más probabilidad tendrá en sentirse inútil en ocasiones. Al examinar la salud social se encontró una relación estadísticamente significativa entre la frecuencia del uso del celular y el sentimiento de un familiar o relación importante estar listo para ayudar en caso de necesidad. Es decir, mientras el uso del celular aumenta, los sentimientos de tener una persona especial alrededor de ellos en caso de necesitarlos incrementan. El sentimiento de que hay una

persona con la que te puedes unir y relajarte se ve agrandado. Otro elemento evaluado lo fue la relación de la salud física y el uso del celular, sin embargo, no se identificó relación.

En la sección del uso de celular y la salud mental, Vlahakis (2018) trae un elemento importante, este es la relación del uso del equipo y el sentimiento de felicidad. Se menciona que existe una relación significativa entre el aumento del tiempo que uno pasa sin usar el móvil y el aumento de los sentimientos de felicidad. Además, se encontró una relación fuerte entre la frecuencia del uso del celular y los sentimientos de nerviosismo, ansiedad, desánimo y depresión. Es decir, mientras el uso del equipo aumenta, los sentimientos previamente mencionados también. Otro factor evaluado lo fue la relación entre la procrastinación y la autoestima. Encontraron que mientras aumenta la procrastinación usando las redes sociales, los sentimientos de que uno es inútil y un fracaso aumentan. Se comenta además la influencia de las redes sociales en el bienestar mental de los individuos, identificándose una relación positiva entre la frecuencia de hacer una publicación por día y sentirse desanimado/depresivo en el mes pasado.

En la discusión se trae a colación la reflexión sobre cómo la gran mayoría de las personas tienen acceso a un celular y cómo se utiliza para todo lo que hacemos en nuestro día. Partiendo de estos hallazgos se sugiere que el celular y las redes sociales se asocian de manera negativa con la autoestima y con la salud mental. Se trae el argumento de que una de las razones por las cuales se utilizan las redes sociales y el celular es para sentirse en la presencia de otros, ya que por medio de ellas uno siempre tiene a quién contactar. No obstante, se comenta que esto puede quitar la oportunidad de reflexionar y realizar una introspección cuando es necesario (Vlakis, 2018, p.31). Vlahakis (2018) comenta que a esos que están conectados frecuentemente se les dificulta el poder tener acceso a sus propios sentimientos. Esto mismo ocurre con la autoestima; mientras se aumenta la frecuencia de estar conectados, se disminuye la comunicación en persona,

trayendo como consecuencia el sentimiento de conexiones emocionales débiles con otras personas (Vlahakis, 2018). Con esto se hace una reflexión sobre la importancia de usar la tecnología correctamente y con moderación, ya que la misma puede influir de diversas formas en las personas.

Los hallazgos de esta investigación reflejan una tendencia mayormente negativa con respecto al uso del celular. Se recopila que este tiene unas implicaciones principalmente desfavorables en el individuo y su salud. Se establece que la utilización de este equipo influye en los sentimientos y en los pensamientos de las personas. En especial, los relacionados a la ansiedad, depresión, felicidad, utilidad, desánimo, entre muchos otros. No obstante, me gustaría destacar que uno de los hallazgos menciona que el dispositivo provoca el sentimiento de tener a una persona especial alrededor, es decir sentir la presencia del otro. Hecho que veo como positivo, ya que ante todos los sentimientos provocados, este es uno que induce un bienestar y tranquilidad en el individuo. Además, refuerza la capacidad de comunicación a través del dispositivo y su fácil accesibilidad. Ciertamente, esto me lleva a reconocer que una de las limitaciones de este estudio es que al ser uno cuantitativo, nuevamente no permite a los individuos abordar y explicar estos sentimientos y pensamientos.

Por otro lado, Park et al. (2016) hacen un estudio similar en una Universidad Pública en el sureste de los Estados Unidos, la cual no fue identificada. En esta se examinan las motivaciones de uso, los patrones y las consecuencias psicológicas del uso del celular, específicamente explicar la integración de estos tres conceptos. Es por esto que se presenta como objetivo comprender cómo las motivaciones para usar el celular para enviar mensajes de texto, están asociadas con los patrones de uso; evaluando a su vez, cómo estos patrones influyen en los resultados psicológicos. Las variables psicológicas examinadas fueron: intimidad, satisfacción en

la relación y la soledad. El método utilizado fue uno cuantitativo. El instrumento utilizado fue un cuestionario online en una Universidad pública con una muestra de 1,500 estudiantes. Los participantes recibieron por correo el cuestionario, el cual estaba dividido en: 1. motivaciones de uso y uso del celular. Luego se midió 2. la intimidad con la escala “Miller Social Intimacy Scale” y el sentimiento de soledad con la escala de soledad de la UCLA. En la misma no se distingue el género de los participantes u otra información demográfica.

Los resultados indicaron que participantes pasaban un promedio de 2 horas y 21 minutos texteadando, mientras que el número promedio de mensajes enviados y recibidos fue 110. En el caso de las motivaciones del uso del celular para mantener comunicación entre grupos lejanos y cercanos era distinta. La comunicación y tiempo invertido en mensajes entre lazos lejanos obtuvieron una relación estadísticamente significativa. Por otro lado, la motivación y tiempo invertido con lazos fuertes no fue significativa. Esto quiere decir que los usuarios no pasan mucho tiempo comunicándose a través de mensajes con su círculo cercano, en particular con la meta de expresarse emocionalmente y comunicación de apoyo. Mientras que, con los lazos lejanos, al ser una comunicación más instrumental que expresiva, tienden a dedicarle mayor tiempo y atención a los mensajes enviados y recibidos. Estos hallazgos tienen un efecto en la satisfacción de una relación. Al examinar las variables, se puede apreciar cómo la cantidad de tiempo invertido en enviar mensajes está asociado de manera negativa. Es decir, mientras más tiempo pase el individuo en enviar un mensaje, mayor probabilidad de que se sienta insatisfecho o descontento en la relación con quién se comunica. Una explicación brindada para esto es la posibilidad de que este tiempo interfiera con el tiempo que quiere ser invertido en otros canales de comunicación más deseados.

En el caso de la intimidad y la soledad, la cantidad de tiempo dedicado a enviar mensajes de texto a teléfonos celulares no se asoció significativamente. En general, los resultados demuestran que la cantidad de tiempo que se dedica a enviar mensajes de texto a través del teléfono celular no desempeña un papel importante para explicar el bienestar relacional y psicológico de las personas. Sin embargo, la cantidad de mensajes de textos enviados sí tuvo influencia sobre la intimidad y satisfacción de la relación en un aspecto positivo, mientras que indirectamente influyó en el sentimiento de soledad. Según los investigadores dado que la intimidad y la satisfacción de la relación se basan principalmente en las interacciones entre los compañeros de comunicación, la cantidad de mensajes de texto podría explicar mejor las variables de resultados relacionales y psicológicos.

Otro elemento evaluado lo fue el uso del celular para enviar mensajes y el sentimiento de soledad. Al medir la intimidad y la satisfacción de la relación asociada con la soledad, lo hallado dice que no se ve asociación entre el tiempo invertido en el celular ni en el número de mensajes de texto. Al examinar las variables de manera individual, se obtienen que el tiempo invertido en el celular no es significativo, mientras que el número de mensajes sí afecta el sentimiento de soledad. Es decir, el número de mensajes de texto contribuyó a reducir los sentimientos de soledad a través de un mayor nivel de intimidad y satisfacción en la relación. Concluyendo así, una reflexión del uso del celular y su capacidad de generar sentimientos y pensamientos que influyen tanto en el individuo y con quien se relaciona. Vemos como positivo, el hecho de que el celular tiene la capacidad de generar satisfacción en las relaciones, al igual que puede ser utilizado para propósitos expresivos lo cual genera un efecto psicológico. Se ve, además, cómo funciona para promover un vínculo social ya sea para propósitos académicos, instrumentales, comunicativos y expresivos. No obstante, los hallazgos revelan una parte negativa con las

mismas razones, dando a entender que las implicaciones van a depender del uso y el contexto en el que la persona lo utilice.

La mayoría de las investigaciones revisadas evalúan la parte de la intervención del móvil en la vida de los individuos. Se aborda sobre variables como: el uso, motivaciones, tiempo, sentimientos provocados y mucho más. No obstante, no hay mucha literatura que compare el uso de este dispositivo entre géneros. Chen et al., (2017), llevan a cabo un estudio en China sobre este tema. Antes de iniciar, los mismos hacen una reflexión previa al estudio sobre el celular, en la cual establecen que existen aportaciones tanto positivas como negativas, las cuales creo importante mencionar. Dentro de las positivas se reconoce que el medio mejora las redes sociales, aumenta la productividad y trae maneras más dinámicas e inmediatas de vivir (Chen, et al, 2017). Sin embargo, mencionan datos previamente comentados como: cambios de actitudes, reducción de interacción social física, uso excesivo, interferencia con otras actividades, angustia, agitación, entre otras. Teniendo esto en mente, la investigación tiene como objetivo indagar la relación entre el uso de teléfonos inteligentes y las variables relacionadas con el comportamiento psicopedagógico asociadas con la adicción a los teléfonos inteligentes en estudiantes universitarios de ambos sexos.

Teniendo esto en cuenta, se llevó a cabo un estudio transversal para analizar los factores asociados con la adicción de los teléfonos inteligentes con los estudiantes de medicina de Wannan Medical College. Participaron un total de 1,441 estudiantes, de los cuales un 48.3% eran hombres, mientras que un 51.7% eran mujeres. Los mismos estaban entre las edades de 17 a 26 años, con una media de 19.72. Los participantes llenaron varios cuestionarios sobre sus datos demográficos e información sobre su uso del teléfono (llamadas, mensajes, videos y música escuchada, redes sociales, entre otras). La adicción al “smartphone” se midió con la escala

“Smartphone Addiction Scale” (SAS). Los síntomas de ansiedad se midieron con la escala “Self-Rating Anxiety Scale”. En el caso de los síntomas depresivos, estos se midieron con la escala “Epidemiologic Studies Depression Scale” y la calidad de descanso se midió utilizando el “Sleep Quality Index”. Los hallazgos mostraron que la adicción al celular estaba presente en 429 (29.8%) de los 1441, de los cuales, 30.3% eran hombres y 29.3% eran mujeres. (Chen, et. al. 2017, p.3). , El tener mayor edad, los juegos, las aplicaciones multimedia, la mala calidad del sueño, la depresión y la ansiedad fueron factores asociados con la adicción a los teléfonos inteligentes en los hombres. En las mujeres, el tener mayor edad, el mayor costo mensual de vida, el menor uso de llamadas / mensajes telefónicos, el uso de aplicaciones de servicios de redes sociales, la mala calidad del sueño, la depresión y la ansiedad se asociaron con la adicción a los teléfonos inteligentes (Chen, et. al. 2017. p.3).

Los hallazgos del estudio muestran que no existe diferencia significativa entre géneros en cuanto al tema de adicción del equipo. No obstante, sí hubo diferencia entre géneros en cuanto a los usos que le dan al mismo. Los hombres eran más propensos a jugar juegos, ver videos y escuchar música. Mientras que las mujeres estaban más inclinadas a utilizarlo para comunicarse y para las redes sociales. Se presenta, además, asociaciones con el uso excesivo de teléfonos y sentimientos de ansiedad, depresión y trastornos del sueño. Chen, et. al (2017), comentan que esto puede ser debido a que se utiliza el móvil como una estrategia de evitación y desvío del contenido emocional (emociones negativas). Se halló incluso, diferencias en cuanto a estos factores de conducta; la mala calidad de sueño y la ansiedad se asociaron con la adicción a los celulares tanto como en hombres y mujeres. Sin embargo, se hace la aclaración de que la probabilidad es más alta en las mujeres que en los hombres, como lo es el caso de la depresión.

Este estudio presenta unos resultados que se pueden interpretar como negativos en cuanto al uso del celular. La misma establece su uso como un problema de adicción el cual trae como consecuencia problemas/ dificultades de conducta como lo son: la depresión, la ansiedad y problemas en calidad de sueño. En cuanto a la diferencia de género, se establece que la mujer es más propensa a que padezca de esta “adicción”. Creo que se puede cuestionar en cierta medida esa mirada de los investigadores en ver el uso del móvil como una adicción. Como se mencionó previamente en el estudio de Besoli, et al., (2018) se debe tener en cuenta la multiplicidad de funciones que le damos a este equipo, lo cual nos llevaría a entender el porqué se le utiliza tanto. Entiendo que se debe explorar la posibilidad de que se evalúe cómo el mismo aporta y favorece algún tipo de bienestar y ayuda en la persona. Es decir, se debe reconsiderar el pensar que es una adicción y verlo tal vez como algo que ya forma parte de nosotros y nuestra rutina, es decir un nuevo estilo de vida.

Otro estudio que aborda sobre la diferencia de géneros y significados con respecto al uso del celular, lo es la investigación de Zeyda Rodríguez y Tania Rodríguez (2016). La misma se llevó a cabo en México y se propuso como objetivo: “...abordar las practicas comunicativas entre los jóvenes al interior de sus relaciones afectivas (amistosas, familiares, amorosas) por medio de tecnologías móviles como los celulares y sus aplicaciones.” (Rodríguez et.al, 2016. P.4). Además, brinda un énfasis al análisis de las preferencias de comunicación ante situaciones dadas y el uso del lenguaje escrito acompañados del uso de los íconos para expresar emociones. El mismo utilizó una metodología cualitativa para conocer sobre cómo los jóvenes significan y experimentan sus relaciones afectivas en sus comunicaciones por medio de la tecnología. El estudio se basó en el análisis de 19 entrevistas semiestructuradas de jóvenes de 19 a 29 años. En cuanto al género de los participantes, contaron con diez hombres y nueve mujeres. Las

características de la muestra consistieron en: ser residentes de la zona metropolitana de Guadalajara, México; clase media, solteros y con acceso a tecnologías móviles e internet.

Para analizar los datos, se utilizó el modelo de Taylor y Bodgan, el cual indica que inicialmente se analizan los datos y se buscan factores repetidos para crear categorías. Luego, se procede a crear una codificación con las categorías; para luego comenzar el proceso de interpretación, encontrar significados compartidos y sus diferencias. Los resultados se dividieron en tres áreas: (1) el apego afectivo y significados del celular, (2) preferencias de comunicación y estrategias de control emocional y (3) la escritura en la comunicación y la expresión de emociones. Siguiendo esta línea, Rodríguez et.al (2016) mencionan en sus hallazgos que “las tecnologías móviles están cambiando el significado de la presencia, las normas de la expresión afectiva en las relaciones íntimas, así como las maneras de establecer, mantener y controlar nuestros vínculos sociales” (p.31). Se comenta cómo el equipo es mayormente utilizado por los jóvenes con fines comunicativos (para las redes sociales o el WhatsApp), debido a que estos servicios son gratuitos o de bajo costo; les brindan un margen de disponibilidad constante y la oportunidad de mantenerse en contacto con sus relaciones interpersonales (muestra de afecto, aprecio e importancia).

Se presenta, además, un gran sentimiento de apego y necesidad de tenerlo consigo siempre. Es decir, lo hacen parte de su cuerpo, ya que siempre se encuentra con ellos creando así un sentimiento de apego y afecto. Por otro lado, el no contar con el mismo, les genera sentimiento de ansiedad y desesperación. En cuanto a preferencias, los participantes dejan claro que hay diferentes maneras de comunicarse y le atribuyen un propósito y significado a cada una. Establecen que la llamada telefónica, es el medio que menos prefieren ya que conlleva un sentido de urgencia y/o emergencia. Abordan además que, en este, tienen que hablar de manera rápida e

instantánea, es decir que no tienen tiempo para reflexionar sobre lo que van a decir. En cambio, con el mensaje instantáneo se pueden hacer múltiples cosas a la vez mientras se habla, se tiene tiempo para pensar, tienes la potestad de decidir cuando vas a contestar (no hay urgencia) y les brinda la oportunidad a los interlocutores a ser mas fríos y racionales. El hecho de que los jóvenes sientan la libertad de no centrar toda su concentración en la interacción les genera un sentimiento de control. Mientras que, por otro lado, la video llamada permite un grado mayor de intimidad y aprecio hacia la otra persona. Unas sensaciones negativas que destacan es el sentimiento de ansiedad debido a no ser respondidos por sus interlocutores y el de adicción al estar permanentemente pendientes a recibir la misma. (Rodríguez et.al, 2016).

De manera general, se puede apreciar con los resultados y discusiones presentadas que el celular aporta a la necesidad de contacto y creación/mantenimiento de vínculos afectivos. Al mantener estas comunicaciones, se genera un mensaje y sentimiento de importancia, aprecio, prioridad y tranquilidad (Rodríguez, et. al, 2016). Se ha modificado, además, los tiempos en los que se comunican, el lenguaje (las expresiones) utilizado, el medio utilizado (mensaje o llamada), la disponibilidad de la persona, entre otras cosas. Es decir, se crean normas y expectativas en cuanto a la comunicación a través del celular.

En general, los jóvenes manifiestan enorme destreza en la comunicación emocional al utilizar estos recursos de forma compleja y diversa, por lo que se despliega un amplio repertorio de formas de expresión que les permiten comunicarse eficientemente con los demás, y consolidan un ámbito de interacción afectiva paralelo al de la interacción cara a cara. (Rodríguez et.al, 2016, p.33).

Es decir, los jóvenes han aprendido a manejar sus situaciones emocionales al contemplar sus múltiples opciones de comunicación. Por ende, los mismos controlan y manejan sus emociones

eligiendo una forma de comunicación sobre otra. (Rodríguez, et.al, 2016). Con respecto a la diferencia de género, se demuestra que ambos géneros mostraron un gran apego a sus celulares, de tal manera que personalizan los mismos (lo cual sirve como un proceso de autoconocimiento). No obstante, el uso del móvil para expresar afecto fue dominado por las mujeres. Mientras que los hombres dominaron en ver el uso del celular como una herramienta de trabajo.

Considerando que debemos explorar ambos abordajes (positivo y negativo), Gutiérrez (2020), investigador del departamento de psiquiatría en la UNAM, publica un artículo donde identifica consecuencias tanto positivas como negativas del uso del celular. Dentro de las positivas menciona que sirven de herramientas para entrenar de manera cognitiva a las personas. Ejemplos de esto lo son las aplicaciones utilizadas para educar y aprender lenguajes. Establece que los mismo sirven para monitorear las actividades y los estados de la salud de las personas, mejorar la cognición de algunos pacientes que sufren alteraciones de memoria y mantener el contacto con ellos. El celular, además, ha ayudado a economizar el tiempo permitiendo llevar a cabo diferentes acciones que previamente requerían de la presencia física de la persona. Sirve, además, como herramienta de trabajo, ya que al tenerlo se puede atender asuntos relacionados al mismo. Por último, menciona que el mismo provee aplicaciones que ayudan a mejorar el estado mental de las personas. Explica la existencia de varias que miden el estado de ánimo de la persona diariamente y proveen herramientas para lidiar y regular las mismas.

En la parte negativa Gutiérrez (2020) menciona que el dispositivo tiene la capacidad de intervenir en el estado de ánimo de la persona. Clarifica que los individuos que usan el celular de manera excesiva y pasan gran tiempo en las redes sociales, tienen mayor probabilidad de desarrollar síntomas depresivos. Explica, además, que esto está atado a la cantidad de horas que pasan en la pantalla del celular y el constante uso de las redes sociales en las cuales tienen acceso

a contenido discriminatorio, devaluador y comparativo. Esto los pone en una posición de evaluarse a ellos mismos de acuerdo con lo que piensa y dicta la sociedad. Otro factor mencionado, es el hecho de que el no tener o utilizar el móvil, puede generar ansiedad. Es decir, se tiene una preocupación y necesidad de tener el celular siempre consigo. Se plantea incluso, como el celular ha servido como facilitador de comunicación interpersonal. No obstante, se ha presentado el escenario de que las personas prefieren comunicarse por mensajes electrónicos y redes sociales en vez de manera personal. Esto según Gutiérrez (2020) reduce la habilidad de comunicarse interpersonalmente.

En el momento de revisar la literatura sobre el tema del uso del celular en Puerto Rico, encontré que el mismo está siendo trabajado desde diversos ángulos. El tema de la tecnología y su influencia es uno que ha tomado un auge debido a su constante presencia. Figueroa (2017, 2017, 2019), tiene varias investigaciones relacionadas con el tema. De los estudios y artículos revisados, predomina la idea de ver la tecnología digital y sus implicaciones en la subjetividad, al igual que entender como conviven estos dos mundos (lo digital y los seres humanos) a tal nivel que ya somos inseparables. Se presenta también, la mirada de estudiar las formas de representación de estos equipos (smartphone) y sus consecuencias en la comunicación. No obstante, su artículo *“El celular como prótesis en la vida cotidiana de mujeres jóvenes adultas”* (2012), trae unos puntos interesantes en cuanto la experiencia y el sentir del uso del celular en estudiantes universitarios de Puerto Rico. El mismo presenta su análisis a través de data recogida previamente en un estudio sobre el uso del teléfono celular y el análisis de la publicidad sobre telefonía celular. El mismo consistió en una encuesta online con un total de 628 encuestados, de los cuales 484 eran mujeres. El estudio además contó con 21 entrevistas. A través de los resultados y discusiones se establece cómo hay una hibridación entre lo orgánico (natural) y lo

inorgánico (tecnología). Figueroa (2012) menciona que en varias entrevistas aparece de alguna forma una vinculación íntima corporal con el teléfono celular. Se asocia, además, el equipo como un otro con el cual mantienen una relación íntima. Ejemplo de esto es la expresión: “...no puedo andar sin mi celular. Es como una cosa que es parte de mí. Como si fuera una mano...”. (p.222). Al igual que “...me gusta el hecho de que siempre estoy con él, que dependo de él...” (p.222).

En otro aspecto, la investigadora resalta la copresencia de estos dispositivos y el vínculo establecido por parte de los usuarios. Ejemplo de esto se ve en una de las participantes al mencionar que el celular está personalizado a su gusto y que se parece a ella. Es decir, siente que él mismo la representa. De igual manera, se menciona cómo esta identificación con el Smartphone contribuye al proceso de su construcción identitaria. En el área de los sentimientos provocados por el móvil, se comenta sobre el mismo como objeto de seguridad y como instrumento de protección en caso de peligro. Las participantes comentan incluso la necesidad de tenerlo siempre encendido y con ellas, ya que, si no es así, sienten que se perderían de muchas cosas y se sentirían preocupadas. Estos hallazgos apuntan hacia la conclusión de que el celular facilita el proceso de comunicación de las personas y se ha convertido en parte de sus vidas al nivel de que el no tenerlo consigo les causa incomodidad.

Siguiendo esta línea, Vale et al. (2015) llevaron a cabo una investigación en jóvenes universitarios de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras acerca de los mensajes de texto en clases y su influencia sobre el aprendizaje. Para esto se creó un cuestionario el cual evaluaba la experiencia y el uso de mensajería de texto en el salón de clase, recopilando así la lectura y respuesta y el manejo de información no relacionada a la clase. Se consideró, además, el aprendizaje, la participación y discusión en clase. Los resultados establecieron que en promedio los estudiantes envían y reciben 19 mensajes en una clase, sin embargo, no se encontró

una diferencia significativa en entre el uso de mensajes de texto y el aprendizaje. Sin embargo, los estudiantes presentan distintas opiniones en cuanto esto, unos lo ven como una herramienta de aprendizaje para compartir información de la clase y otros como un distractor que interviene con este proceso.

Luego de hacer la revisión del tema, se desprende que gran parte de los estudios tienen resultados tanto positivos como negativos. No obstante, se ve cómo predominan unos resultados desfavorables con respecto a las implicaciones del uso del celular. El mismo es asociado con: adiciones, falta de control, aislamiento, pérdida de habilidades sociales, pérdida de autoestima, sentimientos de inutilidad, nerviosismo, ansiedad, depresión, desánimo, soledad, aumento de procrastinación, abandono de relaciones, entre otros. Es importante hacer la observación de que en varios estudios se inició de primera instancia, la búsqueda de la parte negativa. Esto se ilustra al utilizar instrumentos para medir variables como la depresión, ansiedad, entre otras. Es decir, hay un abordaje desde el polo negativo desde el comienzo de la investigación. Sin embargo, se logra recopilar hallazgos positivos del uso de este. Estas incluyen: facilitación de comunicación, mantenimiento de relaciones interpersonales, herramienta de aprendizaje, inmediatez, entretenimiento, sentimientos de seguridad, bienestar, tranquilidad y acompañamiento. En otros términos, la gran mayoría de los estudios utilizaron una metodología cuantitativa, la cual, a la hora de obtener data, la misma era una sin abordar. Es decir, no se le dio ningún tipo de seguimiento a los participantes con respecto a lo hallado, ni se les brindó la oportunidad de explicar el por qué de esto hallazgos. Además, entiendo que muchas investigaciones no consideraron factores sociales que pueden influir grandemente en los resultados. Dentro de estos se encuentran: clase social, el contexto, la cultura, construcciones sociales, entre otras. Tomando estas dimensiones en consideración, este estudio pretende tener en cuenta estas observaciones y

brindarle la oportunidad a los/as jóvenes universitarios/as para que reflexionen y elaboren sobre las implicaciones del uso de esta tecnología en sus procesos sociales y psicológicos.



Capítulo II

Marco teórico

El marco teórico de la investigación será el construccionismo social. El mismo está principalmente enfocado en dilucidar los procesos por lo cuales las personas describen, explican y significan el mundo en el que viven (Gergen, 2012). Este busca localizar la fuente de significados, valor y acción en las conexiones relacionales entre las personas (Gergen, 1996). Cabe mencionar que el construccionismo fue desarrollado en las disciplinas de las ciencias sociales y brinda un énfasis a las experiencias subjetivas, las cuales dependen del contexto histórico socio cultural (Breakwell, 2006). Dentro de sus ideas principales se destaca una postura crítica hacia lo que es dado como conocimiento, es decir, se exhorta a asumir una actitud crítica y de análisis sobre las maneras de entender al mundo y a nosotros mismos (Mackay, 1997). Con esto se especifica que el conocimiento no es una posesión individual, sino que es construido mutuamente entre el individuo y la sociedad. Es por esto por lo que se cuestiona la postura que establece que el conocimiento está basado en la objetividad y la observación del mundo.

En otro aspecto, se le da una gran importancia para tener en cuenta y examinar el contexto histórico y cultural de lo que se esté evaluando, es decir, todas las maneras de entender el mundo son cultural e históricamente relativas (Gergen, 2012). Del mismo modo, se establece que el conocimiento es sostenido por los procesos sociales, de manera que las personas construyen el conocimiento entre ellos a través de las interacciones diarias. El marco teórico, le da un rol protagónico al lenguaje, ya que lo considera como el factor fundamental para que esta construcción se pueda llevar a cabo, mantener y modificar. Por último, se establece que el conocimiento y la acción social van de la mano. Con esto se refiere a que, las personas nos enfrentamos a un conocimiento que está previamente establecido por generaciones y contextos,

los cuales tenemos la capacidad de cuestionar y transformar por medio de las interacciones. Es decir, todo concepto, categoría, idea y manera de pensar se lleva a cabo a través del lenguaje y es reproducido diariamente por toda persona que tiene una cultura y un lenguaje (Mackay, 1997).

Como expone la teoría construccionista social, vivimos en un mundo de significados entendidos y valorados de múltiples maneras que surgen de nuestra historia personal y cultural. De ahí que estudiaré la interpretación y el entendimiento de las experiencias y circunstancias de los/as jóvenes universitarios/as al usar el celular, con el propósito de examinar las implicaciones psicológicas para ellos/as. Analizaré los diversos modos de entender el alcance de este dispositivo en la vida diaria de los/as universitarios/as. Al igual que indagaré en el proceso de apropiación del celular y la manera en que estos le otorgan sentidos y significados tanto por ellos mismos, como a partir de la interacción con otros. Quiero escuchar y examinar las historias y experiencias subjetivas de los jóvenes universitarios para así entender como los mismos describen, explican y significan el uso de este aparato y las implicaciones generadas en sus vidas. A través de estas interacciones podré recopilar cómo perciben el mismo, qué sentimientos les genera y qué significados construyen tanto como individuos y como sociedad. Creando de esta manera, una realidad. En este análisis, como he planteado en la revisión de literatura, consideraré las reflexiones de quienes ven al celular como una herramienta que vino para bien y ayuda grandemente al ser humano y de aquellos/as que pueden exaltar la dimensión negativa de su uso. Entiendo que un mismo sujeto podría, en su narrativa, adscribirle ambos sentidos dependiendo de las circunstancias y del uso. En síntesis, me propongo recopilar los significados atribuidos al uso del Smartphone por parte de los participantes para así entender que connotaciones le atribuyen asociadas a la dimensión psicológica, emocional e inclusive qué diferencias se presentan en cuanto al uso de este por género.

Capítulo III

Metodología

Método

La investigación fue una de tipo cualitativa, la cual se basó en una lógica y proceso inductivo, es decir, partiendo de lo particular a lo general. Las mismas pretenden explorar y describir para luego generar perspectivas teóricas (Hernández-Sampieri, 2014). Sampieri (2014) menciona que “El enfoque se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados ni predeterminados completamente. Tal recolección consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (sus emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos...” (p.8). El estudio fue uno descriptivo, los mismos consisten en especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice para así describir tendencias de un grupo o población (Hernández-Sampieri, 2014). En el caso de este estudio, se analizó el fenómeno social del uso del celular como medio de comunicación y sus implicaciones psicológicas en los jóvenes universitarios de la UPRRP. Nuevamente, se partió del construccionismo social como marco teórico. El mismo con el propósito de obtener y recopilar los procesos en los cuales los/as participantes explican, narran y describen su realidad, al establecer el uso del celular y sus implicaciones en sus vidas. A través de este se logró aprehender las percepciones, sentimientos y significados generados por los participantes.

La técnica utilizada fue la entrevista semiestructurada, según Hernández-Sampieri (2014) la misma consiste en una guía de asuntos o preguntas, en las cuales el/la entrevistador/a tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar, abundar conceptos u obtener mayor información. El incorporar esta técnica, me brindó la oportunidad de obtener información de varios enfoques, al igual que reflexiones y opiniones de los/as participantes. Esto fue útil para

elaborar el análisis posterior de una manera más profunda, considerando las reflexiones que produjeron los/as estudiantes sobre el uso del celular. La entrevista fue beneficiosa para mi investigación, ya que con ella logré recopilar y abordar situaciones personales de cada uno/a, al igual que les brindé la oportunidad de estos/as expresarse e integrarse en el proceso investigativo. Trabajé para que fuese la voz de los/as participantes la que predominara y fuesen estos/as quienes describieran y narraran su sentir con el uso de esta tecnología, mientras analizaban las razones de uso y sus repercusiones. Además, examiné si verdaderamente existe alguna diferencia en cuanto a su uso por género. Para analizar la información obtenida mediante las entrevistas realicé un análisis de contenido. Este es:

...una técnica de recopilación de información que permite estudiar el contenido manifiesto de una comunicación, clasificando sus diferentes partes conforme a categorías establecidas por el investigador, con el fin de investigar de manera sistemática y objetiva dichas categorías dentro del mensaje (Ander-Egg, 1982, p.330).

En otras palabras, llevé a cabo un análisis sobre las ideas, palabras, temas y frases, con las cuales se establecieron las siguientes unidades de análisis: Experiencias con el uso del celular, Influencia, perspectiva positivas y negativas y sentimientos provocados por el equipo. Dentro de ellas determiné unas subcategorías que serán presentadas más adelante.

Participantes

La muestra constó de seis estudiantes de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras de los cuales tres eran mujeres y tres eran hombres. Los/as mismos eran estudiantes activos en el sistema UPRRP, poseían un Smartphone, y estaban entre las edades de 21 a 25. Estos fueron elegidos/as por disponibilidad. Todos/as los participantes, al momento de llevar a

cabo la entrevista, tenían 22 años. Cinco de los seis estudiantes eran de la facultad de Ciencias Sociales con concentración en Psicología, con excepción a uno que pertenecía a la concentración de Economía.

Procedimiento/Diseño

Sometí la investigación a CIPSHI (Comité Institucional para la Protección de los Seres Humanos en la Investigación) antes de llevarse a cabo, para su revisión y autorización, ya que involucra la participación de sujetos humanos. Hice esto con el propósito de verificar que se protejan los derechos y la seguridad de los seres humanos que participarían de la investigación. Debido a la situación de la pandemia del COVID-19, el CIPSHI recomendó unas modificaciones a la investigación. Los mismos consistieron en preparar la investigación de tal manera que se pudiese llevar a cabo de manera virtual. Es decir, establecer un plan el cual incorporara la manera en la que recolectaría los datos, se reflejara que las hojas de consentimiento iban a ser firmadas en línea y que las entrevistas iban a llevarse a cabo mediante la plataforma Google Meets. El protocolo fue aprobado con la numeración (CIPSHI) (#1920-188).

Una vez la misma fue aprobada, realicé un estudio piloto en el cual puse a prueba el instrumento y recopilé insumo del mismo. Este mostró ser efectivo y cónsono con los objetivos de estudio. A partir de esto, llevé a cabo una convocatoria a través de las redes sociales solicitando voluntarios/as para la misma. Las plataformas utilizadas fueron: Twitter, Instagram, Facebook y WhatsApp. Los/as participantes se distribuyeron de la siguiente manera: Twitter (3), Instagram (1), WhatsApp (2). Al recibir las notificaciones de los interesados/as, les hice un acercamiento para orientarlos sobre la investigación y confirmar que cumplían con los requisitos. Una vez aceptaban, procedí a coordinar el día y hora de la entrevista. Les envié a todos los/as participantes la Hoja de Consentimiento Informado para que la leyeran y firmaran con 3-5 días

de anticipación a la entrevista. En todos los escenarios les hice llegar el cuestionario unos treinta a sesenta minutos (30-60) antes de la entrevista con el propósito de tener el material reciente en la mente. Las entrevistas las llevé a cabo de manera virtual a través de la plataforma Google Meets, con excepción a una que fue de manera presencial, ya que el participante expresó que así lo quería por factores de comodidad.¹ Antes de comenzar cada entrevista, otorgué un espacio para discutir la Hoja de Consentimiento Informado, al igual que les brindé el espacio para aclarar dudas.

Instrumento

De manera inicial, los/as participantes contestaron un cuestionario sociodemográfico, en el cual se evaluó datos de los/as participantes como: género, edad, facultad, concentración y preguntas sobre el uso de celular (Apéndice E). Luego, utilicé una guía de entrevista semiestructurada (Apéndice D) que consistió en varias preguntas en las cuales establecí un diálogo sobre el fenómeno estudiado y brindé la oportunidad de conocer la perspectiva y el sentir del/la estudiante sobre el celular y su impacto. Las preguntas fueron de varios tipos como: descriptivas, de opinión y expresión a tenor con las propuestas del construccionismo social, marco teórico del que parto. Algunos ejemplos de estas son: Háblame sobre tu experiencia con el celular. Háblame de uso positivo y negativo que tú le adscribes al uso del celular. ¿Cómo este medio ha influido en ti? ¿Cómo te sientes con el uso del celular? ¿Me podrías dar un ejemplo? ¿Describe qué contenido ves en tu celular? ¿Cómo te sientes cuando alguien te llama? ¿Cómo te sientes cuando estas sin el teléfono? Y ¿qué harías si se te pierde el celular? Como consecuencia, me encaminé a conocer y comprender estos procesos en los/as participantes evaluando su narrativa (es decir el uso del lenguaje) para entender su realidad. Las preguntas

¹ Se cumplió con todo el protocolo y las medidas necesarias para la prevención del Covid-19

descriptivas fueron con la intención de obtener la narración de cada individuo con el celular. Analicé la narrativa con el propósito de entender su percepción de la realidad creada sobre el celular. A través de las descripciones indagué sus experiencias y visones, las cuales me brindaron acceso a sus significados y las valoraciones atribuidas al equipo. En el caso de la opinión de los/as estudiantes, evalué la misma como un modo de acercamiento a la perspectiva de la realidad que tiene el sujeto, teniendo en cuenta que las realidades varían por individuo (Donoso, 2004). Exploré la realidad que van construyendo en el lenguaje social; evaluando la opinión de los individuos, analizando la posición que asumen y qué consideran significativo del celular. La misma se obtiene “por experiencias y significados sociales aprendidos” (Donoso, 2004.p.11). Es decir, por medio del cuestionario y la entrevista pude acercarme y evaluar las preguntas y objetivos buscados en esta investigación.

Análisis de datos

Para analizar los datos transcribí las entrevistas con el propósito de llevar a cabo un análisis de contenido. El propósito de este fue estudiar y dar estructura al contenido recopilado de la comunicación que obtuve con los/las universitarios, clasificando sus diferentes partes conforme a categorías establecidas, con el motivo de organizar los resultados e investigar de manera consecuente y detallada las mismas. (Hernández-Sampieri, 2014). Este tipo de análisis me ayudó a obtener el contenido necesario para investigar de manera objetiva lo que se pretendió obtener de las entrevistas. Teniendo esto en cuenta escogí la unidad de temas, que luego dividí para crear categorías. Luego establecí una definición operacional, a partir de las transcripciones de las entrevistas. Una vez completadas las categorías, se crearon unas más abstractas que abarcaron todos los temas. Es importante mencionar que utilicé los objetivos establecidos para crear Unidades, las cuales abrieron paso a categorías de acuerdo con el tema de investigación.

Dicho esto, las unidades principales lo fueron: las implicaciones psicológicas del uso del celular y la diferencia de su uso en cuanto a género. Las mismas permitieron la creación de las siguientes categorías: Experiencia con el uso del celular, uso del celular, influencia del equipo en sus vidas, perspectivas positivas y negativas sobre el móvil y los sentimientos generados por el mismo.



Capítulo IV

Resultados

En primera instancia los/las participantes tuvieron que contestar un cuestionario sociodemográfico, el cual solicitaba información como: su edad, género, facultad y concentración a la que pertenecen, para luego contestar unas preguntas sobre el celular. Las mismas consistían en recopilar información en cuanto a la cantidad de horas, tiempo de revisión aproximados del uso diario del celular, al igual que registrar en qué lugar revisan más el equipo y con qué propósito lo hacen. En el cuestionario les brindé cuatro alternativas. Tres de las mismas eran preestablecidas y la cuarta opción era “Otra” en la cual, de no estar de acuerdo o no encontrar su respuesta en las preestablecidas, tuvo la oportunidad de indicarla. Cabe destacar que las respuestas fueron bastante similares con excepción a dos participantes. Uno del sexo masculino y otro del sexo femenino. Se puede ver que todos los/las jóvenes tenían 22 años y pertenecían a la facultad de Ciencias Sociales. En cuanto a las horas aproximadas de uso del celular predominó la respuesta de 8 a 10 horas al día. Solo dos participantes respondieron la opción de 4-6 horas. Sobre el tiempo aproximado de revisión del celular la respuesta que predominó fue de 10-20 minutos, con excepción al último participante, el cual contestó 30-40 minutos. En el caso del lugar donde revisan más el celular, las opciones de casa y universidad fueron las más identificadas. Por último, los/as participantes respondieron que el propósito por el cual revisan más el celular es por la conexión a las redes sociales. Dos participantes, tomaron la oportunidad de abundar su respuesta al establecer (fémica) que utiliza el celular con todos los propósitos mencionados (tareas académicas, trabajo y conexión a las redes sociales) sin embargo, añadió que, si tuviese que elegir entre todas, la respuesta sería las redes sociales. El otro

participante, añadió que los propósitos por los que revisa más su celular son para conectarse a las redes sociales y ver fotos. A continuación, presento una tabla con los resultados.

Tabla 1

Resultados del cuestionario sociodemográfico

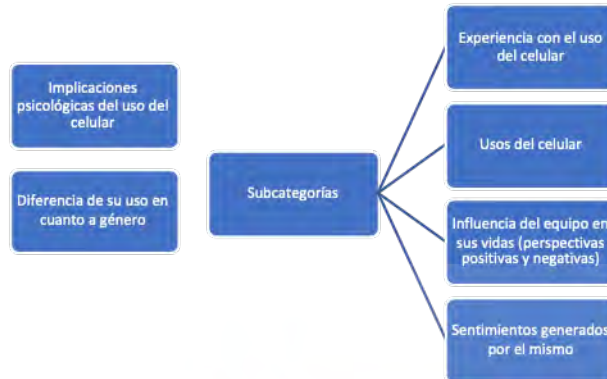
Género	Edad	Facultad y concentración	¿Cuántas horas al día aproximadamente usas tu celular?	¿Cada cuánto tiempo aproximadamente revisas tu celular?	¿En qué lugar revisas mas tu celular?	¿Con qué propósito revisas mas tu celular?
Femenino	22	Ciencias Sociales. Psicología	8-10 horas	10-20 minutos	Casa	Conexión con las redes sociales
Masculino	22	Ciencias Sociales. Psicología	8-10 horas	10-20 minutos	Otro: Casa y Universidad	Conexión con las redes sociales
Femenino	22	Ciencias Sociales. Psicología	4-6 horas	10-20 minutos	Casa	Conexión con las redes sociales
Femenino	22	Ciencias Sociales. Psicología	8-10 horas	10-20 minutos	Otro: Casa y Universidad	Todas las anteriores. En especial, redes sociales
Masculino	22	Ciencias Sociales. Psicología	8-10 horas	10-20 minutos	Casa	Otro: Conectarme a las redes sociales y ver fotos.
Masculino	22	Ciencias Sociales. Economía	4-6 horas	30-40 minutos	Casa	Conexión con las redes sociales

Subsiguientemente, presento los resultados obtenidos de las entrevistas semiestructuradas que realicé a seis estudiantes universitarios de la UPRRP. Analicé los resultados a través del análisis de contenido, el cual me permitió crear categorías y subcategorías de los resultados obtenidos. Los mismos consisten en las citas *verbatim* de los seis participantes. Los/as

estudiantes universitarios/as fueron identificados/as como P.1F, P.2M P.3F, P.4F, P.5M y P.6M. Las categorías creadas surgieron de las respuestas obtenidas a las preguntas realizadas, las cuales estaban basadas en las unidades de análisis establecidas. Es decir, sobre la base de: las implicaciones psicológicas del uso del celular y la diferencia de uso en cuanto a género, se crean categorías basadas en las preguntas de entrevista. Las categorías creadas fueron: experiencia con el uso del celular, usos del celular, influencia del equipo en sus vidas, perspectivas positivas y negativas sobre el móvil y los sentimientos generados por el mismo. Es de esta manera que establecí un diálogo y a partir de sus expresiones, logré clasificar de manera más detallada sus respuestas e incorporar categorías emergentes. Es decir, temáticas no contempladas previamente, las cuales son traídas por los/las participantes. Es importante mencionar que las categorías y las respuestas obtenidas se traslapan, con esto me refiero a que se relacionan unas a las otras, ya que caen todas bajo la temática del uso del celular y la incorporación de este a las vidas de los/las jóvenes. Siguiendo esta línea, para efectos de análisis hice una división de temáticas, pero no se les resta el hecho de que muchos temas se intercepten. Teniendo esto en mente, a continuación, presento una imagen que muestra las categorías utilizadas para este trabajo, seguida por la primera categoría evaluada.

Tabla 2

Categorías y subcategorías utilizadas para el análisis de contenido



Experiencia

La misma se define como las expresiones hechas por los/as participantes que narran o describen experiencias con el uso del celular. De manera general, como resultado los/as participantes narraron cómo el móvil forma parte de sus vidas y de sus rutinas diarias. Reconocen que el mismo es uno que trae consigo múltiples atributos y funcionalidades que le facilitan y dificultan muchos aspectos de su vida. Para facilitar la comprensión de la categoría, la misma la dividí en subcategorías de acuerdo con cada tema. Estos son los siguientes:

Atribuciones

Los/as participantes en sus narraciones dejaron saber las competencias y utilidades que tienen estos dispositivos. Dando a entender así nuevamente que el mismo pasó de ser una herramienta cualquiera a ser una sumamente necesaria en ellos. Es decir, el poseer un móvil les facilita muchos aspectos de su vida y le agiliza muchos procesos. Esto se observa con los siguientes comentarios:

- “Yo diría que el teléfono así... el celular es una herramienta de mi diario vivir.” P.2M

- ...Verdad este “it’s just” uno lo usa, lo tiene ahí para todo. Tienes el mundo a tu alcance..” P.3F
- “En verdad son cosas que yo puedo hacer sin el teléfono, pero lo hace más accesible que como que lo tienes ahí. ¿Entiendes? Es chiquito, te lo puedes llevar para todos lados. Que eso lo hace un poco más accesible.” P.4F

Dichas expresiones me llevan a crear la siguiente subcategoría, en la cual los participantes hacen expresiones asociadas a colocar el móvil como una extensión de su cuerpo.

Integración del móvil a su cuerpo

La categoría fue una emergente, esta consiste en las narraciones y descripciones que demuestran la asociación del celular como una parte de ellos/as y de su vida. En las entrevistas cuatro de seis de los/as jóvenes informaron cómo sentían que este dispositivo era una parte de ellos/as. Mencionaban que, al integrarlo diariamente en su vida, lo hacía como algo esencial que al no tenerlo era como si algo les faltara. Los/as mismos mencionaron que les gusta mantener al celular siempre cerca de ellos/as y que inclusive pueden llegar a sentir que dependen de él. Esto se observa con las siguientes citas:

- “Yo siento que mi vida gira alrededor “towards my phone. Like my phone has to be with me”. (Se ríe)” P.1F
- “Tengo el teléfono, dependo de eso, es parte de mí, parte de mi vida, es parte de todas nuestras vidas sou pues... (ríe).” P.3F
- “Lo último que veo y lo primero que veo es el celular.” P.4F

Ver esta adhesión del móvil en la vida de los/as jóvenes, me lleva a indagar cuáles son los usos que le dan al mismo. A continuación, la próxima categoría.

Uso del celular

Definí esta categoría como la narración de la incorporación y el uso del móvil en su vida diaria. En la misma los/as jóvenes dieron a entender que la herramienta les sirve para una variedad de asuntos. Como tema principal, todos destacaron que el celular era utilizado principalmente para la comunicación. Es decir, lo utilizan como instrumento para diálogos con sus familiares, amistades, aspectos laborales o con quien necesiten, ya sea por llamada, mensaje, redes sociales u otro medio. Ejemplos de estas expresiones son:

- “Comunicación. Yo me comunico mucho. Especialmente por WhatsApp, Instagram.”

P.1F

- “...pero también para comunicarme con las personas y mis amistades, familiares.” P.3F
- “Pues mayormente hablar, o sea comunicación con otras personas.” P.4F

Otra de las funcionalidades destacadas lo fue el entretenimiento; dentro de ella se enfatizó que utilizan el celular para ver redes sociales (ver memes, videos, saber de la vida de las demás personas), ver películas, ver arte, jugar juegos, tomar fotos, hacer ejercicios, escuchar música e inclusive comprar por páginas de internet. Las siguientes citas muestran lo hallado:

- “Ahí caen las redes sociales, Netflix, todo lo que yo veo, incluyendo momentos de “self” o “alone time” si sabes a lo que me refiero” P.1F
- “no uso el teléfono como que solamente para una cosa, lo utilizo para muchas cosas. Meme el espectro de lo que me pueda generar risa. Cosas de humor. Redes sociales para estar al día con mis amistades por ejemplo Facebook, Instagram, Snapchat, Whatsapp”

P.2M

Los/as jóvenes destacaron, además, que la herramienta es muy útil para aspectos laborales y/o universitarios. Mencionaron que el celular es un instrumento que los/as ayuda a adelantar y

mantenerse al tanto en cuanto a sus deberes como estudiantes. A través de él pueden acceder a sus correos electrónicos, responder a los mismos, ver sus calendarios, leer lecturas para sus clases, hacer matrícula para su semestre, buscar información o dudas, hacer bosquejos, comunicarse con sus compañeros de clase, ver sus horarios de trabajo y de clase. Es decir, con el “Smartphone” logran hacer muchas cosas que inicialmente solo se podían hacer a través de una computadora. Con esto también destacan que el mismo ha servido como un equipo de apoyo cuando pasan situaciones que están fuera de su control como por ejemplo cuando se les va la luz.

Las siguientes citas muestran lo hallado:

- “Este utilizo el teléfono para cosas del trabajo como leer y buscar noticias ver mi correo electrónico este..., información en general que quiera buscar de algo.” P.2M
- “...y de vez en cuando alguna cosa de la Universidad cuando de verdad no tengo acceso a mí computadora inmediato o estoy lejos de casa pues por lo menos tengo el teléfono puedo buscar las cosas que tengo que hacer de la Universidad. Hay veces que puedo adelantar algo y hay veces que no.” P.6M

Dentro de esta temática, los/as estudiantes destacaron además que la herramienta le ha servido para informarse y mantenerse al tanto con todo lo que está pasando a su alrededor y en el mundo.

Al igual que, como mencioné previamente, les sirve como un atajo para obtener información rápida, aclarar dudas, curiosidades y aprender. Los/as siguientes participantes muestran ejemplos de estas situaciones:

- “Eh Twitter es otra fuente que uso muchísimo también para informarme ilustrarme como que si está pasando algo en el mundo que como que pues yo no me entero de primera instancia pues por Twitter I can esto.” P.1F

- “Pues de los principales usos que le doy a este equipo sería como metabuscador de información, para aclarar cualquier pregunta o duda de cualquier tema la busco mayormente en google a ver definiciones o cosas por el estilo” P.5M

En el diálogo con los/as estudiantes noté cómo en sus expresiones mencionaban de manera indirecta el tema sobre el reemplazo de otras cosas/ herramientas por el celular. Esto es debido a que el mismo, es capaz de proveer la funcionalidad o fin que la herramienta previa pretendía hacer. Es decir, algunos/as estudiantes reconocieron parar de comprar o usar unos instrumentos como, por ejemplo: un calendario, una calculadora, una cámara o un libro por el hecho de que lo pueden hacer y acceder a través del teléfono de manera rápida. Dos participantes confirman esto al decir:

- “Como que algo que yo podría hacer en la vida real lo hago por el teléfono. Como que, si tuviera que comprar un libro en Norberto, lo puedo comprar por Amazon. Si necesito hacer una llamada o si necesito encontrarme con alguien pues es como esta entrevista que me la estás haciendo por internet” P.2M
- “Uso más el teléfono como cámara que la propia cámara”. P.4F

A continuación, presento unas tablas donde se podrá ver los resultados con respecto al uso del celular.

Tabla 3*Usos del celular*

<p>Comunicación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Principal • Diálogos con familiares, amistades, aspectos laborales o con quien necesiten • Llamada, mensaje, redes sociales, u otro medio. 	<p>Entretención</p> <ul style="list-style-type: none"> • Redes Sociales (ver memes, videos, saber de los demás) • Ver películas • Ver arte • Jugar juegos • Tomar fotos • Hacer ejercicios • Escuchar música • "Shopping"
<p>Aspectos laborales y universitarios</p> <ul style="list-style-type: none"> • Adelantar trabajo • Mantenerse al tanto en cuanto a sus deberes como estudiantes • Acceder y responder correos electrónicos • Ver sus calendarios • Adelantar lecturas para sus clases • Hacer matrícula • Buscar información • Equipo de apoyo ante situaciones fuera de su control 	<p>Herramienta para informarse</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mantenerse al tanto con lo que esta pasando a su alrededor y en el mundo • Información rápida • Aprender • Aclarar dudas

Teniendo en cuenta la experiencia de los/as jóvenes universitarios/as con el celular y los usos que le dan al mismo, se procedió a indagar la influencia de este dispositivo en ellos como individuos. Esto nos trae a nuestra próxima categoría.

Influencia

Definí la categoría como la descripción de influencia o efecto del equipo en el individuo. Los resultados de esta fueron bastante diversos, dando a entender que a todos/as los/as participantes les ha influido de manera distinta. Al momento de ser entrevistados/as, todos/as contestaron de manera diferente, con excepción a unos temas como lo fueron el ver el celular como una herramienta que utilizan para informarse de todo lo que deseen y exponerse a distintos temas y el hecho de que lo integran en todos los aspectos de su día a día. Las respuestas fueron divididas en cuatro categorías. Las mismas consisten en influencia en los siguientes aspectos:

como individuos, en sus relaciones sociales, dependencia e información. A continuación, las evalué de manera individual.

Individual

En el caso de la subcategoría individual, me refiero a la influencia que ha tenido el celular en el individuo y en su persona. En la misma los/as participantes describen cómo el móvil es capaz de hacerlos/as sentir más seguros/as con sus decisiones, ya sea porque puedes obtener información a través de él o porque el mismo es capaz de guiarlos de una manera u otra.

Además, mencionan cómo gracias a este, tienen la oportunidad de tener su propio espacio y dedicarse tiempo a ellos/as, ya sea para relajarse, ver cosas que disfrutan, aprender, comunicarse y jugar. Inclusive mencionan que logran facilitar más las cosas, muchas decisiones; al igual que desarrollar la habilidad de “multitask” es decir hacer varias cosas a la vez. Aunque todo resulta bastante positivo, un participante reconoce en el dispositivo que el mismo es capaz de hacerlo más vago, ya que termina atrasando cosas que podría hacer con tal de entretenerse o dedicarle tiempo al celular. Las siguientes citas confirman lo dicho:

- “este también diría que ha influenciado en mí en una manera personal... este en el aspecto que me permite tener un espacio mío. Por ejemplo, las redes sociales Facebook, twitter, Instagram... me permiten tener algo que yo valoro mucho. Donde yo puedo relajarme, poder tener tiempo para mí que sería ver memes o ver videos sobre temas que a mí me gustan o por ejemplo algunos hobbies algunos juegos” P.2M
- “Es una manera fácil de distraerse y creo que es el go-to de muchas personas.” P.3F
- “O sea termino atrasando cosas que podría hacer al momento por el simple hecho de que hay otras cosas por hacer también en el teléfono.” P.6M

Relaciones sociales

En el caso de esta subcategoría, la misma la definí como la influencia del móvil en los aspectos sociales e interpersonales de los/as individuos. Como parte de las respuestas los/as mismos/as informan que el móvil les ha ayudado a desarrollarse socialmente, ya que gracias al mismo son capaces de establecer conexiones con otras personas, mantener las mismas con el tiempo e inclusive hacer que estas sean más profundas. Mencionan que se facilita la comunicación con las personas que tienen lejos, ya sea en Puerto Rico o en otro continente; y fortalecen sus relaciones. Además, reconocen cómo les ha ayudado a presentarse y crear una imagen de sí mismos/as. Al igual que manejar el sentimiento de ansiedad cuando se trata de conocer a nuevas personas. A continuación, varios ejemplos:

- “Uno puede planificar para uno verse con esas personas que uno ama y que extraña, que uno como que ha conectado o que está a lo mejor a una distancia de muchas horas o miles de millas así que si yo pienso que influye bastante.”P.1F
- “El celular ha influenciado mucho en mí más en el aspecto de cómo me presento a las personas y esta facilidad que tengo de comunicarme con las personas me ayuda más a como que conectarme con ellas.” P.2M
- “No sé... quizás pues un poquito más sociable por el hecho de que hablar por teléfono me quita un poquito más la ansiedad que hablar en persona” P.6M

Dependencia

En cuanto a la dependencia, se refiere al sentimiento de dependencia hacia el móvil. Esta subcategoría recoge expresiones en las cuales los/as participantes reconocen que una de las influencias que tiene el equipo sobre ellos/as es su capacidad de hacerlos depender de él. La cual de primera instancia tildan como negativa, pero en otros momentos la ven como positiva.

Muchos/as expresan verlo como una parte de ellos/as y de su cuerpo, mientras que otros/as reconocen que dependen del mismo ya que acuden frecuentemente a él, pero no desean que esto fuese así. A continuación, las citas:

- “Yo siento que tiene una influencia bien grande porque ahora mismo yo no puedo salir sin mi teléfono, es como que se ha convertido en una parte de mi como que una parte extendida de mí.” P.1F
- “Podría decir que dependo bastante de el... y NO me gusta depender de el.” P.3F
- “En ese punto, uso mucho mi teléfono, mi teléfono es mi calendario, mi teléfono es mi “reminder”, como que todo. Literalmente lo uso “basically” para todo. Este... I “rely” un montón en el teléfono...” P.4

Informarse

Por último, tenemos la subcategoría de informarse, la cual defino como la influencia sobre la manera en que los/as participantes se informan y el conocimiento que obtienen. Los resultados de esta consisten en mencionar que mucho del conocimiento que ellos/as tienen hoy día, lo obtienen a través de las redes sociales. Se expresa además que gracias al celular pueden obtener información y calmar curiosidades de cualquier índole, ya sea social, de amor, noticias mundiales o locales, consejos psicológicos, entre otros temas. A continuación, ejemplos de las citas:

- “yo siento que ha influido en mi pues por el hecho de que yo me informo por el teléfono de que yo estoy en las redes sociales “almost all the time” so muchas cosas de las que yo leo es a veces como que “my critical thinking”. P.1F
- “pero me ha ayudado a exponerme más fácil sobre distintos temas sobre amorío y distintas cosas. “ P.2M

- “Pues yo enverad soy una que soy bien curiosa, cualquier cosa que yo no sepa yo la empiezo a buscar” P.4F

Perspectivas

Positivas

La próxima categoría evaluada lo fue las perspectivas, las mismas consisten en la narración de perspectivas positivas y negativas sobre el uso del celular. En cuanto a las positivas, surgieron las siguientes categorías: comunicación, aprendizaje y concientización y utilidades.

Comunicación. Con respecto a la comunicación los/as participantes reconocieron como factor principal positivo, el hecho de que se pueden comunicar con cualquier persona en cualquier momento y en cualquier parte del mundo. Con esto traen los argumentos de que les sirve para fomentar relaciones y diálogos entre sus seres queridos/as. Al igual que resaltan que el celular, los ayuda a conocer aún mas y desarrollar mejor sus relaciones interpersonales. De la misma manera los ayuda a conocer a nuevas personas por distintas plataformas. Dentro de esto expresan que les sirve de herramienta para brindar apoyo a sus conocidos, para adquirir confianza y para saber de todo el mundo a través de las redes sociales. Destacan, además, una cualidad importante del móvil es que puedes hacer todo esto con rapidez, ya que la comunicación es instantánea. A continuación, se presentan las citas:

- “que te permite una facilidad tan grande de comunicación de conexión con otra persona de conocimiento son unas redes gigantescas, son unas redes inimaginables” P.2M
- “...que uno puede hasta conseguir conexiones con otras personas que tu ni conoces, a través del teléfono.” P.3F
- “Uso positivo pues claramente la comunicación con otras personas rápida. Que no hay que esperar que te llegue.” P.4F

Aprendizaje y concientización. El aprendizaje que obtienen por medio del celular se ve como positivos por los/as participantes. Los/as mismos/as lo ven como una oportunidad de instruirse y concientizarse sobre múltiples temas sean relevantes o no. Los/as estudiantes ven al equipo como una biblioteca en sus manos por el hecho de la cantidad de información y conocimiento que tienen al alcance de sus manos. Al igual que expresan la importancia de las redes sociales, ya que es a través de ellas donde reciben la mayor parte de la educación con respecto a lo que está pasando mundial y localmente (Noticias), al igual que es por estas que logran tener acceso a contenidos sociales relevantes al momento; como lo son los movimientos sociales. Reconocen, además, que las plataformas brindan el espacio para el intercambio de múltiples puntos de vista, lo cual los ayuda a escuchar y tener una mente más abierta.

- “Eh te concientiza de lo que está pasando alrededor tuyo.” P.1F
- “...puedes expresar tu punto de vista con distintos temas y otra gente puede compartirlos y llevar a cabo distintas discusiones sean para bien o sea para mal” P.2M
- “Esa es la parte buena y también toda la educación que uno puede recibir... o sea tienes Google ahí, Yahoo, safari, tienes todo estos “search engines” p.3F

Utilidades. Los/as estudiantes destacan, además, las múltiples utilidades que pueden tener por medio de este dispositivo. Dentro de estas mencionan que es una herramienta sumamente útil para el aspecto laboral por su multiplicidad de funciones, al igual que por su rapidez. Lo ven además, como una manera de distracción y entretenimiento, lo cual trae consigo un tipo de relajación. Un participante menciona, la utilidad de que se puede montar negocios/locales a través del mismo y darle promoción por medio de las redes sociales, algo que menciona que ve como clave hoy día, ya que de no hacerlo no te iría bien. Se trae a colación nuevamente el tema de las funcionalidades y su capacidad de enviar documentos, grabar, tomar fotos y hacer

llamadas de manera instantánea. Otra funcionalidad destacada es el hecho de que, a través de la cámara y las fotos, les permite guardar recuerdos o momentos preciados con sus seres queridos/as sin la necesidad de cargar siempre con una cámara.

- “Obviamente ahora pa’ montar negocios esta espectacular. Tu tratas de montar un negocio ahora sin una red social y vas a “flakear””. P.4F
- “A la hora de entregar documentos y mensajes en el campo laboral. Grabación de fotos y vídeos, la llamada instantáneas.” P.5M
- “poder capturar cualquier momento en una foto si veo algo lindo no voy a tener una cámara pesada conmigo. No tengo que tener tampoco un instrumento adicional” P.6M

Negativas

En cuanto a las perspectivas negativas surgieron las siguientes subcategorías: adicción, desconexión de la realidad, vulnerabilidad, información falsa, interpretación errónea de mensajes, distracción y comparación social.

Adicción. Varios/as de los/as participantes en el momento de expresar aspectos negativos del celular, acudieron por mencionar la posibilidad de generar una adicción por el mismo y a sus funcionalidades como por ejemplo las redes sociales, pornografía y los sentimientos que les genera.

- “Pero lo negativo es que es bien adictivo...” P.1F
- “también puede crear una adicción a las redes sociales, a la necesidad de tener a esta persona que la gente te dé como que este tipo de aceptación.” P.2M
- “en el caso del negativo pues hay personas que se vuelven adictas a sus celulares porque sienten que es lo único que tienen” P.5M

Desconexión de la realidad. Otros de los aspectos negativos mencionados lo es la capacidad que tiene el celular en desconectarte de la realidad, el presente y de lo que te rodea según una de las participantes. Ella reclama que se pierde ese sentido de humanidad que hay en nosotros/as al no tener una vivencia alrededor de nosotros por el hecho de estar pegados al teléfono constantemente. La misma expresa esto en la siguiente cita:

- "...y te conecta pero desconecta de lo que está pasando. Y eso es bien importante porque "we have lost that sense of humanity" no sé si se puede decir así pero como que ese "sense" de tener una vivencia alrededor de nosotros simplemente porque estamos pegados al teléfono." P.1F

Vulnerabilidad. Dentro de las narraciones se destacan unas situaciones que ponen al individuo en una posición de vulnerabilidad. Se hace mención de que toda la información de cada uno está en el celular, por lo que se está más propenso a que la misma sea robada o accesada de manera ilegítima. Se abre, además, la posibilidad de chantajes con esta información, al igual que hacer daño a través del "black mail" o el "bullying". Uno de los participantes menciona, además, como el estar viendo constantemente las noticias, las redes sociales, entre otras cosas de temática negativa; pueden llevarte a un estado emocional donde te sientas drenado y cansado. Por otro lado, también se menciona el hecho de que el teléfono puede agotarte físicamente, ya que puede alterarte el sueño y cansarte la vista.

- "También como que toda tu información está ahí. Como que es más propenso que te la roben a que no sé... como que eso de hackers." P.1F
- "intentan chantajear a gente con videos, "screenshots" de algunas conversaciones que también se puede dejar para "black mail" y para el "bullying" también" P.2M

- “También para las cosas malas, hay tantas cosas malas pasando que uno no sabe cómo procesarlo. Bueno yo misma borre las redes sociales por eso mismo, porque tantas cosas pasando y siguen pasando y siguen pasando que fue como que “Okay. Tengo que procesarlo de otra manera, pero no sé cómo” y por eso lo borre.” P.4F

Distracción. Se destaca inclusive la capacidad que tiene el equipo de distraer a los/as participantes y el desenfoque que esto provoca.

- “Lo otro es la distracción. Por lo menos en las redes sociales. Uno eventualmente se da cuenta y pone el freno pero las redes sociales...” P.4F

Comparación social. Según unos/as participantes el uso del celular y las redes sociales los llevan a compararse socialmente con las demás personas. Estos destacan que en estas redes lo que predomina son publicaciones de contenido feliz, es decir se destaca mucho los extremos; o se publica cosas muy perfectas o cosas muy negativas. Lo que lleva al individuo a compararse con lo que está viendo. Esto puede provocar insatisfacciones, inseguridades, necesidad de atención, entre otros factores que pueden perjudicar según los/as participantes tu salud mental y tranquilidad.

- “Como que a esa persona insegura, le activa las inseguridades más. Sin darse cuenta de que lo que la gente pone es solo las cosas buenas. No las cosas malas y que todo el mundo pasa por lo mismo igual. Que esta era para la salud mental ha sido bien complicada.” P.4F
- “...muchas veces se deja influenciar mucho por las redes sociales y piensan que esa imagen de la red social es lo más importante para ellos cuando verdad hay otros factores” P.5M

Luego de establecer las perspectivas positivas y negativas del celular, procedí a evaluar la categoría de los sentimientos.

Sentimientos

En cuanto a la dimensión psicológica del uso del celular, indagué sobre los sentimientos generados por el celular. La categoría fue definida como las descripciones, narraciones y perspectivas de estados de ánimo o disposiciones emocionales generadas por el equipo. Los/as participantes nombraron múltiples emociones y sentimientos. Dentro de estos se encuentran:

Alegría

Varios/as de los/as jóvenes mencionaron el hecho de que sentían felicidad, alegría y emoción en momentos como cuando reciben llamadas o mensajes de seres queridos/as. Al igual que cuando ven su serie favorita o ven cosas que les gusta en las redes sociales, ya sean chistes, fotos, dibujos o videos. Mencionan, además, momentos cuando reciben atención a través de las redes sociales, es decir, un “like”, un mensaje, un comentario, etc. Además, mencionan que consideran tener el mismo como un privilegio, ya que es un equipo de alto costo por lo que están agradecidos/as y felices.

- “Me causa alegría a la misma vez. Como que cuando veo cosas que alguien que me escribe que me importa. O cuando veo mi serie favorita. Cuando estoy en mis redes sociales y veo fotos de alguien que me gusta.” P.1F
- “En parte feliz, cuando me llegan mensajes es como que alegre “ah alguien se acordó de mi”. (rie) I feel good” P.4F
- “Bien feliz porque como te había dicho tener un celular es un privilegio. obviamente traería a placer porque en el celular tú buscas cosas y haces cosas que a ti te gustan.” P.5M

Tranquilidad

Varios/as jóvenes expresan que el celular es capaz de generarle tranquilidad, comodidad, paz y calma por aspectos como la distracción y relajación que pueden obtener a través de él. En el caso del sentimiento calma se aborda que el celular es capaz de generarle esta sensación de control cuando lo tiene a su alrededor. Además, una participante comparte que utiliza el mismo como distracción cuando se siente muy ansiosa y no puede controlar sus pensamientos. Inclusive expresa que siente que el teléfono le da terapia y que la calma. Un joven compartió que puede llegar a sentir paz cuando utiliza el teléfono obteniendo momentos de ocio luego de un día ajetreado. Es decir, a través del uso del celular en diferentes momentos el equipo es capaz de transmitir sentimientos de tranquilidad, paz y otros relacionados.

- “Me sirve de distracción también cuando me siento bien ansiosa. Cuando me siento súper súper ansiosa que “my thoughts just can’t stop” como que “i just get on my phone and try to be “like” como que distraerme viendo algún “feed” o viendo una noticia o leyendo algo del teléfono como tal.” P.1
- “Pero lo mayor que tiene es como que la distracción y en sí un poco de relajación.” P.2M
- “Sou te metes un ratito en el teléfono y estás como qué... cómo lo digo , en momentos de ocio y durante esos momentos de ocio pues como que a uno le trae un poquito de paz estar en el teléfono después de un día tan ajetreado .” P.5

Irritación y molestia

Cuatro participantes expresaron sentir irritación en situaciones como cuando están sin el celular, cuando reciben una gran cantidad de mensajes de texto, al igual que en momentos donde ven noticias negativas en las redes sociales. Compartieron además que sienten irritación cuando en las redes sociales ves a personas que están haciendo actividades divertidas, viajando y

disfrutando, mientras ellos/as están en cuarentena por el Coronavirus. Inclusive, dos jóvenes mencionan que sienten molestia cuando ven a través de las redes sociales contenido del cual no están de acuerdo, como lo es un comentario de odio. También mencionan cuando ven noticias a nivel local o global que les causa frustración y enojo. Entre otras cosas también, surgió el tema de la capacidad de sentir vagancia por medio del teléfono por la cantidad de tiempo que pasa en él y no hace nada.

- “Vagancia no es un sentimiento, pero... mucha vagancia. Como que si me dejo llevar por el teléfono es como que me quedo ahí... puedo estar horas.”P.4F
- “Pues llega un punto que es como que tú quieres ver eso para sentirte enojado con el mundo, sentirte frustrado y agitarte con el mundo. Pero eso no es saludable, eso de como que siempre estar molesto con el mundo y para eso usar las redes sociales no es algo bueno.” P.6M
- “no tengo mi teléfono, me siento como... como desesperada” P.1F

Seguridad

El equipo es capaz de transmitirles seguridad cuando les ayuda a ir al destino que quieren ir, al igual que cuando saben que en cualquier momento pueden llamar a quien necesiten. Un participante expresa que el no tenerlo consigo lo hace sentir inseguro. Recopilo además, el sentimiento de serenidad, ya que se da a entender que el teléfono es una herramienta que se puede utilizar para cualquier emoción que se tenga presente.

- “También pues el teléfono me ha permitido tener como que un poco más de seguridad para poder ir a donde yo quisiera ir por ejemplo si estoy en un centro comercial y necesito comunicarme con alguien pues tengo esa seguridad de que con el teléfono yo me puedo comunicar con alguien.” P.2M

- “o sí estoy solo pues definitivamente no me gusta no estar con el teléfono porque así me siento un poquito desprotegido” P.6M

Manera de neutralizar o manejar sentimientos

Dos de los participantes mencionan que utilizan el celular como una manera de neutralizar, controlar, aumentar o disminuir emociones que tienen al momento. Es decir, les sirve como una especie de filtro o regulador de emociones. Al igual que mencionan que a veces utilizan el teléfono simplemente porque quieren o porque están aburridos, no con un propósito emocional. Por otro lado, una participante expresó que a veces se encuentra en un escenario en donde necesita dejar el celular a un lado, ya que no le está permitiendo reflexionar y procesar sus emociones.

- “Creo que eso sería la mejor contestación que te puedo dar para la pregunta. Que me ayuda a realizar como que a pues dependiendo como me sienta pues es como que me permite o por lo menos yo siento que el teléfono es algo que me ayuda a fortificar ese sentimiento o bajar la intensidad de algún sentimiento.” P.2M
- “pero hay días que también.... O sea... el estado de ánimo no depende del teléfono, más bien es al revés; uso el teléfono pues porque no me siento tan bien como que si no tengo ganas de hacer nada así que uso el teléfono” P.6M

Sentimientos nombrados por la investigadora

Luego de obtener de primera instancia sus sentimientos, se les dictaron los siguientes con el propósito de que mencionaran si se identificaban con el mismo y que brindaran un ejemplo. La lista de sentimientos se obtuvo por medio de la revisión de literatura mencionada previamente. Los sentimientos nombrados fueron: seguridad, inutilidad, felicidad, soledad, alivio, nerviosismo, autoestima, tranquilidad, angustia, intimidad, ansiedad, desánimo, satisfacción,

dependencia y estrés. Es importante mencionar que los mismos fueron elegidos dependiendo de los que ya habían mencionado previamente, por ende, no todos/as recibieron la misma cantidad de sentimientos. Todos/as los/as participantes se identificaron con la gran mayoría, no obstante, hubo estudiantes que confirmaron nunca haberse sentido de esa manera con el teléfono. Algunos de esto sentimientos fueron: ansiedad, inutilidad y desánimo. A continuación, presento las respuestas por cada sentimiento nombrado.

Seguridad

En cuanto a la seguridad todos/as los/as participantes expresaron haber sentido seguridad por medio del celular. Los/as mismos/as expresaron ejemplos de situaciones que reflejaban el sentimiento nombrado. Varios/as comentaron como ejemplo la capacidad que tiene el móvil en brindar direcciones y ayudarlos al saber cómo llegar a su destino. Mientras que otros/as compartieron experiencias previas de viajes, “carjackings” donde pudieron obtener seguridad con una llamada o una búsqueda en el internet. Comentaron, además, la posibilidad de siempre tener la alternativa de realizar una llamada no importa la circunstancia.

- “si pues en la protección en la facilidad de llamar a alguien o buscar información. Pues de sentirme que pues quiero reafirmar algo.” P.2M
- "obviamente cuando estoy viajando o en un sitio que no conozco y tengo como que el teléfono pues siento que “okay tengo el mapa” vamos a buscar seguridad de que dice la ruta. Este... conozco los lugares y... me siento seguro con el teléfono. Si me pasa algo, puedo llamar a alguien, si me siento perdido puedo llamar a alguien, si necesito un Uber puedo pedirlo así que en ese sentido si”. P.6M

Inutilidad

Con respecto a este sentimiento solo cuatro participantes se identificaron con el. En sus respuestas establecieron situaciones donde mencionaban hechos como cuando no pueden parar de usar el celular y se atrasan en otras áreas de su vida. Por otro lado, comentan también que se encuentran con este sentir cuando ven una situación o una noticia con la que no pueden hacer nada para ayudar. Además, mencionan situaciones cuando se comparan con otras personas de una manera u otra.

- “Cuando estoy atrasada en la universidad y no puedo “put my phone down”. Ese es el ejemplo más concreto. Cuando yo me he sentido súper mal por estar en el teléfono y no puedo soltarlo.”P.1F
- “¡si! Hay veces que uno ve cosas que me siento inútil no tengo manera de ayudar, de poder “do something about it”. P.3F

Felicidad y satisfacción

Tres participantes expresaron que logran sentir felicidad a través del teléfono, ya que por medio de el pueden recibir la tranquilidad, seguridad y confirmación de tener a una persona disponible. Además, por el hecho de que se pueden comunicar con la gente que quieren de manera rápida, pueden compartir sus logros, recibir apoyo, jugar, reírse al ver contenido gracioso, entretenerse, recordar y preservar momentos a través de las fotos y mantenerse al día con sus amistades, lo que genera además, satisfacción.

- “Si. Viendo las fotos viejas que hay en mi teléfono y pensando como que “diablo yo vi todas estas cosas, yo fui a todos estos lugares, como que me siento feliz de haber tenido esa experiencia, cuando hablo con mis amigos y tengo la oportunidad de ponerme al día con ellos y me cuenta cosas bien cool. Y cuando de vez en cuando salen memes y todo

pues me da risa y todo eso también ayuda a sacar esa serotonina del cerebro y ponerla a funcionar” P.6M

- “tú sabes qué está satisfecho cuando puedes hacer lo que tú necesitas hacer con el teléfono, sea una llamada, sea hablar con la gente, sea mandar trabajo rápido.” P.5M

Soledad

En cuanto a la soledad, los resultados fueron variados. Unos/as expresaron sentirse solos/as en momentos donde intentan acudir a alguien a través del celular y no consiguen respuestas de nadie, al igual que otros/as mencionan que al compararse socialmente con los escenarios (actividades, amistades, etc.) que viven y muestran virtualmente otras personas, puede generar este sentimiento de soledad, ya que su situación no es la misma. Por otro lado, unos/as participantes expresaron que era todo lo contrario. Gracias al celular podían disminuir esa sensación de soledad, ya que pueden contactar a quien sea en cualquier momento.

- “No. Al contrario, no me provoca soledad porque me puedo comunicar con quien sea pero fíjate yo diría, si nadie me contesta y nadie reacciona a nada de lo que pongo cómo que pues ahí me provocaría un poco de soledad pues estoy sola.” P.4F
- “...los estándares que uno ve en las redes sociales, estándares de belleza, lo que no debe tener, todo lo que las amistades tienen, todo lo que las otras personas tienen y tú no pues uno se siente solo...” P.3F

Alivio y tranquilidad

En cuanto al alivio, unos/as participantes mencionaron que sienten alivio cada vez que “pierden” el teléfono y lo logran encontrar. Con respecto a la tranquilidad los/las participantes compartieron que sienten la misma porque saben que pueden contactar a quien deseen en cualquier momento antes cualquier necesidad, además recopilé que el celular es una herramienta

que a través de sus funciones (fotos, internet, juegos, entre otras) logra brindar tranquilidad en situaciones particulares como, por ejemplo, una sala de espera o antes de dormir.

- "...maybe me quiero relajar y necesito escuchar música o sí cuando...bien específico pero digamos que salí de bañarme es de noche la luz está apagada, voy a usar el teléfono para usualmente ver fotos o para ver vídeos de cosas al azar, pues me da tranquilidad usar el teléfono durante esos momentos de ocio." P.5M
- "Si. Saber que puedo contactar a quien sea cuando lo necesite y tener el acceso y todo al internet. Si me pasa algo o lo que sea, me da tranquilidad" P.6M

Autoestima

Con la misma, solo dos participantes comentaron al respecto. Los/as mismos/as mencionaron expresiones sobre un cierto impacto en su autoestima al comparar o sentir la presión de tener un modelo de celular más adelantado o moderno al que tienen actualmente. Mientras por otro lado una participante expresó sentir cierto impacto en su autoestima al tomarse fotos, dando a entender el tema de comparación social y cumplir con la imagen promovida. El chico también hizo una expresión similar, no obstante, reconoció que de la misma manera que esto puede bajar la autoestima, de la misma manera puede incrementártela al recibir comentarios positivos de las personas.

- "Pues mira honestamente sí. Hay veces que uno se tira una foto y "immediately regrets it" P.1F
- "...cuando todo el mundo tenía un teléfono inteligente y yo no. pues eso me hacía sentir mal era algo que la autoestima podía bajarse, pero eso es lo más allegado qué te puedo decir. Lo otro así con autoestima después cuando me comparo la gente en las redes me comparo con ellos siento que son mejores o me podría afectar ...y afectarme pues me

bajaba lo tengo ahora puede pasar lo opuesto. Tú puedes subir una foto tuya y todo el mundo te dice ay qué lindo te ves, qué lindo te queda, que Dios te bendiga y eso te alegra y eso te sube la autoestima.” P.5M

Intimidad

En el caso de la intimidad, tres participantes comentaron que ven el celular como un medio para crear o fortalecer esa relación e intimidad que tienen con ciertas personas. Es decir, a través del teléfono pueden fortalecer esa relación interpersonal ya creada. La misma es lograda a través de comunicaciones, mensajes, apoyos, compartir contenido, entre otros.

- “Claro sí. De nuevo, pero eso es con las conexiones y con la comunicación con las personas que uno quiere pues verdad. No sé cómo lo digo este... compartir un chiste un meme o “inside jokes” como que eso es algo íntimo que tienes con esas otras personas que puedes tenerlo también a través del teléfono” P.3F
- “En la intimidad como confianza, pues ahí porque somos una amistad íntima y yo confío en ti pues ahí te diría que sí. hay veces en que yo me he visto en la posición que le digo a la persona mira necesito hablar contigo y a veces la persona está ocupada y no puedo hablar por teléfono, pero no le molesta escuchar mis voice, mis mensajes de texto y así rápidamente darle como la atención y el Consejo que necesito.” P.5M

Angustia, desánimo, ansiedad y estrés

En angustia y desánimo, lo que predomina son comentarios con respecto a las noticias que reciben a través del móvil. Expresando así que a veces pueden ser tantas malas noticias que pueden llegar al extremo de afectarles a ellos y sentirse de esta manera.

- “Twitter jajaja Por todas las cosas que pasan en este país, es la misma angustia de leer el periódico, si lees el periódico, pero toda noticia de Puerto Rico es en el internet, en el teléfono así que en vez de derivar mi angustia del periódico, la derivo del teléfono.” P.6M
- “sí, cuando he usado tanto el celular, que ya nada me entretiene por lo tanto me siento desanimado porque no tengo con nada que entretenerme al momento.” P.5M

Con respecto a la ansiedad y el estrés, unos/as participantes comparten que no es el equipo como tal lo que les trasmite este sentimiento, si no lo que ven y utilizan a través de este. Se trae el ejemplo de las redes sociales y las comparaciones que genera en algunos participantes. Al igual que se habla sobre diferentes comunicaciones y situaciones que los llevan a estas emociones. Por ejemplo, el distraerse tanto con el celular que dejan de hacer lo que tienen pendiente y cuando no quieren recibir ningún tipo de notificación y en ese preciso momento reciben mas de lo usual. Por otro lado, una participante comparte que, aunque el equipo aumente sus grados de ansiedad, el mismo puede servir como herramienta para manejarla, ya que a través de el puede comunicarse quien acostumbra a escucharla en sus momentos de ansiedad.

- “me ayuda a lidiar con la ansiedad pues cuando lo hablo con otra persona. Cuando no puedo tener a la persona de frente pues, la tengo ahí en el teléfono. Puedo pues... hablarlo. Es una herramienta que me ayuda a hablarlo en el momento.” P.3F
- “Sí cuando uso el teléfono y dejo cosas al lado pues entonces me da estrés porque no he hecho nada o me da estrés porque veo cosas en las redes sociales que no me gustan y es como que Dios mío ¿qué *** es esto?” P.6M

Además de las categorías establecidas, hubo unas que surgieron con el desarrollo de la conversación. Estas se conocen como las categorías emergentes. Las mismas no fueron contempladas de manera inicial por mí, no obstante encuentro de suma importancia

mencionarlas, ya que contribuyen y traen elementos importantes para el análisis de los resultados. Dentro de estas, noté como varias respuestas de los/as participantes acudían a atribuirles características de humanos o seres vivientes al celular. Por otro lado, un tema que sobresalió mucho lo fue el de las redes sociales. Todos los participantes comentaron sobre las mismas e inclusive resaltaron las perspectivas que tiene sobre ellas.

Antropomorfización

Una de las jóvenes en sus expresiones le atribuye cualidades de animal y humanas al celular. Expresando así en su narrativa que el celular le hace caso, la guía e inclusive menciona que domestica al mismo refiriéndose a que lleva al equipo a hacer lo que ella desea al momento. Menciona además que es igual que un ser humano, ya que es capaz de provocar múltiples sentimientos.

- “So... yo siento que en cierta manera el teléfono me da como que terapia como que me calma” P.1F
- “Pues por eso es que “it provoques a lot of feelings, its a Little human porque el ser humano también te provoca muchos sentimientos. Literalmente a esto le falta hablar y tener sentimientos propios y todo. Para ser un mini minion.” P.4F

Perspectivas sobre las redes sociales

Esta categoría emergente la definí como las narraciones, descripciones y perspectivas de las redes sociales y su integración al uso del celular. Es decir, la misma consiste en la recopilación de las perspectivas de los/as participantes con respecto a las redes sociales. Durante las entrevistas los/las jóvenes universitarios/as hicieron múltiples expresiones en cuanto a las redes. Dentro de ellas sobresalieron las siguientes. Los/as estudiantes ven las mismas como un medio que permite conectarse con una gran cantidad de personas y con el mundo. Comentan que

es una plataforma que les permite hablar y conocer de múltiples temas, al igual que sirve como un medio para distraerse y entretenerse. Reconocen el medio como uno que permite entrar a diferentes círculos sociales e inclusive lo ven como parte de nuestra cultura. No obstante, destacan también como ha servido para crear unos estándares ya sean de belleza o de estilos de vida que pueden tener un impacto sobre ellos como individuos y su autoestima/valor. Ejemplos de estos comentarios son los que dicen que al recibir un “like” o “retweet”, les trae felicidad, ya que sienten que reciben atención y por lo tanto les “sube la autoestima”. Dentro de las redes mencionadas, se destacaron Twitter, Facebook, Instagram y WhatsApp.

- “Pero básicamente digo que es una distinta realidad porque las personas tienen este espacio en el cual, ellos deciden como quieren presentarse a ese espacio. Ellos tienen la posibilidad de poner una persona que nadie conoce, como los famosos influencers.” P.2
- “pues básicamente sería tú tienes tu perfil en las redes sociales qué eres tú. y pues parece que la gente tiene como esta necesidad de, se puede ver por diferentes circunstancias, Pero yo lo veo por necesidad de atención y por esa necesidad de atención ellos sienten que tienen que publicar las mejores fotos tuyas o publicar los mejores “quotes” o anécdotas de ellos...” P.5M
- “Las redes sociales y definitivamente y más ahora que pues la gente publica todo sobre sus vidas y pues uno se entera de todo lo que está pasando con el mundo y se (no se entiende) frustra con algunas de las cosas que la gente hace y que la gente piensa. Pero... es parte de... toda la información ilimitada.” P.6M

Diferencia entre géneros

Luego de evaluar todas las entrevistas y los diálogos generados, observé que entre los participantes no había diferencias particulares en cuanto al uso del celular y su influencia. Todos

de una manera u otra coincidieron en muchos temas y describieron el celular como una herramienta que forma parte de ellos y los influye de varias maneras. Una observación que siento que es importante mencionar es que, en la sección de los sentimientos, los hombres elaboraron un poco más que las mujeres, es decir fueron más expresivos en cuanto a sus respuestas. Entiendo que esto pudo haber pasado por el hecho de que durante la entrevista se enfatizó que se sintieran en completa libertad de decir lo que pensarán y sentían. Hecho que pudo crear un ambiente de confianza y empatía, el cual les permitió un espacio para expresarse que normalmente no reciben en la sociedad o mejor dicho, no es promovido culturalmente.



Capítulo V

Discusión

Incorporación del celular a las vidas de los universitarios

Es importante mencionar que este trabajo ha tenido como eje explorar los efectos psicológicos directos e indirectos, positivos y negativos del uso del celular en los/las jóvenes entrevistados/as. Las entrevistas produjeron una reflexión por parte de los/as estudiantes en cuanto al uso, repercusiones, beneficios y obstáculos del celular. También indagué si existen algunas diferencias en cuanto a su uso por género. A través de la investigación he enfatizado el impacto de la integración del celular en la vida del ser humano. Cuando hablo de impacto, me refiero a las implicaciones, modificaciones e integraciones que la persona ha hecho como consecuencia de que este dispositivo esté en distintos escenarios de su vida. Estos procesos, como muestran los resultados y la revisión de literatura, ocurren de formas conscientes e inconscientes. Es decir, no todo/as se percatan de los diversos modos en que el móvil constituye parte de su vida. Al llevar a cabo este estudio mi propósito principal era brindarles la oportunidad a seis jóvenes universitarios/as para que reflexionaran sobre este proceso y pensarán sobre las implicaciones psicológicas que el celular tenía en ellos. Este proceso me llevó a recopilar sus perspectivas, palabras, narraciones que, de una manera u otra, me daban a entender cuál era su realidad y cómo veían este fenómeno del “smartphone”. Al recopilar sus historias y narrativas, pude entender y empatizar con muchas de sus expresiones y perspectivas en cuanto al teléfono inteligente y su incorporación en nuestra vida cotidiana.

Para analizar las entrevistas de los/as participantes realicé un análisis del contenido comunicado con el fin de clasificar sus múltiples partes en las categorías previamente establecidas. Las mismas surgen de las unidades principales las cuales son: las implicaciones

psicológicas del uso del celular y la diferencia de su uso en cuanto a género. De estas surgen y se evalúan las siguientes categorías: (1) experiencia con el uso del celular, (2) usos del celular, (3) influencia del equipo en sus vidas, perspectivas positivas y negativas y (4) sentimientos generados por el mismo. La discusión será manejada conforme a los resultados de investigación de acuerdo con los temas principales de estudio que ya fueron mencionados. Comenzaré analizando la experiencia de los/as jóvenes con el celular, seguido con sus usos, para luego evaluar su influencia y sus perspectivas positivas y negativas; culminando así con la dimensión psicológica de los sentimientos y las diferencias en cuanto a género. Luego de esto se establecerá un análisis del fenómeno estudiado para contestar las preguntas de investigación. Es importante mencionar que muchas de estas categorías y temas se entrelazan entre sí, por lo que se observará cómo unas tienen relación con las otras.

Experiencia

Brindé un enfoque en la experiencia de los estudiantes universitarios con el uso del celular, ya que como lo establece el marco teórico del construccionismo social, esto abre paso a que los jóvenes describan, expliquen el mundo en el que viven y en particular su relación con el celular. Al crear este diálogo pude obtener información, a través de sus narrativas, sobre cómo estos/as significan el móvil y capturar las experiencias subjetivas de los/as mismos/as. Todo con el propósito de entender su realidad. Los/as estudiantes, a través de las entrevistas, dieron a entender que el celular ha sido una tecnología que ha estado presente en sus vidas desde que son pequeños/as. Al ser solicitados que hablaran sobre su experiencia con el celular, tres de los seis participantes comenzaron su narrativa compartiendo el momento en que tuvieron su primer celular. Una participante mencionó que fue en quinto grado cuando tuvo el mismo, pero este no era considerado uno inteligente, otro joven mencionó que fue en noveno grado, mientras que otro

comentó que su primer teléfono inteligente lo fue en undécimo. Ejemplo de estas expresiones son: “Cuando tuve mi primer teléfono inteligente fue cuando estaba en grado once” P.5M. Sus expresiones y risas mostraban que desde el momento que llegó este equipo a sus vidas, se sintieron parte de lo que ocurría socialmente a sus alrededores. Es decir, sus relatos sugerían que el adquirir un teléfono en esos periodos de sus vidas era algo socialmente deseable. Relatos como: “yo en verdad empecé a tener el teléfono bien tarde pa’ lo que la gente a mi alrededor tenía teléfono... yo lo empecé a tener en noveno. O sea que ya todo el mundo se textaba, todo el mundo se llamaba...” P.4F, muestran como el tener este móvil generaba la sensación de estar a la par con las personas a su alrededor y poder comunicarse con ellos. Teniendo esto en mente, se constata que el celular forma parte de las experiencias de estos/as jóvenes desde una etapa temprana en su desarrollo. Tanto así que cuatro hicieron expresiones asociando al equipo como una “parte de ellos” o algo que ha venido creciendo con ellos. Veamos un ejemplo: “La gente de nuestra edad ha tenido un teléfono desde que somos chiquitos, es parte de nosotros.” P.3F.

En ese proceso de integración del teléfono en sus vidas indagué también, en el cuestionario sociodemográfico, sobre sus perspectivas y pensar sobre el uso de cada uno con su celular, sirviendo el mismo como una auto evaluación. En el mismo pude confirmar que el móvil es un equipo que está con ellos/as prácticamente en todo momento. Esto se obtiene al evaluar la cantidad de horas aproximadas al día que usan el equipo; cuatro de los seis participantes respondieron que lo utilizan de ocho a diez horas. Resultado que coincide con Jankovic et.al (2016) quienes plantean que estudiantes en Serbia utilizan el celular ocho horas con 34 minutos por día. Lo cual equivale a una tercera parte del día. Los/as jóvenes universitarios/as, además, contestaron que revisan el mismo cada diez a veinte minutos, lo cual conlleva a tener un sin número de interacciones con el celular durante el día. Estas corresponden a los usos y funciones

que mencionaré más adelante, los cuales contribuyen al manejo del equipo durante su día. Pude entender que, durante las entrevistas, los/las jóvenes tienen el celular en todo momento y que lo utilizan prácticamente para cada acto o gestión que hacen en el transcurso de su día. Todo esto sugiere que la experiencia cotidiana del uso del celular hace que se haya integrado a sus vidas de diversas formas.

Uso del celular

Siguiendo esta línea pude constatar que el celular, de manera consciente e inconsciente, forma parte de sus vidas y es utilizado para múltiples propósitos, por no decir todos. Un ejemplo de esto puede ser que lo utilizan desde el momento en que se levantan, hasta el momento en que se acuestan; acciones tales como apagar la alarma, leer las noticias, buscar una ruta por el GPS, llamar a alguien con quien se van a encontrar e inclusive hacer gestiones laborales a través de este. Los mismos lo ven como una herramienta que cuenta con muchas aplicaciones y “features” que les son útiles y les facilitan múltiples aspectos de su vida. Según varios comentarios, los/as jóvenes enfatizan que el tener un celular, les da la oportunidad de hacer “todo” en un mismo lugar. Es decir, en el móvil encuentran lo necesario para llevar a cabo prácticamente todas sus actividades. Una participante lo expresa al decir: “Como que algo que yo podría hacer en la vida real lo hago por el teléfono. Como que, si tuviera que comprar un libro en Norberto, lo puedo comprar por Amazon. Si necesito hacer una llamada o si necesito encontrarme con alguien pues es como esta entrevista que me la estás haciendo por internet” P.2M. Se entiende la facilitación de realizar cosas tan sencillas como desde usar una calculadora, hasta cosas más complejas como buscar apoyo psicológico. Las siguientes citas demuestran lo dicho: “En este punto, uso mucho mi teléfono, mi teléfono es mi calendario, mi teléfono es mi “reminder”, como que todo. Literalmente lo uso “basically” para todo. Este... I “rely” un monton en el teléfono...” P.4 y

“Fíjate, en mi página personal ver muchas cosas de psicología. Como que “tips” para la ansiedad, qué hacer si a ti te abusan emocionalmente, cómo hacer si tú no te sientes cómoda con tal cosa. Como que hay un montón de “tips” y cosas. Que a veces escucho hasta los podcasts.” P.4F. Esta última cita sugiere que el uso se ha ampliado, posibilitando herramientas encaminadas al cuidado de su salud mental.

En cuanto a sus usos precisos, los/as mismos/as destacaron el celular como herramienta para comunicarse, entretenerse, informarse y para estudio/trabajo. Interpreto que esta amplia gama de usos prácticamente cubre todas las “facetas” esenciales del diario vivir de un individuo. Por ejemplo, al tocar la parte de la comunicación, los/as participantes dan a entender que cubren su área de afecto y de vínculo, ya que el móvil les permite comunicarse con sus seres queridos, mantener relaciones y conocer gente nueva. Expresiones tales como: “Bueno por el lado positivo definitivamente me mantengo en contacto con mis amigos cuando no los puedo ver y cuando tienes muchas amistades en la otra parte del mundo pues definitivamente.” P.6M, al igual “que te permite una facilidad tan grande de comunicación de conexión con otra persona de conocimiento son unas redes gigantescas, son unas redes inimaginables” P.2M. Estableciendo que, por medio de este, han podido inclusive facilitar su conexión y vínculos con otras personas, hecho que coincide con lo propuesto por Figueroa (2012) quien resalta la capacidad de este equipo en promover y aumentar las interacciones sociales.

Por otro lado, al considerar la parte de entretenimiento recopiló la misma como ese espacio que los/as participantes tienen para estar con ellos/as mismos y tener esa capacidad de distraerse y salir de la “realidad” o el presente. Expresiones como las siguientes muestran lo mencionado:

“este también diría que ha influenciado en mí en una manera personal... este en el aspecto que me permite tener un espacio mío. Por ejemplo, las redes sociales Facebook, twitter, Instagram... me permiten tener algo que yo valoro mucho. Donde yo puedo relajarme, poder tener tiempo para mí que sería ver memes o ver videos sobre temas que a mí me gustan o por ejemplo algunos hobbies algunos juegos” P.2M

De igual forma otra participante indicó que, “Ahí caen las redes sociales, Netflix, todo lo que yo veo, incluyendo momentos de “self” o “alone time”...” P.1F. Narraciones que dejan claro experiencias subjetivas que describen cómo los/las jóvenes obtienen una manera de entretenerse, ya sea utilizando plataformas o aplicaciones tales como “Netflix”, “Youtube” para ver videos o películas. Al igual que utilizar el mismo para tomar fotos, hacer ejercicios, hacer compras, escuchar música y ver las redes sociales.

Al considerar la parte de responsabilidades o compromisos que cada individuo tiene, ya sean sus estudios o su trabajo, recopilé expresiones que demuestran que en ocasiones el celular puede ser una herramienta muy valiosa para llevar a cabo gestiones importantes en cualquier momento y de manera rápida. Un chico menciona su experiencia sobre este caso particular, el mismo comenta: “trabajo y estudio hace todo este ajeteo más eficiente. también trabajo por email por PDF hacer un talonario por Excel cosas así .”P.5M. Comentario que confirma la integración del móvil en áreas laborales. Hechos que coinciden con Morales (2018) al hablar sobre cómo estas prácticas constatan la portabilidad del móvil y sus múltiples funciones, ha ido sustituyendo el uso de aparatos que antes se encontraban en una oficina como es el caso del escanear, guardar en PDF y otras actividades. Otras de las razones mencionadas es su uso en las actividades académicas. Cinco de los seis participantes mencionaron utilizar el teléfono para

tramites como: ver sus cursos, adelantar lecturas para las clases, hacer matrícula, ver sus turnos de trabajo y comunicarse con sus compañeros. Una participante confirma lo mencionado al decir:

“La universidad, los emails. Yo contesto muchos de los emails ahí cuando no tengo la computadora. miiupi. Matrícula. Ahí está mi google docs, mi google drive. A veces cuando estoy en un “rush” o algo pues yo a veces leía las lecturas de ahí...” P.1F.

Estas expresiones y narrativas de los/las estudiantes coinciden con lo presentado por Besoli et.al (2018), quien destaca en sus hallazgos que los resultados sobre los usos consistieron en unos: comunicativos, recreativos y prácticos.

Por último, un uso mencionado por los seis estudiantes, lo fue por motivos educativos y de aprendizaje que no involucran necesariamente su actividad universitaria. Los/as jóvenes comentaron cómo, a través del móvil, buscan cualquier tipo de información y a su vez, reciben notificaciones diarias que le informan las noticias sobre lo que sucede a su alrededor y mundialmente. Un ejemplo de lo establecido es cuando un joven comenta: “pues de los principales usos que le doy a este equipo sería como metabuscador de información, para aclarar cualquier pregunta o duda de cualquier tema la busco mayormente en google a ver definiciones o cosas por el estilo” P.5M. Expresaron, además, que las redes sociales son una de las fuentes principales de las cuales obtienen este tipo de información, demostrando que las mismas no son usadas únicamente para aspectos de entretenimiento. A continuación, una cita: “Eh twitter es otra fuente que uso muchísimo también para informarme ilustrarme como que si está pasando algo en el mundo que como que pues yo no me entero de primera instancia pues por twitter I can esto.” P.1F.

De todas las redes sociales, las más que sobresalieron fueron: Twitter, Instagram y Facebook. No obstante, noté un acercamiento particular a Twitter, tanto así que una participante

inclusive comentó que veía a la red social Twitter como “su periódico del día a día” (P.4F). Hecho que me lleva a reflexionar sobre el influjo que tienen estas noticias y quienes la comparten sobre quienes los leen, ya que (como bien se sabe) su capacidad de llegar a una gran cantidad de personas es una sumamente sencilla. Entendiéndose que, de no buscar fuentes externas de información, estarían sujetos únicamente a la información presentada en sus redes, ya que están dentro de las actividades que más utilizan. Cabe destacar que al igual que los participantes considero importante hacer hincapié en que el utilizar las redes sociales como el único método para instruirse puede ser peligroso, ya que las mismas cuentan en ocasiones con mucha desinformación o lo conocido como “fake news”. Allcot & Gentzkow (2017) definen las mismas como los artículos y noticias que son hechos intencionalmente falsos provocando así confusión y engaño a quienes los leen. Los mismos presentan en su escrito cómo este tipo de artículo es utilizado inclusive para propagar contenido político o social falso con el propósito de favorecer una candidatura o provocar una reacción social. Para tener una idea de la magnitud que esto puede llegar y el impacto que puede tener, Torres (2009) hace un artículo en el que habla de las redes sociales y sus efectos políticos. El mismo comenta cómo estas tienen la utilidad de difundir opiniones, movilizar socialmente y protestar. No obstante, resalta cómo también pueden prestarse para difundir rumores, creencias, miedos e inclusive teorías conspirativas (Torres, 2009).

Torres (2009) destaca dentro de los puntos más relevantes que este tipo de desinformación surge por medio de tres pasos. De manera inicial, se necesita de alguien que transmita la “noticia” o los rumores. Estos tienden a ser líderes de opinión, los cuales le dan un espacio o plataforma que abre paso a que obtenga relevancia y que se continúe difundiendo. Esto lleva a que el tema se convierta en una tendencia por lo que genera emociones y opiniones sobre

esto. Si el mensaje logra obtener la atención de una gran cantidad de personas, puede provocar movimientos, protestas y/o reclamos, en este caso políticos. Enfatizo esto para mostrar la relevancia que tienen las redes sociales para influir en la manera de pensar y de actuar en los individuos. Una participante lo expresa al decir “yo siento que ha influido en mi pues por el hecho de que yo me informo por el teléfono... de que yo estoy en las redes sociales “almost all the time” so muchas cosas de las que yo leo, es a veces como que “my critical thinking” P.1F. Expresando así que mucha de las cosas que ve y lee en las mismas forma parte de su pensamiento crítico. Confirmando así este impacto mencionado. Al igual que por otra parte se podría argumentar cómo el ver constantemente contenido de ámbito informativo o noticiario según los participantes puede ser agobiante y drenante. Esto es considerando el contexto social en el que se desenvuelven, en el cual predomina mucha noticia negativa con respecto a la política, situaciones sociales y la pandemia del Covid-19. Ejemplos de estas expresiones son:

O sea, como que sí es un día que estás pasando 1,000 cosas malas en el mundo pues definitivamente mi estado de ánimo se va por el piso porque pierdo la esperanza de que algo pues ... mejore. Como que veo a Estados Unidos no controla la pandemia y aquí el gobierno es una porquería y aparecen vagones en una esquina de yo no sé qué rincón o que municipio y que se supone que fuese para María y ahora quieren esconder todas las cosas... pues tu empiezas a perder la esperanza en el mundo ..y veo un montón de cosas a nivel internacional que reflejan lo mismo .” P.6M

Otro ejemplo relacionado es la siguiente cita: “...hay tantas cosas malas pasando que uno no sabe como procesarlo. Bueno yo misma borré las redes sociales por eso mismo...” P.4F. La misma admite que tanta noticia y comentario negativo, la llevó a tomarse un receso de las redes sociales. Tema que retomaré más adelante al exponer los sentimientos.

Influencia

Teniendo en cuenta los usos de este equipo y sus repercusiones en ellos/as, procedo a analizar las narrativas de los/as estudiantes universitarios al describir la influencia del celular en ellos. Cabe destacar que los temas del uso y la influencia están interconectados. Es decir, al analizar los usos que le dan al celular, se puede ver cómo este los/as influye a tal nivel que lo integran en gran parte de sus acciones diarias y lo hacen parte de su proceso de desarrollo. Tal y como lo menciona Herrera-Mendoza et.al (2017) el celular ha pasado a convertirse en un artículo de necesidad en la vida de los individuos y el internet en el qué hacer diario a través de sus servicios e información. Al establecer la pregunta ¿Cómo este medio influye en ti? Las respuestas apuntan a visualizar el celular como una herramienta que los/as ha ayudado a crecer en muchos aspectos. Los/las jóvenes ven al equipo como uno que les permite desarrollarse socialmente, dedicarse tiempo a ellos/as mismos y cultivar cierta seguridad en ellos/as.

Como mencioné previamente, los/as jóvenes comparten que, gracias al celular, pueden expandir sus capacidades de comunicación. Mencionan que, por medio de este, logran mantener y aumentar sus relaciones interpersonales, ya que se mantienen en contacto con sus seres queridos/as (ya sea lejanos o cercanos) y a su vez, logran conocer a otras personas, lo cual ven muy positivo. Una chica lo confirma al decir que: “Uno puede planificar para uno verse con esas personas que uno ama y que extraña, que uno como que ha conectado o que está a lo mejor a una distancia de muchas horas o miles de millas así que sí yo pienso que influye bastante.” P.1F. Un factor interesante que me gustaría destacar es el hecho de que cinco estudiantes comentaban en sus narrativas cómo el celular los podía ayudar a desenvolverse en situaciones sociales. Un participante expresa que el equipo lo ha ayudado a controlar cómo se presenta a las personas y desarrollar un vínculo con ellos/as. Veamos un ejemplo: “El celular ha influenciado mucho en mi

más en el aspecto de cómo me presento a las personas y esta facilidad que tengo de comunicarme con las personas me ayuda más a como que conectarme con ellas.” P.2M. Esta cita sugiere la sensación de control que le genera el móvil a la hora de presentarse y dialogar con alguien.

Hubo, además, expresiones como: “me ha ayudado más a poder desarrollarme como persona sociable como persona que está con las distintas personas” P.2M. Nuevamente se refleja la función medular del móvil como constitutivo de la subjetividad humana, hecho que concurre con el marco teórico del construccionismo social del que parto, en tanto plantea la importancia de la relación con los demás. Igualmente, un participante comentó que también siente que el teléfono lo ayuda a ser más sociable ya que “hablar por teléfono me quita un poquito más la ansiedad que hablar en persona” P.6M el mismo expresa que se le hace más fácil hablar por primera vez con alguien por el celular que en persona, ya que la conversación le permite “descifrar” (P.6M) si la persona será de su agrado. Tema que se menciona en la investigación de Pierce (2009) sobre la ansiedad social y su relación con el uso de la tecnología. Teniendo en cuenta este proceso de desarrollo social, cabe mencionar que durante estas reflexiones tres de los/as participantes expresaron que el celular les ha ayudado tanto y lo han integrado tanto a sus vidas que a veces sienten que han creado un tipo de dependencia sobre él. Veamos estas frases: “Pero si influye en mi en el sentido de que creo una dependencia.” P.1F, “Podría decir que dependo bastante de el...” P.3F. Hecho que no interpreto necesariamente negativo, sino que lo veo nuevamente como una integración de este a sus realidades. Tema que abordaré más adelante.

Hasta ahora he destacado cómo los/las jóvenes universitarios/as a través de su narrativa, han mostrado su realidad, cómo describen y explican el fenómeno del uso del celular. Resalté cómo es un proceso que viene dándose de manera gradual desde que son menores. En su proceso de desarrollo, su contexto social los ha llevado a incorporar el mismo como parte de sus vidas y

su capacidad de proveerles varias funciones como consecuencia lleva a integrarlo aún más a cada área de su vida. Esto cubre el espectro que comprende desde aspectos individuales hasta aspectos sociales. El celular ha sido capaz de demostrar su aptitud para apoyar y facilitar muchos aspectos de la vida de los/as jóvenes. Provocando así que los mismos lo vean como una herramienta esencial o como algo que es parte de ellos/as. Entendiéndose lo dicho, como el conocimiento que ha sido creado por las experiencias subjetivas que brindan cada uno de los participantes.

Implicaciones Psicológicas

En cuanto a la dimensión psicológica, manejé la misma buscando obtener una reflexión sobre los sentimientos que les causaba este equipo, al igual que cómo se sienten mientras lo usan. Resulta interesante destacar cómo muchos/as de los/as participantes mostraron sorpresa al formularle la pregunta ¿Cómo tú te sientes con el uso del celular? Al igual que ¿Qué sentimientos te provoca el uso del celular? tomaron su tiempo en responder, lo que sugiere que posiblemente era algo sobre lo que no habían pensado antes. Durante la entrevista, los/as jóvenes comentaron que el móvil sí era capaz de generarles sentimientos. Las disposiciones emocionales mencionadas fueron muchas, dentro de ellas podríamos catalogar que se obtuvieron desde emociones “positivas” a emociones “negativas”. Pareciera que la dimensión psicológica se produce de manera inadvertida, prácticamente inconsciente. Sin embargo, aun así, reconocen la capacidad del celular para causar ciertas emociones en su uso o en su desuso, es decir al utilizarlo y al estar sin él. Dentro de los resultados se vieron varios escenarios; compartieron que el teléfono inteligente era capaz de generarles sentimientos de felicidad y alegría en ocasiones particulares como cuando reciben una llamada o mensaje de texto de sus seres queridos. Una participante expresa cómo el recibir una llamada implica que la tienen presente en su memoria al decir: “En parte feliz, cuando me llegan mensajes es como que alegre “ah alguien se acordó de

mi”. (ríe) I feel good” P.4F. Al igual que: “Cuando estoy hablando con la gente que quiero... “makes me happy”. Mas cuando puedo facetime, cosas así... me pongo feliz” P.3F. Además, expresaron cómo sienten esta emoción cuando ven contenido gracioso en sus redes sociales (chistes, memes, fotos) y cuando reciben notificaciones sobre una foto o un “post” que pusieron: “me puedo poner feliz verdad en las redes sociales cuando uno recibe atención y todo eso.” P.3F. Dando a entender con estas expresiones el recibir un “like” o “comment” es capaz de generar sentimientos de alegría en ellos.

Siguiendo esta línea, de la misma manera que puede generar sentimientos de alegría, puede generar sentimientos de inseguridad, miedo y dependencia según los/as participantes. En cuanto a el sentimiento de dependencia una participante explica que este surge de la siguiente manera:

creo que es... sabes... tienes acceso a tantas cosas... mensajes, redes sociales, que lo tienes ahí pues... este tienes acceso a todo eso que... empieza primero como una distracción este... pues estas en una fila o lo que sea, este pues es fácil chequearlo y entonces se hace un hábito hasta que lo chequeas. Se convierte un hábito y dependes de eso. Cuando tienes el teléfono y te quieres distraer pues... P.3F.

Dando a entender así, que esto puede surgir ante el acceso que tienen a redes, contenido, llamadas o juegos, que podrían comenzar como entretenimiento. Al ser buenas las sensaciones provocadas, los actos pasan a ser hábitos en donde finalizan como rutinas. Estos planteamientos podrían sugerir que, al convertirse en rutina, los individuos verificarían frecuentemente el celular, ya que este siempre tendría contenido nuevo que brindar o revisarlo para ver si alguien los contactó de una manera u otra. En cuanto a la inseguridad, se habla más sobre la parte de los malentendidos que puede surgir por medio de los mensajes de texto, ya que no siempre se

interpreta o se lee de la forma en que el emisor quiso llevar su mensaje. Por ejemplo:

“inseguridad, incertidumbre. De nuevo, porque hay veces que puedo interpretar cosas que este que... o puedo pensar cosas que ni están.” P.3F. Mientras la participante añade que en las redes sociales se reproduce constantemente un modelo o una idea de perfección que, en muchas ocasiones, lleva a las personas a intentar alcanzar el mismo. Al no hacerlo, podría crear inseguridades, miedos e incomodidades; como lo fue el caso de esta, quien narró que en ocasiones se siente insegura debido a los estándares de belleza que ve en sus redes. Aquí sus palabras: “Inseguridades. Insatisfacción por las redes sociales, lo que se presenta. Por ejemplo, los estándares de belleza, todo lo que se reproduce en las redes sociales.” P.3F.

Tomando lo mencionado, interpreto su comentario como uno que alude a lo que se conoce como comparación social. Esto según Fardouly et.al, (2018) es una teoría establecida por Festinger, la cual establece que las personas tienen un impulso para determinar su progreso y su posición en diferentes aspectos de su vida y que es por esto por lo que acuden a compararse con otras personas. La teoría además presenta que estas comparaciones pueden tener unas consecuencias en ocasiones negativas para la salud mental de los individuos (Fardouly et.al, 2018). En este escenario particular los autores mencionan que en las redes sociales las personas tienden a enseñar “la mejor versión” de ellos/as, lo que implica que cuando otros/as ven los perfiles de estos individuos pueden acudir a compararse de una manera u otra con las mismas. Cosa que se puede entender que es la situación de la participante al traer el tema de los “estándares de belleza”, ya que hay un proceso de pensamiento en el que tal vez no ve su imagen a la par con el “prototipo” que tiende a observar. Cosa que también comenta un chico al decir: “Lo otro así con autoestima después cuando me comparo... la gente en las redes me comparo con ellos/as siento que son mejores o me podría afectar” P.5M. Tema que menciona Vlahakis

(2018) en su estudio al identificar una relación entre las redes sociales y el bienestar mental de los/as individuos al evaluar la autoestima. No obstante, el participante reconoce que el efecto puede ser positivo, ya que puede recibir comentarios de buen gusto provocando que se sienta mejor y feliz. Aquí sus palabras: "...puede pasar lo opuesto. Tú puedes subir una foto tuya y todo el mundo te dice ay qué lindo te ves, qué lindo te queda, que Dios te bendiga y eso te alegra y eso te sube el autoestima." (P.5M).

Por otro lado, el móvil parece que logra transmitirles sentimientos de tranquilidad, comodidad, calma y seguridad. Esto se sugiere cuando hacen referencia a poder relajarse, distraerse a través de sus aplicaciones y siempre tener a alguien con quien pueden comunicarse como lo menciona Vlahakis (2018) en sus resultados. Aquí un ejemplo: "si estoy en un centro comercial y necesito comunicarme con alguien pues tengo esa seguridad de que con el teléfono yo me puedo comunicar con alguien." P.2M. Al igual que brinda seguridad a la hora de corroborar una información, buscar una ruta o cualquier cosa que necesiten. Inclusive, un participante comentó que valora mucho el espacio propio que le permite tener el celular, es decir por medio del móvil siente que puede dedicarse un tiempo para el mismo y su entretenimiento; sus palabras "...me permite tener un espacio mío." (P.2M). Un comentario que me cautivó lo fue el de una chica. La misma planteó que siente una sensación de control, cuando tiene su celular a su alrededor. Aquí sus palabras: "...Si tengo mi teléfono y todo está bien me siento como que un poquito más en control versus cuando a lo mejor no lo tengo..." P.1F. Sentimiento que coincide con Rodríguez et.al, (2016), pero de se ve de otra manera, ya que se menciona como los participantes obtienen la sensación de control con sus celulares en momentos particulares cómo al elegir la cantidad de atención que brindan en sus interacciones. La participante describe cómo en ocasiones siente que no se puede alejar de él y que cuando lo hace siente una desesperación de

recuperarlo inmediatamente. Sentimiento que se puede asociar al “no poder vivir sin él” como menciona una de las participantes en la investigación de Figueroa (2012). La chica de esta investigación inclusive admite que el celular le perjudica y le obstaculiza en sus procesos de estudio, por el hecho de que no se concentra por completo. En un doble vértice desde el cual también se destaca la dimensión positiva del uso del celular la entrevistada planteó que la ayuda con su ansiedad y que acude al mismo cuando se siente de esta manera y no puede controlar sus pensamientos. Es decir, el “Smartphone” le sirve como distracción o calmante ante esa situación. A continuación, sus palabras: “So... yo siento que en cierta manera el teléfono me da como que terapia como que me calma. “Like everything is in control when I have it, my phone with me”... como que estoy. Si tengo mi teléfono y todo está bien me siento como que un poquito más en control versus cuando a lo mejor no lo tengo...” P.1F.

Abordando aún más sobre los sentimientos presentados en las entrevistas, por otra parte, se destaca también los sentimientos de irritación, molestia e inutilidad. Las razones detrás de los mismos consisten mayormente cuando ven noticias tristes, negativas o frustrante en las redes sociales y sienten que no pueden hacer nada al respecto. Por ejemplo: “...Hay veces que uno ve cosas que me siento inútil no tengo manera de ayudar, de poder “do something about it”. (P.3F). En adición, como comenté previamente, los/las participantes describen que, en ocasiones, las redes sociales pueden llenarse de mucha noticia o comentarios negativos, los cuales provocan en ellos cierta tristeza e incomodidad. Una participante comentó que por estas razones decidió abandonar las redes por un tiempo, ya que necesitaba tener un espacio para ella y despejar su mente. Su situación se ve en la siguiente cita: “También para las cosas malas, hay tantas cosas malas pasando que uno no sabe cómo procesarlo. Bueno yo misma borré las redes sociales por eso mismo, porque tantas cosas pasando y siguen pasando y siguen pasando que fue como que

“Okay. Tengo que procesarlo de otra manera, pero no sé cómo y por eso lo borré.” P.4F.

Expresión que sugiere cómo a veces las redes o el contenido que ven en los celulares puede llegar a abrumar y desanimar a los mismos/as. Otros de los momentos donde pueden sentir sensaciones similares, lo es en ocasiones donde el deseo de conectividad es tan grande que pueden pasar horas pegados al móvil y dejan para luego asuntos que deben atender al momento, como lo es una tarea, una lectura, un trabajo o una diligencia. La misma se ve en la siguiente cita: “Cuando estoy atrasada en la universidad y no puedo “put my phone down”. Ese es el ejemplo más concreto. Cuando yo me he sentido súper mal por estar en el teléfono y no puedo soltarlo.” P.1F. Expresión que refleja nuevamente la conectividad e integración que tienen varios de estos jóvenes con su dispositivo y que se puede relacionar con los resultados de Vlahakis (2018), ya que este comenta sobre una relación entre el sentimiento de procrastinación y el de inutilidad que se puede apreciar en esta participante al no poder dejar el celular a un lado para estudiar.

Es esta conexión con el móvil tan importante que inclusive en entrevistas de este estudio, se dialogó sobre el tema de la capacidad que tiene el celular de reducir sentimientos de soledad, como lo menciona la investigación de Park (2016). En el caso de Park (2016), el tema de soledad se evaluó con respecto a la cantidad de tiempo que invertían en la cantidad de mensajes para influir en el sentimiento de intimidad y soledad. En esta investigación, exploré más bien la postura de lo/as participantes en cuanto a la soledad y el celular. Las respuestas fueron variadas, ya que hubo universitarios/as que expresaron tener la sensación de soledad cuando acuden a contactar a alguien y no reciben respuesta: “Cuando no tengo nada que hacer y quiero hablar con alguien y todo el mundo está ocupado por qué está trabajando o están estudiando. Ahí es como que me siento solo” (P.5M). Al igual que hubo participantes que indicaban que el celular no le

provocaba o inclusive le reducía sentimientos de soledad, ya que les genera esta sensación de que siempre tendrán a alguien a quien contactar. Por otro lado, unos comentan que sienten soledad cuando se comparan socialmente con otras personas o circunstancias como mencioné previamente. Es decir, al estar expuestos a una multiplicidad de eventos, personas, situaciones, entre otras; que puede llevar al individuo (consciente o inconscientemente) a comparar su situación actual con lo que está observando. Creando así presiones que de manera inicial no estaban en la persona. Aquí un comentario: ...los estándares que uno ve en las redes sociales, estándares de belleza, lo que uno debe tener, todo lo que las amistades tienen, todo lo que las otras personas tienen y tú no pues uno se siente solo...” (P.3F).

Apropiación del celular/ Realidad Cyborg

En las entrevistas sobresalieron muchas expresiones que denotan cómo los/as jóvenes universitarios/as se han apropiado del celular. Cuando hablamos de Cyborg, nos referimos a un híbrido entre una máquina y un organismo, al igual que una criatura de ficción (Haraway, 1985). Al recopilar las narraciones, descripciones y perspectivas de los/las jóvenes universitarios/as con respecto al uso del celular y sus implicaciones psicológicas en ellos/as, pude notar cómo estos/as ven al móvil como “una parte de ellos/as” en sentido literal y simbólico. Literal, ya que siempre optan por tenerlo consigo y accesible. De esto no ser así, establecen que sentirían que le falta algo o se desesperarían. Expresiones como “me daría un ataque” (P.6M), “me desesperaría bien feo” (P.5M) o “tengo una necesidad de siempre tenerlo encima...” (P.4F); muestran la importancia que tiene este equipo para ellos/as. Una de las explicaciones para que este sentir sea así es por el contenido que tienen dentro del mismo. Muchos comentaron lo valioso que encuentran que pueden tomar y guardar fotos, ya que a través de ellas reviven memorias. Al igual que otras funcionalidades como: llamada, mensajes, metabuscador y entretenimiento. En la

parte simbólica se observa el escenario donde una participante comenta: “Yo siento que tiene una influencia bien grande porque ahora mismo yo no puedo salir sin mi teléfono, es como que se ha convertido en una parte de mi como que una parte extendida de mí.” P.1F, dejando saber que considera al celular como una parte de ella. En adición otra participante comentó: “el teléfono hoy en día es como una extensión de la persona. P.3F y un chico: “se puede resumir a que sé que está convertido más una vida es una parte de mi vida” P.2M. Confirmando así que ellos/as habitan el celular y el celular los habita a ellos/as a tal nivel que lo consideran como una parte de su cuerpo o una extensión de ellos. Expresiones que coinciden con la investigación de Figueroa (2012) “...no puedo andar sin mi celular. Es como una cosa que es parte de mí. Como si fuera una mano...”. (p.222). Al igual que “...me gusta el hecho de que siempre estoy con él, que dependo de él...” (p.222).

En las entrevistas recopilé expresiones que mostraban el apego que tienen hacia el celular, al igual que surgieron situaciones donde inclusive le atribuían cualidades de animal y humanas a este. Uno de los casos lo comenté previamente, este es cuando una joven comenta que siente que el teléfono le da terapia, ya que la ayuda a calmarse en momentos de alta ansiedad, al igual que la ayuda a despejar su mente. Otro de los casos fue cuando una chica menciona que “domestica” a su celular para llevarlo a hacer lo que ella desee que haga. La misma dijo: “Pero si es como un perrito como que uno los quiere y “whatever” pero los domestica, les da cantazo porque no hacen las cosas como uno quiere y como que finalmente los quiere.” P.4F o “Es que ya se siente literalmente, la tecnología ha llegado a un nivel de que es como si tu tuvieses un mini “minion” se ríe. Porque el (refiriéndose al celular) ya te hace caso, te dice todo, hasta te sugiere la ruta para tu casa.” P.4F. Por otro lado, un chico comenta cómo en ocasiones puede utilizar el celular para neutralizar o manejar sentimientos que está sintiendo al momento. Es

decir, utiliza el equipo para fortificar o disminuir intensidad del sentimiento, al igual que menciona que puede tener un estado de ánimo y luego de ver algo en el celular, cambiar el mismo completamente. A continuación, sus palabras: “Que puede ser así, puede ser algo, una emoción que yo sienta y entonces el teléfono me ayuda pues como que a controlarlo a como yo quiera mental como quiera bajarlo o neutralizarlo y también puedo tener un estado de ánimo y el teléfono cambiarlo como que enterarme de algo y me cambia el mood.” P.2M. Estas expresiones confirman nuevamente, el apego y la apropiación que ha tenido la generación con el uso del celular, provocando en ellos pensamientos, sentimientos y gestos que los llevan a actuar de una manera u otra.

Diferencia por género

Es importante recalcar que, a diferencia de la revisión de literatura, no identifiqué diferencias en cuanto a género sobre el uso del celular y sus implicaciones psicológicas. Chen, et. al (2017) establecen que las personas que se identificaban como hombres eran más propensos a jugar juegos, ver videos y escuchar música. Mientras que las personas que se identificaban como mujeres estaban más inclinadas a utilizarlo para comunicarse y para las redes sociales. En este caso, al evaluar segmentos de entrevistas el uso era muy parecido en los chicos y las chicas. Ambos géneros incorporaban lo que es la comunicación, el entretenimiento, la búsqueda de información y aspectos laborales/estudios. Por ejemplo, en el caso de la comunicación obtuve comentarios de ambos géneros: “Pues mayormente hablar, o sea comunicación con otras personas.” P.4F (mujer) y obviamente llamadas con mis amigos en mi familia” P.6M (hombre). En el entretenimiento: “Para entretenerme, like eso aplica para todo. Pero también para el trabajo” P.1F (mujer) y “...ya en las redes sociales Como Facebook Twitter pues es más como

entretenimiento como cosas cómicas...” P.5M (hombre) y así sucesivamente en las demás categorías.

Lo mismo ocurrió con la dimensión psicológica y los sentimientos. Como ya se ha visto ambos géneros de manera general comentaron sobre todos los sentimientos o sensaciones similares, ya que desde un inicio se les hizo una pregunta abierta para que fuesen estos quienes expresaran lo que quisiesen. Todos/as los participantes se expresaron y coincidieron en muchos sentimientos, dejando saber la capacidad de este en provocarlos. Entiendo que esto podría atribuirse a que cada participante estaba bastante consciente de la investigación de la que formaban parte, al igual que al inicio de cada entrevista se le establecía nuevamente de que trataba. Resaltando el hecho de que se le quería dar un espacio para escucharlos y conocer su mirada y perspectiva. Además, de que como investigadora tenía una lista de los sentimientos obtenidos por la revisión de literatura; que en caso de querer abordar o dialogar sobre uno en particular, nombraba el mismo.

Sin embargo, es importante mencionar que, contrario a lo esperado, los hombres fueron los que más elaboraron y los que más abiertos fueron al expresar cómo se sentían con el uso del celular, mientras que las mujeres se tomaban su tiempo y contestaban de manera directa. Entiendo que varias razones podrían explicar por qué ellos fueron más abiertos. Primeramente, es importante tener en cuenta que todos los participantes pertenecían a la facultad de Ciencias Sociales. Al pertenecer a esta facultad es probable que estén más expuestos a trabajar con estos temas. Además, cinco de estos eran de la concentración de Psicología, hecho que les permite tener una apertura mayor sobre temas como la construcción del género. Considero además que, a diferencia de otras generaciones, la que fue entrevistada es una que es mucho más abierta en

cuanto a temas de género y otros que se desprenden de este como lo es la expresión de sentimientos.

Cabe destacar que hubo diferencia por género cuando dialogaron sobre el tema de las redes sociales y la auto estima. Las mujeres son las que más sienten esta presión que surge de la comparación social, en particular sobre el tema de la autoimagen y los estándares de belleza. Las tres chicas dialogaron sobre su sentir con la situación, mientras que los chicos solo uno comentó que sentía algún tipo de presión pero que esta no era muy fuerte. Los otros jóvenes, expresaron no ver correlación de estos temas con el celular. Presento como una posible explicación para esto es que la mujer es llevada por la sociedad a sentir la necesidad de cumplir con ciertos estándares, estereotipos y conductas. Presión, que no en muchas ocasiones se ve en los hombres. Atribuyo este pensamiento al hecho de que el contexto en el que se encuentran estos jóvenes, su realidad demuestra que viven en una sociedad patriarcal en la que se ha construido unos entendidos sociales donde ciertos rasgos físicos se atribuyen a la belleza y otros no creando así una normativa o unos estándares de la que sienten cierta presión cumplir.

Conclusión

A través de esta investigación pude recopilar las perspectivas, narraciones y descripciones de seis jóvenes universitarios/as de la UPRRP con el propósito de conocer su realidad y entender cómo ellos/as perciben y explican el fenómeno del uso del celular y las implicaciones psicológicas que estas pueden tener en cada cual. En los resultados se puede ver el alcance del celular en la vida diaria de cada uno de los/las jóvenes. Sus narrativas enfatizan la manera en que estos le otorgan sentidos y significados, cosa que eventualmente tiene una influencia en sus procesos psicológicos, ya que como establece el Construccinismo Social, la persona es influida por múltiples factores a su alrededor. Dentro de estos se encuentran la

cultura, el contexto, el lenguaje y en este caso las tecnologías que los rodean. El análisis de las entrevistas me permitió concluir que el celular es una herramienta que viene creciendo con ellos/as. Pertenecen a una generación que ha tenido ambas partes del proceso, es decir han estado sin el teléfono y han estado en su proceso de incorporación. Los mismos demuestran lo útil que es para ellos/as, enfatizando cómo lo integran prácticamente en cada parte de sus actividades.

Este hecho normaliza el uso cotidiano del equipo ante ellos/as y ante la sociedad. Tal y como menciona Figueroa (2017), el teléfono celular se ve como un instrumento de comunicación global, la mayoría de sus usos son locales, destacándose todo lo que tiene que ver con las relaciones interpersonales. El uso masivo del celular no cancela el espacio o medio previamente utilizado si no que crea uno que es local y global al mismo tiempo. En las narrativas los/las participantes mostraron cómo sienten que el celular es parte de ellos/as. Enfatizan su multiplicidad de funciones y cómo consecuencia se convierte en una herramienta que pasa todo el día con ellos/as. Hecho que los/las lleva a reflexionar sobre cómo los/las ayuda en aspectos sociales y personales. Se puede analizar cómo estos/estas muestran un vínculo, una conexión y una relación afectiva con el celular. Es a través de los diálogos que se puede ver como los/las jóvenes tienen un sentido de integración con el equipo; a tal extremo que el tenerlo les genera tranquilidad y el no tenerlo les genera una sensación de que les hace falta algo.

La dimensión psicológica fue explorada a través de toda esta investigación. Creo importante destacar cómo mucho de estos procesos fueron de manera consciente e inconsciente. Es decir, los/las participantes mostraron estar conscientes de hechos como: los usos que le dan al celular, las horas que pasan en él y los aspectos positivos y negativos que obtienen del mismo. Un ejemplo de esto es cuando mencionan que dentro de las implicaciones positivas del celular

obtienen: la capacidad de comunicarse, la multiplicidad de utilidades, el entretenimiento, entre otras cosas. En las implicaciones negativas comentan que reconocen que puede ser un elemento que distrae, mencionan la vulnerabilidad a ser “hackeados” o robo de información, la exposición a “fake news” e inclusive la capacidad de crear cierta adicción hacia el móvil. No obstante, en los temas sobre los sentimientos, estos mostraron ser unos procesos que ocurrían de manera inconsciente en ellos, pero lograron reflexionar por medio de esta investigación. Por ejemplo, el hecho de recibir una llamada provoca una sensación de que “me quieren” o “están pensando en mí”. Al igual que implicaciones como sentir una sensación de control, utilizar el celular para neutralizar sentimientos, manejar sentimientos de ansiedad, sentirse menos solos, entre otros. Es esta incorporación constante que muestra que el teléfono inteligente es capaz de influir a través de sus funcionalidades, hábitos de uso y proceso de incorporación, en la dimensión psicológica del individuo, provocando así todo tipo de pensamientos y sentimientos (desde alegría hasta tristeza). Con los hallazgos de esta investigación puedo concluir que vivimos en una sociedad “cyborg”, es decir una generación y sociedad que muestra cómo este proceso de integración tecnológica ha llevado a que la misma forme parte de ellos/as, de su desarrollo y de su normalidad.

Limitaciones

Durante la investigación hubo situaciones que pueden considerarse como limitaciones. En el periodo que se llevó a cabo la misma surge una pandemia, la cual lleva a modificar el proyecto para poder llevar a cabo el plan de trabajo. Las entrevistas tuvieron que ser de manera virtual, hecho que de por sí trae unas limitaciones ya que durante las mismas no se puede ver completamente el lenguaje corporal del entrevistado/a. Durante las entrevistas, surgieron interrupciones por problemas del internet y su conexión, lo cual llevó a que no pudiese capturar

todo lo que decían los/as participantes o que se “perdiera el hilo” de la entrevista. Es importante mencionar que esto no surgió en todas las entrevistas, pero aun así ocurrió en algunas. Además, entiendo que existe la posibilidad de que la persona no se sintiera totalmente cómodo/a ya que, al estar en lugares distintos, la investigadora no tenía el control sobre quién estaba escuchando la entrevista y sus expresiones.

Recomendaciones

En cuanto a las recomendaciones, entiendo que se puede llevar a cabo un estudio más adelante con los/as mismos/as estudiantes para ver si su perspectiva o realidad sobre el celular y sus implicaciones han cambiado o permanece de la misma manera. Al igual que se podría indagar y verificar si luego de tener este espacio para reflexionar sobre el proceso, han notado algún cambio en ellos/as y el uso del móvil. Por otro lado, se podría hacer un estudio sobre la misma temática, incorporando mayor cantidad de participantes para así tener una muestra más abarcadora. Entiendo, además, que la naturaleza de la investigación, entrevistas con preguntas abiertas, permitió la posibilidad de que surgieran muchos temas relacionados con el uso del celular. Ejemplos de estos temas son: las redes sociales y la autoestima; las redes sociales y su relación con la salud mental, al igual que el tema sobre la influencia de los medios sobre el pensamiento y acciones de los individuos. Los mismos pueden ser elaborados profundamente de brindándoles un enfoque a cada uno de manera individual.

Referencias

- Allcott, H., & Gentzkow, M. (2017). Social Media and Fake News in the 2016 Election. *The Journal of Economic Perspectives*, 31(2), 211-235. <http://www.jstor.org/stable/44235006>
- Álvarez, O. J., & Rodríguez, E. (2012). El uso de la internet y su influencia en la comunicación familiar. *Trilogía Ciencia Tecnología Sociedad*, 4(7), 81-101.
<https://doi.org/10.22430/21457778.154>
- Arias, M., Ávila, C., Enciso, L., Garzón, J., Matías, S., Peralta, L., Preciado, D., Torres, L. Salazar, P., Vega, D. (2011). *Influencia de los Smartphones en Los Estilos de Vida de Los Jóvenes Universitarios y Jóvenes Ejecutivos en la Ciudad de Bogotá*. [Proyecto de grado].
https://www.utadeo.edu.co/files/collections/documents/field_attached_file/influencia_de_los_smartphones_en_los_estilos_de_vida_de_los_jovenes_universitarios_y_jovenes_ejecutivos_en_la_ciudad_de_b1.pdf
- Ander-Egg, E. (1982). *Métodos y Técnicas de Investigación Social*. Editorial Lumen. Humanitas.
- Bayman, N. (2010). *Personal Connections In The Digital Age: Digital Media and Society Series*. Polity Press.
- Belli, S. (2009). La construcción de una emoción y su relación con el lenguaje: revisión y discusión de un área importante de las ciencias sociales. *Theoria*, 18(2), 15-42.
<http://www.ubiobio.cl/miweb/webfile/media/194/v/v18-2/03.pdf>
- Besolí, G., Palomas, N., & Chamarro, A. (2018). Uso del móvil en padres, niños y adolescentes: Creencias acerca de sus riesgos y beneficios. *Aloma: Revista de Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 36(1), 29-39.

- Breakwell, G., Hammond, S., Fife-Schaw, C., & Smith, J. (2006). *Research Methods in Psychology 3rd edition*. Sage Publications.
- Cáceres, M. D., Ruiz San Román, J. A., & Brändle, G. (2009). Comunicación interpersonal y vida cotidiana. La presentación de la identidad de los jóvenes en Internet. *CIC. Cuadernos De Información Y Comunicación*, 14, 213 - 231.
<https://revistas.ucm.es/index.php/CIYC/article/view/CIYC0909110213A>
- Chen, B., Liu, F., Ding, S., Ying, X., Wang, L., & Wen, Y. (2017). Gender differences in factors associated with smartphone addiction: a cross-sectional study among medical college students. *BMC Psychiatry*, 17(1), 341. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1503-z>
- Cornejo, M., & Tapia, M. L. (2011). Redes sociales y relaciones interpersonales en internet. *Fundamentos En Humanidades*, 12(2), 219-229. Article GALEIA351949181
<https://link.gale.com/apps/doc/A351949181/IFME?u=uprpiedras&sid=IFME&xid=d84a90a9>
- Donoso Niemeyer, T. (2004). Construcción Social: Aplicación del Grupo de Discusión en Praxis de Equipo Reflexivo en la Investigación Científica. *Revista de Psicología*, 13(1), 9-20. DOI: 10.5354/0719-0581.2012.17459
- Elhai, J., Levine, J., Dvorak, R., & Hall, B. (2016). Fear of missing out, need for touch, anxiety and depression are related to problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 63, 509-516. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.079>
- Fardouly, J., Magson, N. R., Johnco, C. J., Oar, E. L., & Rapee, R. M. (2018). Parental Control of the Time Preadolescents Spend on Social Media: Links with Preadolescents' Social Media Appearance Comparisons and Mental Health. *Journal of Youth and Adolescence*, 47(7), 1456-1468. <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0870-1>

Figueroa, H. (2019). Smartphone encarnado: semiótica para una prótesis digital. *Ciberculturas/tercera época. Serie transformaciones (enero-junio2019)*. 63-76.

<http://dx.doi.org/10.35659/designis.i30p63-76>

Figueroa, H. (2017). *Imaginarios de sujeto en la Era Digital. Post(identidades) contemporáneas*. Ediciones Ciespal.

https://www.academia.edu/38884304/IMAGINARIOS_DE_SUJETO_EN_LA_ERA_DIGITAL_Post_identidades_contemporáneas

Figueroa Sarriera, Heidi J. (2012). El celular como prótesis móvil en la vida cotidiana de mujeres jóvenes adultas. En Souza, María Dolores; Cabello, Patricio y Del Valle, Carlos (Eds.). *Medios, edades y cultura. Temuco: Ediciones Universidad de La Frontera/CNTV*. 221-234.

https://www.academia.edu/4641181/Figueroa_Sarriera_Heidi_J._2012_.El_celular_como_prótesis_móvil_en_la_vida_cotidiana_de_mujeres_jóvenes_adultas._En_Souza_Mar%C3%ADa_Dolores_Cabello_Patricio_y_Del_Valle_Carlos_Eds._.Medios_edades_y_cultura._Temuco_Ediciones_Universidad_de_La_Frontera_CNTV._ISBN_978-956-236-222-1

Gergen, K. (1996). *Realidades y relaciones: aproximaciones a la construcción social*. Paidós

Básica. https://www.academia.edu/3798319/Gergen_-_realidades_y_relaciones

Gergen, K. J., & Davis, K. E. (Eds.). (2012). *The social construction of the person*. Springer

Science & Business Media. <https://www.taosinstitute.net/product/the-social-construction-of-the-person-editors-kenneth-j-gergen-keith-m-davis>

- 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
- Gutierrez, J. (2020, Jan 15). Translated by ContentEngine, L. L. C. (2020). *Anxiety, depressive symptoms and time savings: These are the ten consequences of cell phone use*. CE Noticias Financieras. [News]. Proquest document ID: 2339587898
<https://search.proquest.com/docview/2339587898?accountid=44825>
- Harraway, D. (2016). A Cyborg Manifiesto. *University of Minesota Press*.
https://warwick.ac.uk/fac/arts/english/currentstudents/undergraduate/modules/fictionnow/narrativemediaandtheoryinthe21stcentury/manifestly_haraway_----_a_cyborg_manifesto_science_technology_and_socialist-feminism_in_the_....pdf
- Herrera Mendoza, K; Acuña Rodríguez, M; Gil Vega, L. (2017). Motivación de jóvenes universitarios hacia el uso de teléfonos celulares. *Revista Encuentros, Universidad Autónoma del Caribe*, vol. 15-01. pp. 91-10 <http://dx.doi.org/10.15665/re.v15i1.631>
- Hernández-Sampieri, R. (2014). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill.
- Instituto de Estadísticas de Puerto Rico. (2019). Memorial Instituto de Estadísticas.
https://estadisticas.pr/files/Memoriales/P_del_S_99_Memorial_Instituto_Estadisticas_Dr_Disdier_021019.pdf
- Jankovic, B., Nikolic, M., Vukonjanski, J., & Terek, E. (2016). The impact of facebook and smart phone usage on the leisure activities and college adjustment of students in Serbia. *Computers in Human Behavior*, 55, 354-363.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.022>

- Mackay, R. (1997). An introduction to social constructionism. *Canadian Journal of Sociology*, 22(4), 526. [Book review] ProQuest 220547480
- Molina, A., Roque, L., Garcés, B., Rojas, Y., Dulzaides, M. & Selín, M. (2015). El proceso de comunicación mediado por las tecnologías de la información. Ventajas y desventajas en diferentes esferas de la vida social. *MediSur*, 13(4), 481-493.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-897X2015000400004
- Morales, C. (2018). Uso del Smartphone por Empleados no Docentes de la UPR, Río piedras. (Puerto Rico). [Disertación sometida al Departamento de Psicología de la Universidad de Puerto Rico.]
- Negociado de Telecomunicaciones de Puerto Rico. (2020). Estadísticas de la Industria de las telecomunicaciones en Puerto Rico.
http://www.jrtpr.pr.gov/estadisticas/Estadisticas_Telefonia.pdf
- Park, N., Lee, S., & Chung, J. E. (2016). Uses of cellphone texting: An integration of motivations, usage patterns, and psychological outcomes. *Computers in Human Behavior*, 62, 712-719. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.041>
- Peñulela, M., Paternina, J., Moreno, D., Camacho, L., Acosta, L., De León, L. (2014). Influence of smartphones on interpaersonal relationships of university students in the city of Barranquilla (Colombia). *Salud, Barranquilla* (30)3, 335-346.
<http://dx.doi.org/10.14482/sun.30.3.5787>
- Pew Research Company. (2019). Demographics of Mobile Device Ownership and Adoption in the United States. <https://www.pewresearch.org/internet/fact-sheet/mobile/>

- Pierce, T. (2009). Social anxiety and technology: Face-to-face communication versus technological communication among teens. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1367-1372. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.003>
- Rodríguez, Z & Rodríguez, T. (2016). Los jóvenes, la comunicación afectiva y las tecnologías: entre la ritualización de la expresión y la regulación emocional. *Intersticios sociales*, (11). <http://www.scielo.org.mx/pdf/ins/n11/2007-4964-ins-11-00006.pdf>
- Ruelas, A. L. (2015). El teléfono celular y las aproximaciones para su estudio. *Comunicación Y Sociedad*, (14), 143-167. <https://doi.org/10.32870/cys.v0i14.1284>
- Tapia, M. L. (2016). Los vínculos interpersonales en las redes sociales. Nuevos modos de comunicación en el marco de la Universidad Nacional de San Luis, Argentina. Interpersonal links in social networks. new modes of communication in the framework of an argentine university. *Espacio Abierto: Cuaderno Venezolano De Sociología*, 25(4), 193.[Gale One File] GALE|A505400234
- Torres, L. (2009). Redes sociales y efectos políticos: Reflexiones sobre el impacto de Twitter México. *Sociología y tecnociencia: Revista digital de sociología del sistema tecnocientífico*, (2), 63-75. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3293148>
- Vale-Nieves, O., Rivera-Maldonado, M., & Rodríguez, C. W. (2015). SMS en el salón de clases: usos y prácticas de estudiantes universitarios *Revista Internacional de Aprendizaje y Cibersociedad*. (19) 2. <https://journals.eagora.org/revCIBER/article/view/869>
- Vale-Nieves, O., Maldonado, M. & Jiménez, A. (2020). SMS en el salón de clase: el reto de la multitarea. En Figueroa, & González (Eds.) *Tecnocultura desde América Latina*. Ediciones USTA, editorial de la Universidad de Santo Tomás.
(En proceso de publicación).

Vázquez, M. (2014). *Historia y Comunicación Social*. Pablo de la Torriente. La Habana.

<https://upea.reyqui.com/2017/06/historia-y-comunicacion-social-de.html>

Vlahakis, J. K. (2018). *Social media, cell phone use, and health among umass Lowell*

undergraduates. [Doctoral dissertation, University of Massachusetts Lowell] Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2050556024).

Xu, M., David, J. M., & Hi Kim, S. (2018). The Fourth Industrial Revolution: Opportunities and Challenges. (9)2, 90-95. <https://doi.org/10.5430/ijfr.v9n2p90>



Apéndice A

CIPSHI-IRB,UPR-Río Piedras <cipshi.degi@upr.edu>

29 Jun. 2020 13:58

para mí,

Marleana M Rolón Sanfeliz

Estimada señora Rolón:

Las condiciones establecidas por el Comité Institucional para la Protección de los Seres Humanos en la Investigación (CIPSHI) para autorizar el protocolo *Las Implicaciones Psicológicas del uso del celular en los/las Jóvenes Universitarios de la UPRRP (#1920-188)* se cumplieron apropiadamente.

Por lo tanto, está autorizada para llevar a cabo la investigación.

Observe que solamente debe utilizar espacios de redes sociales públicas para contactar a posibles participantes. Debe respetar los espacios privados o creados para unos fines específicos.

El CIPSHI autoriza el protocolo de la investigación en un contexto de cotidianidad. Es responsabilidad de los investigadores protegerse y proteger a los posibles participantes durante el periodo de emergencia de salud pública y seguir las instrucciones institucionales y estatales.

Recuerde conservar copia de los documentos radicados en el DEGI, especialmente de la(s) hoja(s) de consentimiento informado. La versión de la(s) hoja(s) de consentimiento aprobadas por el CIPSHI es la que debe reproducir y entregar a los participantes de la investigación.

Cualquier modificación posterior a esta autorización requerirá la consideración y reautorización del CIPSHI. Además, debe notificar cualquier incidente adverso o no anticipado que implique a los sujetos o participantes. Al finalizar la investigación, por favor envíe el formulario de Notificación de Terminación de Protocolo.

Le deseamos éxito.

Atentamente,

Myriam L. Vélez Galván, MA
Oficial de Cumplimiento

Decanato de Estudios Graduados e Investigación
Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras
18 Ave. Universidad STE 1801



Apéndice B

Programa de Estudios de Honor Universidad de Puerto Rico Recinto de Río Piedras		Pagina Uno Elwood Program University of Puerto Rico Río Piedras Campus
		
UNIVERSIDAD DE PUERTO RICO DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA 9 AVE. UNIVERSIDAD STE 901 SAN JUAN PR 00925-2529		
HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO		
Las implicaciones psicológicas del uso del celular en los/as jóvenes universitarios de la		
Descripción:	Programa UPRRP Estudios de Honor	
<p>Le invitamos a participar en una investigación que desea conocer cuáles son las implicaciones psicológicas del uso del celular en los/as jóvenes universitarios/as de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Esta investigación es realizada por Marleena M Rolón, estudiante subgraduada de psicología de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. El objetivo principal de esta investigación es explorar los efectos psicológicos, directos e indirectos, del uso del celular en estudiantes universitarios/as. Además, se busca conocer si hay diferencia entre géneros en cuanto al uso del celular.</p>		
<p>Usted fue seleccionado/a para participar en esta investigación ya que cumple con los requisitos para la misma. Estos son: (1) actualmente esté cursando un bachillerato en la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. (2) tiene entre 21-25 años. (3) posee un celular "smartphone" (un celular que tenga acceso al internet y a aplicaciones tales como redes sociales) (4) consienta en participar de forma voluntaria en este estudio. Espero que en este estudio participen aproximadamente 6 personas como voluntarios.</p>		
<p>Si acepta participar en esta investigación, estará accediendo a completar un cuestionario sociodemográfico y a participar de una entrevista. La duración del cuestionario y entrevista será de aproximadamente 60 minutos. La entrevista será grabada en audio con el propósito de transcribir la misma y realizar un análisis de datos. De la entrevista ser virtual, será grabada en audio y video, nuevamente con el propósito de transcribirla y llevar a cabo un análisis de datos.</p>		
<p>  WAPA Corporación de Radiodifusión de Puerto Rico Calle Comercio 100, San Juan, PR 00901 Teléfono: (787) 755-1000 Fax: (787) 755-1001 Correo electrónico: wapa@wapa.com Sitio web: www.wapa.com </p>		



Riesgos y beneficios

Los riesgos para los/as participantes asociados a este estudio son mínimos. De presentarse alguna inquietud o incomodidad durante su participación en esta investigación, puede comunicarlo, pedir un receso y/o retirar su participación sin ser penalizado/a. En caso de experimentar alguna incomodidad durante o después de completar la entrevista y desear ayuda profesional, se le referirá al Centro Universitario de Servicios y estudios Psicológicos (CUSEP) de la Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras. Esta investigación no conlleva beneficios directos para usted. Sin embargo, su participación en este estudio contribuirá a generar conocimiento sobre distintos factores tanto como el estudio del celular como herramienta de comunicación y su influencia en aspectos sociales, psicológicos y de conducta.

Puede haber cargos adicionales por el consumo de datos móviles o de conexión de internet. Al igual que puede experimentar una posible incomodidad de aprender a utilizar la herramienta, así como de la posibilidad de agotamiento por el uso del medio.

Confidencialidad


En el estudio, su información será manejada de forma confidencial; sin embargo, es importante mencionar que no se podrá asegurar una completa confidencialidad, ya que podrían haber brechas fuera del control de la investigadora. La información que comparta electrónicamente en el dispositivo (computadora, celular u otro) o plataforma que utilice puede ser intervenida o revisada por terceras personas. Estas personas pueden tener acceso legítimo o ilegítimo al dispositivo y a su contenido como un familiar, patrono, hackers, intrusos o piratas informáticos, etc. Además, en el dispositivo que utilice puede quedar registro de la información que acceda o envíe electrónicamente. Su identidad será protegida utilizando un código numérico de identificación en todos los documentos relacionados. Esto significa que su nombre no aparecerá en ninguno de los cuestionarios, y que la hoja de consentimiento con su firma se separará de los documentos administrados y se guardará en un archivo de seguridad separado que sólo tendrá acceso Marileana M. Rolón y Ofomie Vale Nieves PhD, Oficiales del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico o de agencias federales responsables de velar por la integridad en la investigación podrían requerirle al investigador los datos obtenidos en este estudio, incluyendo este documento.

Los documentos, materiales, datos de la investigación y toda información recopilada se usará estrictamente para propósitos de investigación. Toda información obtenida durante esta investigación permanecerá confidencial y será almacenada en un archivo bajo llave por Marileana M Rolón, y al cabo de tres (3) años se destruirá todo el material en papel mediante un triturador



Página 3 de 4

Programa de Estudios de Honor
Universidad de Puerto Rico
Recinto de Río Piedras



Honors Program
University of Puerto Rico
Río Piedras Campus

Los resultados de esta investigación podrían ser utilizados para presentarlos en convenciones o artículos profesionales y/o podrían ser publicados de modo general, sin violar su confidencialidad ni que se le pueda identificar.


Derechos


Si ha leído este documento y ha decidido participar, por favor entienda que su participación es completamente voluntaria y que usted tiene derecho a abstenerse de participar o retirarse del estudio en cualquier momento, sin ninguna penalidad. Además, tiene derecho a recibir una copia de este documento.


Si tiene alguna pregunta o desea más información sobre esta investigación, por favor comuníquese con Marlenna M. Rolón al teléfono (787) — o (correo electrónico) con la supervisora de la investigación, Otomir Vale Nieves PhD, al teléfono 787— extensión — o a (correo electrónico).

Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante o una reclamación o queja relacionada con su participación en este estudio, puede comunicarse con la Oficina de Cumplimiento del Recinto de Río Piedras de la Universidad de Puerto Rico, al teléfono 787- 764-0000, extensión 86773 o a tipshidev@upr.edu.

Su firma en este documento significa que decidió participar en esta investigación después de leer y discutir la información presentada en esta hoja de consentimiento y que recibió copia de este documento.









HOJA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Las implicaciones psicológicas del uso del celular en los jóvenes universitarios

Al firmar este consentimiento usted entiende que todas sus preguntas y dudas en torno al proyecto de investigación titulado: Las implicaciones psicológicas del uso del celular en los jóvenes universitarios han sido aclaradas de manera satisfactoria y que desea participar de forma voluntaria en la investigación. También, consiente a ser grabado en la sesión. Usted debe guardar copia de esta Hoja de Consentimiento que le será entregado por Marleana M. Rolón por si desea comunicar dudas o inquietudes que surjan en el futuro.

Autorizo grabación en video audio ambas

Nombre del participante

Firma

Fecha

Discuti el contenido de esta hoja de consentimiento con el arriba firmante. Y mediante la firma en esta hoja el participante confirma que ha recibido copia de este consentimiento.

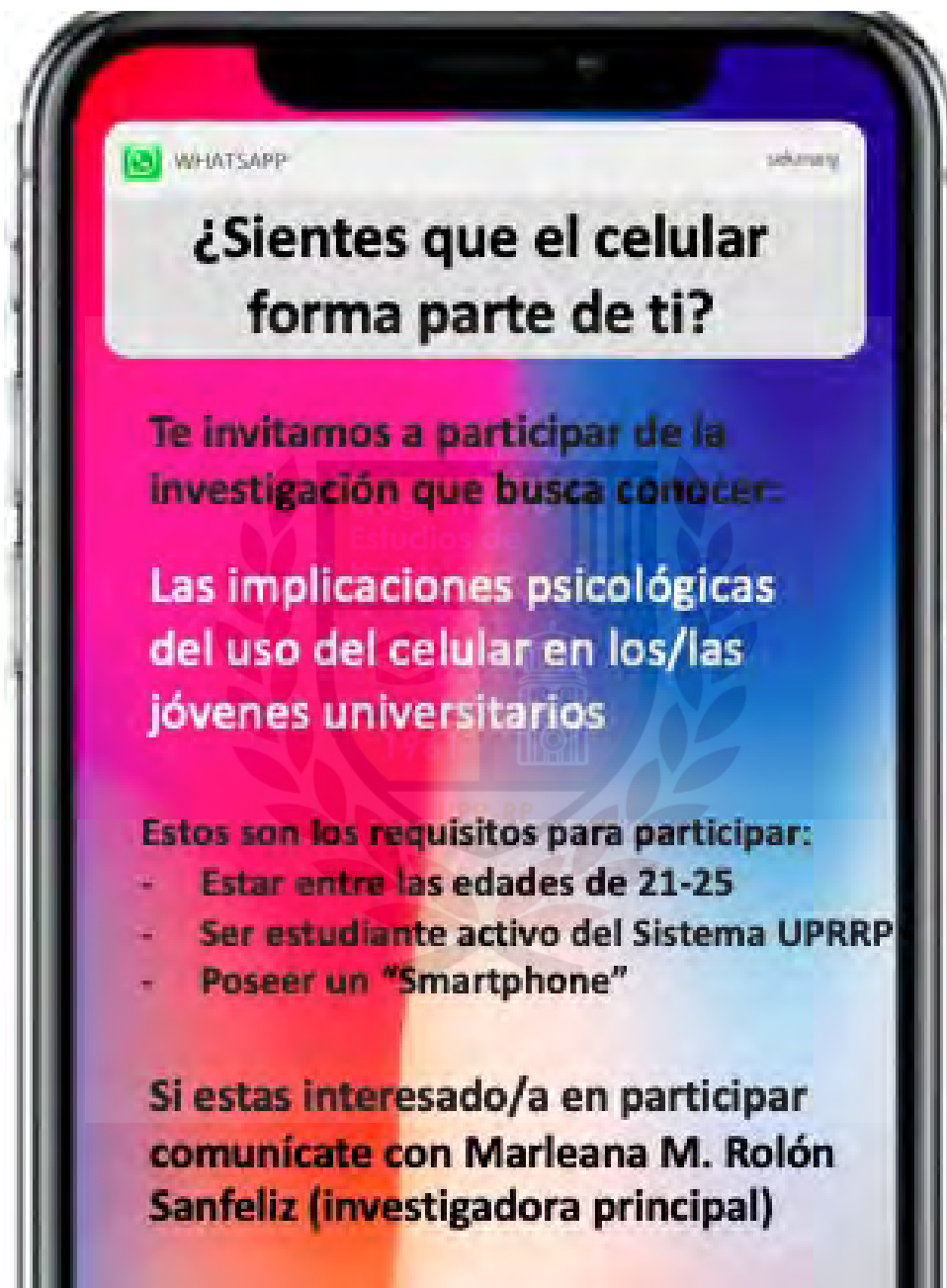
Nombre del investigador

Firma

Fecha



Apéndice C



Apéndice D

Preguntas guías para entrevista semiestructurada:

1. Háblame sobre tu experiencia con el celular. (Pregunta amplia en la cual se espera que el participante reflexione y mencione varias temáticas).
2. Descríbeme qué contenido ves en tu celular. Nárrame que predomina en cada área (ej mensajes, redes sociales)
3. Háblame del uso positivo y negativo que tu le adscribes al uso del celular. (En caso de que se necesite explicar al participante, se hará una aclaración de a qué se refiere la pregunta al mencionar positivo y negativo. A estos se les señala las siguientes categorías: positivo – desarrollo de relaciones interpersonales, facilitación de procesos, aumento de productividad, economizar tiempo, comunicación constante, entre otros. En la parte negativa – uso excesivo, procrastinación, intervención en el estado de ánimo, disminución de comunicación en persona, etc.)
4. ¿Cómo este medio ha influido en ti?
5. ¿Cómo te sientes con el uso del celular? De ser necesario se le brindará una lista de ejemplos con el propósito de obtener sentimientos. Estos serían: seguridad, nerviosismo, ansiedad, felicidad, tranquilidad, soledad, desánimo, etc.
6. Pregunta de seguimiento. ¿Me podrías dar un ejemplo?

***Preguntas en caso de que se necesite abordar más sobre el área de los sentimientos**

7. ¿Cómo te sientes cuando alguien te llama? (Poner otras situaciones como: recibir mensajes de texto, recibir una notificación)
8. ¿Cómo te sientes cuando estas sin el teléfono?
9. ¿Qué harías si se te pierde el celular?
10. ¿Qué harías si te queda un 3% de batería y no tienes cómo cargarlo por un largo tiempo?

Apéndice E

Las implicaciones psicológicas del uso del celular en los/las jóvenes universitarios/as de la UPRRP**Cuestionario sociodemográfico**

- I. Género _____
- II. Edad: _____
- III. Facultad y concentración _____
- IV. ¿Cuántas horas al día aproximadamente usas tu celular?
- a. 2 a 3 horas
 - b. 4 a 6 horas
 - c. 8 a 10 horas
 - d. Otro _____
- V. ¿Cada cuánto tiempo aproximadamente revisas tu celular?
- a. 10-20 minutos
 - b. 30-40 minutos
 - c. 50-60 minutos
 - d. Otro _____
- VI. ¿En qué lugar revisas más tu celular?
- a. Casa
 - b. Universidad
 - c. Trabajo
 - d. Otro _____
- VII. ¿Con qué propósito revisas más tu celular?
- a. tareas académicas
 - b. trabajo
 - c. conexión con redes sociales
 - d. Otro _____

Apéndice F



Completion Date 10-Dec-2019
Expiration Date 08-Dec-2024
Record ID 33963711

This is to certify that:

Marleana Rolon

Has completed the following CITI Program course:

Investigaciones psicológicas, sociales o educativas (Curriculum Group)
Investigaciones psicológicas, sociales o educativas con seres humanos (Course Learner Group)
1 - Stage 1 (Stage)

Not valid for renewal of certification through CME. Do not use for TransCelerate mutual recognition (see Completion Report).

Under requirements set by:

Universidad de Puerto Rico, Recinto de Río Piedras



Verify at www.citiprogram.org/verify/?w586c90de-a956-4b6f-8a35-519a031d6912-33963711

Apéndice G:

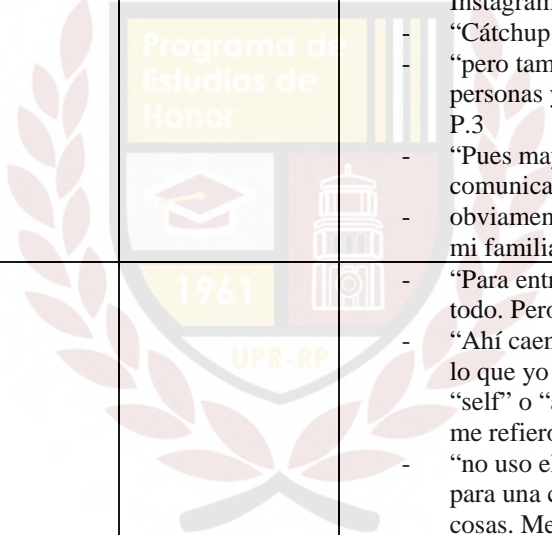
Análisis de contenido

Análisis de contenido

Nombre de la categoría	Código	Definición Operacional	Segmentos
Experiencia	EXP	Expresiones que narran o describen experiencias con el uso del celular.	<ul style="list-style-type: none"> - Pues “it’s addictive as hell” en verdad...yo he intentado. Especialmente cuando son los tiempos de exámenes whatever que tengo un “hell week”. He incluso me he encontrado borrando las aplicaciones como twitter, Facebook, Snapchat, Instagram. Pero te voy a ser bien honesta lo mas que he durado, han sido tres días sin usar el teléfono. P.1 - “Las redes sociales en si son estas distintas realidad por decirlo asi de las personas como que esta extensión de la vida real” P.2 - “Este que mas... pues si en verdad ha sido pa conectar, pa poner mis fotos y que me subieran la autoestima con los likes..” P.4 - “Pero mayormente es eso... que a veces me tengo que alejar y recordarme que esto es problema mío. Dejar el teléfono a parte, ver como bregamos esto.” P.4 - “Yeah por eso a veces necesito despegarme del teléfono. Para como que ver que realmente tu estas sintiendo y porque tu te estas sintiendo así.” P.4 - ... vuelvo a repetir , yo soy una persona que le gusta estar ahí en el momento para las personas porque tengo que tener el teléfono cerca por si me llama no decir como que ahí fue que lo deje en algún lado.” P.4 - “Si. es como este episodio de una serie . Ella quería un celular y el Papa le dice tú tienes uno ya. Manda mensajes de texto y eso. ella dice “no papá y a todo el mundo usa el teléfono para todo menos mandar mensajes de texto”. Como que wow that is so true. “ P.5 - “Bueno este... en verdad yo lo encuentro bastante útil. Aunque si este... de vez en cuando tengo que como que tirarlo para atrás y pichearlo por completo. Este... pero.... En general pienso que tiene mas utilidad que daño.” P.6 - “pero sí definitivamente cuando estoy demasiado tiempo sin hacer nada y lo único que tengo es el teléfono pues... se

			<p>convierte un poco Abrumador y llega un punto donde hay que soltar el teléfono porque uno a veces se frustra con las cosas que ven en el internet y todo así que... Las redes sociales y definitivamente y más ahora que pues la gente publica todo sobre sus vida.” P.6</p>
<p>Experiencia con su primer móvil</p>	<p>PM</p>	<p>Narración de la primera interacción con un celular</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “puedo dar una contestación desde que la primera vez que tuve un teléfono en quinto grado pero eso no era un “Smartphone” era un flip phone pero o sea ha estado conmigo o sea ha sido parte de mi desde que soy chiquita” P.3 - La gente de nuestra edad ha tenido un teléfono desde que somos chiquitos, Es parte de nosotros.P.3 - “Pues yo en verdad empecé a tener el teléfono bien tarde pa lo que la gente a mi alrededor tenia teléfono... yo lo empecé a tener en noveno. O sea que ya todo el mundo se texteaba, todo el mundo se llamaba...” P.4 - “Pero aja que eso ha formado una parte bien grande nuestra (refiriéndose a las redes sociales), por lo menos nuestra cultura, nuestras edades; eso fue un boom.” P.4 - “Ya yo estaba en la universidad y baje twitter. Porque yo lo había bajado en 12 y lo volví a bajar en universidad porque no le encontraba uso y ahora ese es mi periódico de día a día. Pero aja, yo como lo veo es twitter es como periódico, Facebook es pa los memes y pa la familia porque ahí es usualmente donde tienes a tu familia e Instagram es pa fotos ya.’ P.4 - “mi primer celular eran de esos que eran como qué flips que le sacabas un teclado sou obviamente no era un teléfono inteligente o por lo menos no era en comparación a los que son hoy día. Ya cuando tuve mi primer teléfono inteligente, que podía tirar fotos, tenia whatsapp, tenia redes sociales pues en verdad fue algo un poco extraordinario y enverad muy eficiente además de entretenido. Y mas o menos ha sido así hasta el día de hoy.” P.5 - “Cuando tuve mi primer teléfono inteligente fue cuando estaba en grado 11° no me recuerdo muy bien la edad que tenía pero mi pensar desde ese momento es lo mismo , es como que ah qué eficiente qué entretenido . o sea puedo hacer varias cosas . aunque a

			<p>veces no nos percatamos lo útil que es pero lo es.” P.5</p>
Atribuciones	A	Competencias y utilidades que reúnen sus experiencias	<ul style="list-style-type: none"> - “Yo diría que el teléfono así el celular es Una herramienta de mi diario vivir P.2 - “es básicamente como una pequeña computadora en tu bolsillo, en el cual puedas comunicarte con quién necesita en cualquier momento.” P.2 - “pasó a ser una necesidad de comunicarse, a una necesidad de que si tú no quieres un teléfono pues vas a tener muchos problemas este para comunicarte con lo demás, muchos problemas para poder este seguir adelante en el aspecto laboral.” P.2 - “Ha sido mas como de eficiencia para hacer mas acciones que algo que como que algo mas romántico con el celular.”p.2 - “Es facilidad. Si como que antes era como que si te querías distraer pues leías un libro o veías alguna serie en la televisión, ahora con el teléfono puedes hacer esas dos cosas en un solo equipo...” P.2 - ...Verdad este its just uno lo usa, lo tiene ahí para todo. Tiene el mundo a tu alcance..” P.3 - “En verdad son cosas que yo puedo hacer sin el teléfono, pero lo hace mas accesible que como que lo tienes ahí. Entiendes? Es chiquito, te lo puedes llevar para todos lados. Que eso lo hace un poco mas accesible.” P.4
Forma parte de su vida/ integración del móvil a su cuerpo.	MC	Narraciones y descripciones que demuestran la asociación del celular como una parte de ellos y de su vida.	<ul style="list-style-type: none"> - “yo siento que mi vida gira alrededor towards my phone. Like my phone has to be with me. (Se rie)” P.1 - diría que es algo rutinario de tenerlo siempre cerca en cuestión de las cosas que vaya a hacer. P.2” - “a que el teléfono sea más una extensión de la vida personal... este a la vida laboral y. P.2” - se puede resumir a que se qué está convertido más una vida es una parte de mi vida” P.2 - “el teléfono hoy en día es como una extensión de la persona. P.3 - “Tengo el teléfono, dependo de eso, es parte de mi, parte de mi vida, es parte de todas nuestras vidas sou pues... (rie).”P.3 - “Lo ultimo que veo y lo primero que veo es el celular.” P.4 - “en verdad yo siempre tengo que tener el teléfono cerca...” P.4


<p>Uso del celular</p>	<p>USO</p>	<p>Narración de incorporación del equipo en su vida diaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - También para darle hotspot para las clases.” P.1 - Si tomo fotos es para enseñarle algo a alguien. P.4 - “Pero no suelo tomar fotos, lo uso para “capture moments” pero no como que para fotografía.” P.4 - , hay veces que estoy viendo series y me pongo a jugar juegos.” P.4 - -“ Por lo menos mario Kart lo juego todos los días. Es bien adictivo. Es que me frustra porque es como que “anda pal tengo que tener todas las estrellitas.” P.4 - (estudio) Literalmente para los chats, para los demás documentos uso la computadora. Para el ipad. - ,este tomar fotos entre las cosas .
<p>Comunicación</p>	<p>COM</p>		<ul style="list-style-type: none"> - “Comunicación. Yo me comunico mucho. Especialmente por whatsapp, Instagram.” P.1 - “Cátchup con amistades” P.2 - “pero también para comunicarme con las personas y mis amistades, familiares.” P.3 - “Pues mayormente hablar, o sea comunicación con otras personas.” P.4 - obviamente llamadas con mis amigos en mi familia” P.6
<p>Entretenimiento</p>			<ul style="list-style-type: none"> - “Para entretenerme, like eso aplica para todo. Pero también para el trabajo” P.1 - “Ahí caen las redes sociales, netflix, todo lo que yo veo, incluyendo momentos de “self” o “alone time” si sabes a lo que me refiero” P.1 - “no uso el teléfono como que solamente para una cosa, lo utilizo para muchas cosas. Meme el espectro de lo que me pueda generar risa. Cosas de humor. Redes sociales para estar al día con mis amistades por ejemplo fb, ig, Snapchat, Whatsapp” P.2 - “...información ,relajación, entretenimiento (hulu, netflix, Disney +, comprar,) contacto con mercados. El teléfono lo utilizo para muchas cosas con distintos motivos pero algo especifico seria delimitante.” P.2 - “Mayormente...pues el uso de las redes sociales...” P.3 - Pero no solamente para eso, yo puedo ver hasta películas ahí sabes.” P.3 - “yo uso mucho juego en el teléfono. Eso si... pequeño problema jajajaja. Pero no los uso tanto, los uso si estoy aburrida...” P.4


		<p>Programa de Estudios de Honor</p>	<ul style="list-style-type: none"> - "...ya en las redes sociales Como Facebook Twitter pues es más como entretenimiento como cosas cómicas así por el estilo además de ver que hay de la vida de los demás . eh... y también me gusta mucho el arte digital . sou no es que busco específicamente el arte digital pero sigo artistas que dibujan cosas que a mí me gustan . me gusta mucho también ver fotos , imágenes a través del teléfono ." P.5 - "Pues entretenimiento sería lo que conocemos como imágenes graciosas . los memes pueden tener cómo con chiste de cualquier índole y te cause gracias porque nunca pensaste eso de esa manera" P.5 - "las redes sociales no las tiendo a mirar en la computadora siempre las miro el teléfono" P.6 - más importantes que yo encuentro del teléfono: tomar fotos y escuchar música . de vez en cuando jugar alguna estupidez algún jueguito." P.6
<p>Trabajo</p>		<p>Trabajo laboral y universitario</p>	<ul style="list-style-type: none"> - "¡Ah y la universidad también, pues claro!" P.1 - "La universidad, los emails. Yo contesto muchos de los emails ahí cuando no tengo la computadora.miiupi. Matricula. Ahí esta mi google docs, mi google drive. A veces cuando estoy en un "rush" o algo pues yo a veces leía las lecturas de ahí... o cuando se me va la luz (tono de burla) asi bien casual y lo único que tengo es mi teléfono como me paso miles de veces el semestre pasado por alguna razón pues yo me conectaba a google meets para la clase..." P.1 - "Este utilizo el teléfono para cosas del trabajo como leer y buscar noticias ver mi correo electrónico este., información en general que quiera buscar de algo." P.2 - "Me envió los documentos del cel. a la computadora. Para comunicarme con los estudiantes. Para chequear los emails que no llegan." P.4 - "trabajo y estudio hace todo este ajetreo más eficiente . también trabajo por email por PDF hacer un talonario por Excel cosas así ."P.5 - y de vez en cuando alguna cosa de la Universidad cuando de verdad no tengo acceso a mí computadora inmediato o estoy lejos de casa pues por lo menos tengo el teléfono puedo Buscar las cosas

			<p>que tengo que hacer de la Universidad . hay veces que puedo adelantar algo y hay veces que no .” P.6</p> <ul style="list-style-type: none"> - “de hacer ensayos o igual con las clases generales, pues tiendo como que hacer el bosquejo y el brainstorming en el teléfono” p.1
Informarse			<ul style="list-style-type: none"> - “Eh twitter es otra fuente que uso muchísimo también para informarme ilustrarme como que si esta pasando algo en el mundo que como que pues yo no me entero de primera instancia pues por twitter I can esto.” P.1 - “bueno busco información o sea hasta para la misma universidad” P.3 - “pues de los principales usos que le doy a este equipo sería como meta buscador de información , para aclarar cualquier pregunta o duda de cualquier tema la busco mayormente en google a ver definiciones o cosas por el estilo” P.5 - “eh.. puedo ver vídeos de temas bien al azar asi como aprender un poco de que se yo insectos , movimientos sociales .: P.5 - “”Bueno pues sí búsqueda de información” P.6
Reemplazar herramientas o cosas			<ul style="list-style-type: none"> - “Como que algo que yo podría hacer en la vida real lo hago por el teléfono. Como que si tuviera que comprar un libro en Norberto, lo puedo comprar por amazon. Si necesito hacer una llamada o si necesito encontrarme con alguien pues es como esta entrevista que me la estas haciendo por internet”P.2 - “Uso mas el teléfono como cámara que la propia cámara”. P.4 - “pero ahora estoy empezando a usar mi celular para eso, pa las citas, pa to” p.4 - mi teléfono es mi calendario, mi teléfono es mi reminder. P.4
Ejercicio			<ul style="list-style-type: none"> - “Para las rutinas de ejercicio también uso el teléfono” P.4
Influencia	INF	Descripción de influencia o efecto del equipo en el individuo	<ul style="list-style-type: none"> - “pero facilita un montón de cosas. Pues no tengo que tener una pagina o una libreta con un calendario” P.4 - “Y pues y me quita un poco esa ansiedad social de conocer a una persona por primera vez..” P.6
Individual		Influencia en el individuo y como persona	<ul style="list-style-type: none"> - “También pues el teléfono me ha permitido tener como que un poco mas de seguridad para poder ir a donde yo quisiera ir por ejemplo si estoy en un centro comercial y necesito comunicarme con alguien pues tengo esa

			<p>seguridad de que con el teléfono yo me puedo comunicar con alguien” P.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - “este también diría que ha influenciado en mi en una manera personal... este en el aspecto que me permite tener un espacio mío. Por ejemplo, las redes sociales Facebook, twitter, Instagram... me permiten tener algo que yo valoro mucho. Donde yo puedo relajarme, poder tener tiempo para mi que sería ver memes o ver videos sobre temas que a mi me gustan o por ejemplo algunos hobbies algunos juegos” P.2 - “El teléfono ha influenciado en mi de una manera positiva de una manera pues de desarrollo social y de desarrollo personal” P.2 - “Es una manera fácil de distraerse y creo que es el go-to de muchas personas.” P.3 - “vamos a ser sincero a veces las series mismas no te van a forjar como ser humano pero a veces uno ve cosas de las series y uno aprende algo y hace algo como qué hace que uno cómo que uno adquiere unas características gracias a eso . así que yendo a mi punto en cuanto a eso gracias el teléfono fue que vi esa serie sou ahora se esto, sou ahora hago esto y así .” P.5 - “. No se quizás a veces como que... deajo de buscar cierta información o deajo de leer algunas cosas por el simple hecho de que ah lo tengo en el teléfono, lo puedo buscar cuando quiera. Como que si veo alguna noticia interesante, pero guardo el link y nunca lo abro después. Pues como que veo el titular, guardo el link y después como que se me olvida y nunca lo leí. O sea termino atrasando cosas que podría hacer al momento por el simple hecho de que hay otras cosas por hacer también en el teléfono.” P.6 - “Este... pero a la misma vez como definitivamente puedo hacer mas/muchas cosas a la vez. Jajajaja. O sea usando el teléfono puedo prestar atención a mil cosas a la vez. Cuando lo tienes cerca. O sea cuando estas cogiendo clases, puedo estar atendiendo a la clase y estar leyendo un articulo a la vez y puedo estar osea... escribiendo un ensayo en otro tab y estoy escuchando la clase por un lado y leyendo otra cosa. Por lo menos en ese sentido quiero decir... que si me ha ayudado a multitask como una
--	--	--	---

			<p>manera un poquito mas eficiente y consciente.” P.6</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Pero si por otro lado atraso algunas cosas que se pueden hacer al momento simplemente por tener un teléfono cerca.” P.6
Relaciones sociales		Influencia en los aspectos sociales e interpersonales	<ul style="list-style-type: none"> - “Uno puede planificar para uno verse con esas personas que uno ama y que extraña, que uno como que ha conectado o que esta a lo mejor a una distancia de muchas horas o miles de millas así que si yo pienso que influye bastante.”P.1 - “El celular ha influenciado mucho en mi mas en el aspecto de como me presento a las personas y esta facilidad que tengo de comunicarme con las personas me ayuda mas a como que conectarme con ellas.” P.2 - “el teléfono me ayudo cuando yo estaba en la high para poder tener esta conexión con mis compañeres de clase” P.2 - “Por ejemplo para las aplicaciones que hay: whatsapp, Messenger, pues me ha permitido tener estas conexiones con personas y desarrollar mejor mis habilidades sociales para poder establecer distintas maneras de personalidad por decirlo así.” P.2 - “me ha ayudado mas a poder desarrollarme como persona sociable como persona que esta con las distintas personas” P.2 - “No se... quizás pues un poquito mas sociable por el hecho de que hablar por teléfono me quita un poquito mas la ansiedad que hablar en persona” P.6 - “como que si hablo por primera vez con la persona por teléfono y después en persona pues es mas fácil que si lo hago al revés.” P.6 - “Como que tengo algún tipo de idea de como es la persona y puedo como que descifrar si me va a caer bien o no, si como que por lo menos por text me cae bien pues o sea influencia lo que pienso de la persona después. Y pues y me quita un poco esa ansiedad social de conocer a una persona por primera vez.” P.6
Dependencia		Mención o narración sobre sentimiento de dependencia hacia el móvil.	<ul style="list-style-type: none"> - “Yo siento que tiene una influencia bien grande porque ahora mismo yo no puedo salir sin mi teléfono, es como que se ha convertido en una parte de mi como que una parte extendida de mi.” P.1 - “Pero si influye en mi en el sentido de que creo una dependencia.” P.1

			<ul style="list-style-type: none"> - “Podría decir que dependo bastante de el... y NO me gusta depender de el.” P.3 - “De hecho, en ocasiones donde he tenido que abandonarlo como un campamento.. disfruté mucho esa desconexión que tuve pero tampoco lo puedo abandonar completamente porque es como dije, eso es parte de mi. Es una extensión mía.” P.3 - “En ese punto, uso mucho mi teléfono, mi teléfono es mi calendario, mi teléfono es mi reminder, como que todo. Literalmente lo uso basically para todo. Este... I rely un montón en el teléfono...” P.4
Informarse		<p>Influencia sobre la manera en que se informan y el conocimiento que obtienen.</p> <p>Programa de Estudios de Honor</p>  <p>UPR-PR</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “yo siento que ha influido en mi pues por el hecho de que yo me informo por el teléfono de que yo estoy en las redes sociales “almost all the time” so muchas cosas de las que yo leo es a veces como que “my critical thinking”. P.1 - “pero me ha ayudado a exponerme mas fácil sobre distintos temas sobre amorío y distintas cosas. “ P.2 - “Pues yo enverad soy una que soy bien curiosa, cualquier cosa que yo no sepa yo la empiezo a buscar” P.4 - “Fijate, en mi pagina personal ve muchas cosas de psicología. Como que tips para la ansiedad, que hacer si a ti te abusan emocionalmente, como hacer si tu no te sientes cómoda con tal cosa. Como que hay un montón de “tips” y cosas. Que a veces escucho hasta los podcast.” P.4
Perspectivas	PER	Narración de perspectivas positivas como negativas del uso del celular	
Positivas	Pos		<ul style="list-style-type: none"> - “Yo diría que uno de los beneficios que puede ser beneficioso hasta cierto punto pero hasta cierto punto no.” P.4
Comunicación			<ul style="list-style-type: none"> - “Pues positivo pues comunicarte, que puedes estar al día, que puedes estar informado, también para estudiar para instruirse” P.1 - “que te permite una facilidad tan grande de comunicación de conexión con otra persona de conocimiento son unas redes gigantescas, son unas redes inimaginables” P.2 - Comunicar a distancia. también te permite con simplemente marcar unos números y hundirla llamar te puedes comunicar con gente que está lejos” P.2

		 <p>Programa de Estudios de Honor 1961 UPR-RP</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Esa es buena que uno puede hasta conseguir conexiones con otras personas que tu ni conoces, a través del teléfono.” P.3 - “Es una manera de comunicarte con personas que tal vez no estén cerca de ti en el momento.” P.3 - “Eso es bueno verdad porque antes cuando no existía, cuando uno no tenía eso tan accesible pues uno ¿Cómo se comunicaba? ¿por email? Por email uno se tarda... uno no está ahí en la computadora esperando que te mande un email o carta. Ahora te mando un text y lo recibes en 5 segundos.” P.3 - “Uso positivo pues claramente la comunicación con otras personas rápida. Que no hay que esperar que te llegue.” P.4 - “Que no hay que esperar que te llegue... yo no puedo hablar como lo hacían antes porque yo no vivía en los tiempos de antes, yo siempre he vivido en la era tecnológica pero no hay que esperar a que envíe una carta y después esperar.... O la última vez que se vieron coordinar y hacer los detalles como que mira nos vamos a ver a tal hora en tal lugar. Que tenemos esa ventaja.” P.4 - “Pues sería que tu sabes lo que está haciendo todo el mundo a todas horas, donde están. Por más que tu trates de no hacerlo pero por algún medio lo vas a saber.” P.4 - “Pues eso puede activar al stalker como que puede tranquilizar a la persona que este preocupada.” P.4 - .estás conectado con seres queridos P.5 - “fíjate experiencias positivas aunque no sean directamente a mí es como cuando hay un grupo de alguna red social hay un grupo de conversación entre amistades y “maybe” uno está pasando por algo y eso como que verdad es algo triste que le duele , pues como que todo a la vez podemos decirle mira no te preocupes estamos aquí para ti , le damos consejos . o sea que eso siempre ha sido una experiencia bien grata qué he tenido gracias a las a los celulares dentro de las redes sociales.” P.5 - “gente con la que no necesariamente somos súper amigos pero nos llevamos bien pues es como qué gracias al teléfono podemos enviarnos 1 que otro mensaje y de esa manera pues tenemos
--	--	---	---

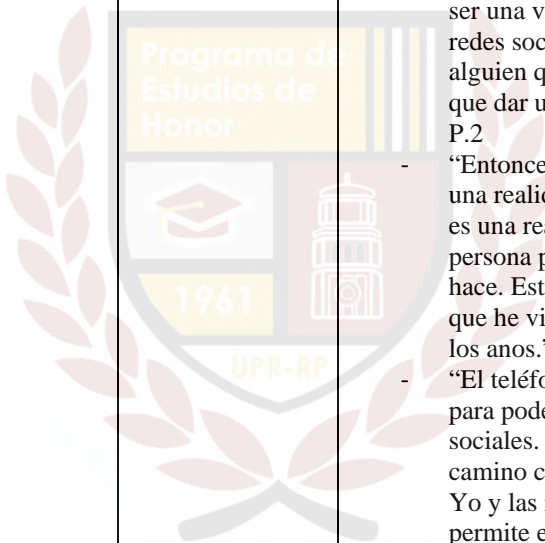
			<p>aunque sea una pequeña comunicación . a veces algunos hasta adquieren más confianza , otros pues se queda así .’ p.5</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Bueno por el lado positivo definitivamente me mantengo en contacto con mis amigos cuando no lo puedo ver . y cuando tienes muchas amistades en la otra parte del mundo pues definitivamente .” P.6
<p>Aprendizaje y concientización</p>			<ul style="list-style-type: none"> - “Eh te concientiza de lo que esta pasando alrededor tuyo.” P.1 - “pero la gente en el teléfono tiene una biblioteca a tu mano que para el ámbito laboral es súper bueno...” P.2 - “puedes expresar tu punto de vista con distintos temas y otra gente puede compartílos y llevar a cabo distintas discusiones sean para bien o sea para mal” P.2 - “Esa es la parte buena y también toda la educación que uno puede recibir... o sea tienes google ahí, yahoo, safari, tienes todo estos “search engines” p.3 - ... este para buscar información ... : P.5 - “por ejemplo yo a veces veo contenido feminista en mi teléfono . diría contenido progresivo o progresista. (sobre temáticas progresivas)” P.5
<p>Utilidades</p>			<ul style="list-style-type: none"> - “en el aspecto laboral es bastante eficiente para cosas que son así de rápidas” P.2 - “pero lo mayor que tiene es como que la distracción y en sí un poco de relajación porque también como la Internet es tan grande y tiene tantas distintas cosas pues se ha abierto para este espacio en donde cualquiera puede aportar como que su pequeño granito de arena a este inmensa playa que sería internet.” P.2 - “que tienes una computadora a tu mano que algo que yo dije antes...” P.2 - “Lo otro es la distracción.” P.4 - “Obviamente ahora pa montar negocios esta espectacular. Tu tratas de montar un negocio ahora sin una red social y vas a “flakear””. P.4 - “Pues el positivo sería como método de entretenimiento P.5 - “a la hora de entregar documentos y mensajes en el campo laboral .grabación de fotos y vídeos . la llamada instantáneas .” P.5 - “te mencione para cosas de la Universidad y para la cuestión de las fotos en verdad para mí es como poder

			<p>capturar cualquier momento en una foto si veo algo lindo no voy a tener una cámara pesada conmigo . no tengo que tener tampoco un instrumento adicional , si veo algo que me gusta le puedo tomar una foto , Sí estoy con gente que me cae bien y quiero preservar el momento pues puedo tomar una foto y puedo guardarla y la puedo ver después cuando me sienta nostálgicos jajaja” P.6</p>
Negativas	Neg		
Adicción			<ul style="list-style-type: none"> - “Pero lo negativo es que es bien adictivo...” P.1 - “seria como que la adicción a las redes sociales, la adicción a distintos medios que como que se facilita mucho.” P.2 - “también puede crear una adicción a las redes sociales, a la necesidad de tener a esta persona que la gente te de como que este tipo de aceptación. P.2” - “Es tan fácil que los jóvenes y jóvenes adultos puedan desarrollar distintas adicciones por ejemplo a la pornografía.” P.2 - “en el caso del negativo pues hay personas que se vuelven adictas a sus celulares porque sienten que es lo único que tienen” P.5
Desconexión de la realidad			<ul style="list-style-type: none"> - y te conecta pero desconecta de lo que esta pasando. Y eso es bien importante porque “we have lost that sense of humanity” no se si se puede decir así pero como que ese sense de tener una vivencia alrededor de nosotros simplemente porque estamos pegados al teléfono.” P.1 - básicamente lo negativo que tiene es que como que tu te desconectas de tu realidad como que de todo lo que te rodea.” P.1
vulnerabilidad			<ul style="list-style-type: none"> - “También como que toda tu información esta ahí. Como que es mas propenso que te la roben a que no se... como que eso de hackers.” P.1 - “intentan chantajear a gente con videos, screenshots de algunas conversaciones que también se puede dejar para “black mail” y para el bullying también” P.2 - “ya eso esta ahí afuera que cualquier persona que quiera hacerte daño pues tiene acceso a eso. Hackers por ejemplo. Que eso es malo también.” P.3 - “También para las cosas malas, hay tantas cosas malas pasando que uno no sabe como procesarlo. Bueno yo misma

			<p>borre las redes sociales por eso mismo, por que tantas cosas pasando y siguen pasando y siguen pasando que fue como que “Okay. Tengo que procesarlo de otra manera pero no se cómo” y por eso lo borre.” P.4</p> <ul style="list-style-type: none"> - “... em... a veces se toman vídeo y fotos sin permiso en forma burlona y eso le puede causar daño a la persona que le tomaron esa foto o vídeo sin permiso .” P.5 - “Por otro lado llega un punto en el que si estás medio cansado de estar en el teléfono . ya no sólo mentalmente sino que físicamente se nota en los ojos , ese uso de la luz azul también altera el “sleep Schedule” por completo y si tienes el teléfono al lado en la cama cuando vas a dormir pues definitivamente te tardas un montón de tiempo más que cuando miras el televisor.” P.6
Informacion falsa			<ul style="list-style-type: none"> - “estas expuesta a tanta información que pues no todo va a ser bueno también va a estar lo malo.” P.3 - “es un bittersweet, como que tienes toda la información en el momento pero a la misma vez tenemos todos los engaños también. Los catfishing, la información que se hace viral y no es cierta. Sou es como un si y no.” P.4 - “um... también miss information , muchas veces la gente publica información falsa y la gente lo toma en serio cosas así .”P.5
Interpretacion errónea de mensajes			<ul style="list-style-type: none"> - “esa misma comunicación eso tan bonito esta puesto para ser mal interpretado, puede haber mala interpretación ahí como en un mensaje leyéndolo tu no puedes establecer un tono de voz o... tu nunca sabes “for sure” y si eso es importante.” P.3
Distracción			<ul style="list-style-type: none"> - “Lo otro es la distracción. Por lo menos en las redes sociales. Uno eventualmente se da cuenta y pone el freno pero las redes sociales” P.4
Comparación social			<ul style="list-style-type: none"> - “Pero en las redes sociales lo que se publica siempre son cosas buenas. O cosas bien buenas o cosas bien malas. Pero uno nunca... o sea las personas que son felices a cada rato y uno “anda pal ella hizo esto y yo no”.” P.4 - “También esta como que eso crea mas preocupaciones en cierto punto.” P.4

			<ul style="list-style-type: none"> - “Como que a esa persona insegura, le activa las inseguridades mas. Sin darse cuenta que lo que la gente pone es solo las cosas buenas. No las cosas malas y que todo el mundo pasa por lo mismo igual. Que esta era para la salud mental ha sido bien complicada.” P.4 - ...muchas veces se deja influenciar mucho por las redes sociales y piensan que esa imagen de la red social es lo más importante para ellos cuando verdad hay otros factores” P.5 - “pues llega un momento en el que quieres enojarte y miras el teléfono, miras las redes sociales y este... quieres sentirte indignado con el mundo pues ahí... llega un punto donde es como que okay... esto no es saludable.” P.6
<p>Perspectiva Redes sociales</p>	<p>PRS</p>	<p>Narraciones, descripciones y perspectivas de las redes sociales y su integración al uso del celular</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “hay aplicaciones que te permiten para conectar como Facebook, hay aplicaciones que te permiten ver distintas personas hablar de distintos temas que sería como YouTube o incluso uno que casi que no es tan común pero la mayoría de los que se creen comienza estoy bien dentro de la internet este Reddit ahí también puedes usarlo” P.2 - “también están las redes sociales más conocidas como twitter, Instagram, Snapchat y ahora TikTok que funciona para distraerse un poco más para relajarse” P.2 - “Las redes sociales en si son estas distintas realidad por decirlo así de las personas como que esta extensión de la vida real porque por ej Facebook, son los amigos que tu quisieras tener. Que tu los aceptas, como que tu lista de amigos son esas personas, pero también puedes prestarte a que esa persona tenga un punto de vista distinto al tuyo y lo pueda utilizar en tu contra. Que puedan tener discusiones y este ahora que es mas común que la gente revele su identidad o sus preferencias sexuales pues...” P.2 - “Pero básicamente digo que es una distinta realidad porque las personas tienen este espacio en el cual, ellos deciden como quieren presentarse a ese espacio. Ellos tiene la posibilidad de poner una persona que nadie conoce, como los famosos influencers.” P.2 - “Las personas en la internet preparan lo que van a decir, preparan como lo van a decir y lo que quieren que la gente entienda.” P.2

			<ul style="list-style-type: none"> - “Otra razón por la que la realidad es distinta es porque tu puedes ser bien amable en las redes sociales o bien importante en las redes sociales pero en la vida real eres distinto. Por ejemplo, tu puedes ser en las redes sociales alguien que apoya todos los movimientos sociales, derechos trans, derechos lgbtq, los derechos de la mujer pero en la vida real tu lo ves ahí como un machista Puede ser algo conductual como puede ser algo mas complejo algo mas social.” P.2 - “También alguien que es tímido, por las redes sociales puede ser mucho mas extrovertido que introvertido. Que las redes sociales te permiten en si una segunda realidad que tu decides como presentarte. Por ejemplo, alguien puede ser una voz que se escuche mucho en las redes sociales, pero en vida real es alguien que le da ansiedad cuando tiene que dar una presentación en una clase.” P.2 - “Entonces es todo como controlado, es una realidad alterna a una realidad física, es una realidad virtual que va atada a la persona porque la persona es quien la hace. Esto es mas mi opinión y mas lo que he visto a mi alrededor a través de los años.” P.2 - “El teléfono en si es mas como un medio para poder acercarme a las redes sociales. So ha influenciado en mi ese camino como ese punto A ese punto B. Yo y las redes. Es el medio que me permite entrar a distintos círculos sociales y demás.” P.2 - “... me puedo poner feliz verdad en las redes sociales cuando uno recibe atención y todo eso. Pero eso no es algo positivo, pienso yo. Como que en el momento se siente bien. Como que “ah mira wow, likes retwets” pero eso no... reconozco que no es bueno. Me genera una emoción pero eso ya es mas redes sociales.” P.3 - “. Por ejemplo, los estándares de belleza, todo lo que se reproduce en las redes sociales, se reproduce ciertos estándares... no solamente de belleza, si no de todo y esta ahí constantemente y pues... estar expuesto a eso desde joven porque tenemos los teléfonos desde que somos jóvenes pues también “it’s not such a good feeling” tampoco. Pero eso
--	--	--	--

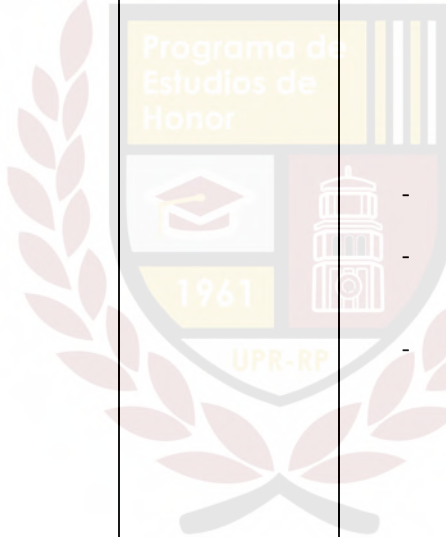


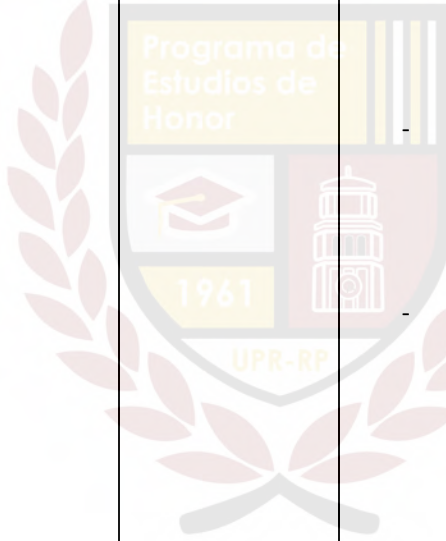
			<p>es cuando lo ves, es cuando lo ves. Es cuando entras a las redes sociales”p.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Este pero así... nada siempre lo he usado obviamente con las redes sociales. O sea siempre he estado al día por decirlo así, siempre he tenido Instagram que si Snapchat que si Phhphoto que estuvo también por un tiempo...este jajaja los video chats de Skype y ovo.” P.4 - “pues si en verdad ha sido pa conectar, pa’ poner mis fotos y que me subieran la autoestima con los likes. Eso era algo jajajaja era como que yo compartía y como que pues...ahí esta y cuando me llegaban que se yo 30 likes yo (pone cara de emocionada y celebración) “anda pal” y de momento había una que tenia 100 y yo “Fuck”. Pero aja que eso ha formado una parte bien grande nuestra (refiriéndose a las redes sociales), por lo menos nuestra cultura, nuestras edades; eso fue un boom como que de “anda pal wao” y hemos visto la evolución de todas las redes sociales.” P.4 - “baje twitter. Porque yo lo había bajado en 12 y lo volví a bajar en universidad porque no le encontraba uso y ahora ese es mi periódico de día a día. Pero aja, yo como lo veo es twitter es como periódico, Facebook es pa’ los memes y pa’ la familia porque ahí es usualmente donde tienes a tu familia e Instagram es pa’ fotos ya. Fíjate yo veo Instagram mas pa’ marketing. Ah y WhatsApp, WhatsApp cuenta como una red social técnicamente pero si. Ya lo tenemos tan normal que todo el mundo se escribe por ahí.” P.4 - “Pero aja que eso ha formado una parte bien grande nuestra (refiriéndose a las redes sociales), por lo menos nuestra cultura, nuestras edades; eso fue un boom.” P.4” - “Obviamente ahora pa’ montar negocios esta espectacular. Tu tratas de montar un negocio ahora sin una red social y vas a “flakear: mi gente. Mi pana, te va a ir mal. Es bien difícil que salgas pa’ a lante si no tienes cuenta de Instagram o un Facebook, mínimo un Facebook. Llegas a mas personas, la gente le puede dar share rápido y esta difícil no tener una.”p.4 - “ Me parece curioso que las redes sociales empezaron para conocer gente
--	--	--	--

			<p>“in a romantic way” y ha terminado ser vía de negocio y bien rara la vez hay historias de amor en las redes sociales.” P.4</p> <ul style="list-style-type: none"> - “Las redes sociales por lo menos ahora todo lo que hay es negativo. Que esa es otra, como que okay me tengo que alejar de eso” P.4 - “pues básicamente sería tú tienes tu perfil en las redes sociales qué eres tú. y pues parece que la gente tiene como esta necesidad de, se puede ver por diferentes circunstancias, Pero yo lo veo por necesidad de atención y por esa necesidad de atención ellos sienten que tienen que publicar las mejores fotos tuyas o publicar los mejores “quotes” o anécdotas de ellos . cómo que tienen que caerle bien a la gente, aunque a la hora de la verdad esa gente no le importe ellos, esa gente no los ame verdaderamente, como qué “maybe” si les pasa algo malo no van a estar ahí para él o ella . y pues a eso me refiero. Cuando las personas son muy aficionados con tener esta buena imagen en las redes sociales se olvidan de otras cosas importantes en la vida como sus seres más cercanos y queridos. y “you know” echar para lante como dicen. y cosas así.” P.5 - “Las redes sociales y definitivamente y más ahora que pues la gente publica todo sobre sus vidas y pues 1 se entera de todo lo que está pasando con el mundo y se (no se entiende) frustra con algunas de las cosas que la gente hace y que la gente piensa. Pero... es parte de... toda la información ilimitada.” P.6
<p>Sentimientos</p>	<p>SEN</p>	<p>Descripciones, narraciones y perspectivas de estados de animo o disposiciones emocionales generadas por el equipo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - “Es depende la persona, si es alguien que me gustaría hablar pues me alegro si es alguien que no me gustaría hablar pues me da como ansiedad como que “ ¿porqué me esta llamando ?” y si es alguien desconocido es como que (pone cara de confundido) Me deja como este sentimiento de inesperado.” P.2 - “Aunque si no tengo el teléfono yo creo que estaría un poco mas desesperao’ porque como ya yo estoy tan acostumbrado a tenerlo como que ya yo estoy acostumbrao’ a que pues si no tengo na’ que hacer pues vamos a ver memes o si no tengo nada que hacer pues vamos a chavar a alguien escribiéndole “mira que tu haces”. Y aja pues

			<p>tranquilidad y como que hacer algo. Es mas como distracción.” P.2</p> <ul style="list-style-type: none"> - “soy una persona que contesta bastante rápido por qué me da estrés que me llamen para algo importante.” P.4 - “Diache buenno pues dependerá verdad, porque si el teléfono se daño pues es como que me desespera un poquito. Porque es como que ah y si la gente me quiere contactar. Ellos no saben que estoy sin teléfono.” P.5 - “A veces no es ni cuestión de usar el teléfono sino de que ahora la gente me va a querer contactar y no voy a poder contestarles. eso molesta tú sabes “ P.5 - “Yo creo que me da vértigo. Me desesperaría bien feo. Porque viene la combinación de el dinero que acabe de perder verdad porque eso cuesta dinero. Lo que voy a tener que gastar pal nuevo. Eh... También como que las cosas que tenia ahí que voy a perder. Como te dije a mi me gustan mucho las fotos y pensar que voy a perder esas fotos, me duele como tu no te imaginas. So seria como desespero pero es por el gasto monetario y por las cosas que tenia en el teléfono que apreciaba. Como que las imágenes que tenia yo. “ P.5 - “Tienes amistades que están en Europa, que están en Estados Unidos incluso que están en otras partes de la isla y pues no siempre se pueden ver. Así por lo menos tienes la oportunidad de escribirse llamarse hasta por FaceTime y puedes verles las caras y sientes que todavía esa conexión existe aunque estén súper lejos.” P.6 - “me daría un ataque pero es más porque perdería todas las fotos que tengo en el teléfono. y porque cuesta un montón. O sea me molestaría perder algo que cueste tanto.” P.6 - “Ehh.depende de la persona si es una persona con la que hablo mucho y me cae bien pues me encanta que me llamen . obviamente si no estoy muy ocupado y si no estoy haciendo cuestiones que me impidan contestar la llamada . si no me frustró que no puedo coger la llamada” P.6 - “. pero si alguien que no conozco mucho o no hablo mucho con ella pues como que (cara de disgustado) “HELLO??” para que me llamas” P.6
--	--	--	--

<p>Alegría</p>			<ul style="list-style-type: none"> - “Me causa alegría a la misma vez. Como que cuando veo cosas que alguien que me escribe que me importa. O cuando veo mi serie favorita. Cuando estoy en mis redes sociales y veo fotos de alguien que me gusta.” P.1 - “Cuando estoy hablando con la gente que quiero... “makes me happy”. Mas cuando puedo facetime, cosas así... me pongo feliz” P.3 - “me puedo poner feliz verdad en las redes sociales cuando uno recibe atención y todo eso.” P.3 - “En parte feliz, cuando me llegan mensajes es como que alegre “ah alguien se acordó de mí”. (rie) I feel good” P.4 - “a mí me gusta mucho la foto cómo que qué es linda a mí me encanta o sea un dibujo bien hecho. Es como que siempre me da una alegría un placer pequeño cómo que ver esas imágenes y eso.” P.5 - “Bien feliz porque como te había dicho tener un celular es un privilegio. obviamente traería a placer porque en el celular tú buscas cosas y haces cosas que a ti te gustan.” P.5 - “Este hay días que pues como que si hablo con gente que no hablo hace mucho tiempo pues definitivamente me siento bien con el teléfono y toda la cuestión. P.6 - pero hay días que hay solamente memes en Twitter y la gente se estaba cerrando mis cosas y esos son días que qué es un vacilón en Twitter. y tú puedes quieres ver en drama local y te entretienes.” P.6
<p>Calma</p>			<ul style="list-style-type: none"> - “So... yo siento que en cierta manera el teléfono me da como que terapia como que me calma. Like everything is in control when I have it, my phone with me... como que estoy. Si tengo mi teléfono y todo esta bien me siento como que un poquito mas en control versus cuando a lo mejor no lo tengo o lo tengo sin batería aunque me pasa mucho.” P.1 - “Me calma- Pues porque siento que estoy en control because I have my phone” P.1 - “ Me sirve de distracción también cuando me siento bien ansiosa. Cuando me siento súper súper ansiosa que “my thoughts just cant stop” como que “i just get on my phone and try to be like como que distraerme viendo algún feed o viendo una noticia o leyendo algo del teléfono como tal.” P.1

Tranquilidad			<ul style="list-style-type: none"> - “Yo pienso que me da como que tranquilidad a la misma vez.” P.1 - pero lo mayor que tiene es como que la distracción y en sí un poco de relajación.” P.2 - “Yo me siento bastante cómodo. O sea... hay días que pienso como que diablo esto me esta escuchando definitivamente y me siento como que el teléfono ya ha llegado a unos niveles que...sabe demasiado de mi.” P.6
Ansiedad			<ul style="list-style-type: none"> - “También me puede dar mucha ansiedad” P.1
Emoción			<ul style="list-style-type: none"> - “Excited. I love when people call me. Especialmente cuando es por facetime me gusta mucho como que my Friends or people that I like a lot me llaman por facetime.” P.1
Irritación			<ul style="list-style-type: none"> - Pero de verdad me irrita. Cada vez que empiezan con todos los mensajes con todos los mensajes y yo tengo que respirar hondo y decirme “ ____ son tus amigos, no hagas esto, te vas a quedar sin amigos (rie), no puedes quedarte sin amigos.” P.1 - “no tengo mi teléfono, me siento como... como desesperada” P.1 - “ahí llega un momento como que ok esto está desalentador el pero...”P.6 (redes sociales) - cambias a Instagram y te das cuenta que todo el mundo está , tienes a un montón de gente que está en otras partes del mundo saliendo y diciendo que son feliz y tú aquí en una isla encerra’. No puedes salir no puedes hacer nada y es como qué ...esto no ayuda en nada . Tú lo estás viendo “hiking” oyendo a las playas en otras partes del mundo y vacilando con sus amigos en “brunch” o lo que sea y tú estás aquí cómo que ay yo no puedo ir ni siquiera a la esquina porque aquí hay coronavirus en todos los lados .” P.6
Seguridad			<ul style="list-style-type: none"> - “También pues el teléfono me ha permitido tener como que un poco mas de seguridad para poder ir a donde yo quisiera ir por ejemplo si estoy en un centro comercial y necesito comunicarme con alguien pues tengo esa seguridad de que con el teléfono yo me puedo comunicar con alguien.” P.2 - “oh sí estoy solo pues definitivamente no me gusta no estar con el teléfono porque así me siento un poquito desprotegido” P.6

Serenidad			<ul style="list-style-type: none"> - “Me ayuda también a despejar la mente, me causa este... serenidad el teléfono porque se que es un instrumento que puedo utilizar para cualquier emoción que tenga presente.” P.2
Neutralizar sentimiento			<ul style="list-style-type: none"> - “Creo que eso seria la mejor contestación que te puedo dar para la pregunta. Que me ayuda a realizar como que a pues dependiendo como me sienta pues es como que me permite o por lo menos yo siento que el teléfono es algo que me ayuda a fortificar ese sentimiento o bajar la intensidad de algún sentimiento.” P.2 - “Que puede ser así, puede ser algo, una emoción que yo sienta y entonces el teléfono me ayuda pues como que a controlarlo a como yo quiera Mental como quiera bajarlo o neutralizarlo y también puedo tener un estado de ánimo y el teléfono cambiarlo como que enterarme de algo y me cambia el mood.” P.2 - “pero hay días que también.... O sea... el estado de animo no depende del teléfono, mas bien es al revés; uso el teléfono pues porque no me siento tan bien como que si no tengo ganas de hacer nada así que uso el teléfono” P.6 - “Un día me levante virao y como que no tengo ganas de hacer nada y levante cansado o no dormí bien el día antes pues definitivamente no quiero hacer nada, lo que quiero es estar en el teléfono todo el día. No es que este en el teléfono y me sienta mal por estar en el teléfono, si no que me sentía mal y me fui para el teléfono.” P.6
Dependencia			<ul style="list-style-type: none"> - “bueno pues no me gusta....te dije que siento que dependo bastante del teléfono y eso no me gusta. Sabes “it’s not a good emotion”, no me gusta depender tanto de esta mi@@” P.3 - “No vivir sin el, puedo tratar pero este... puedo desconectarme un par de rato, un par de días pero esa es mi vida.” P.3 - “Se convierte un habito y dependes de eso. Cuando tienes el teléfono y te quieres distraer.” P.3 - “creo que es... sabes... tienes acceso a tantas cosas... mensajes, redes sociales, que lo tienes ahí pues... este tienes acceso a todo eso que... empieza primero como una distracción este... pues estas en una fila o lo que sea, este pues es fácil chequearlo y entonces se

			<p>hace un habito hasta que lo chequeas. Se convierte un habito y dependes de eso. Cuando tienes el teléfono y te quieres distraer pues con que te vas a distraer.” P.3</p> <ul style="list-style-type: none"> - “También uno puede depender de una persona de hablar con una persona constantemente... sabes... eso puede ser otra razón... yo he dependido como que de querer hablar con una persona y pues estoy ahí como que chequeo “ah no todavía” (viendo si hay notificaciones) (se ríe) o tu sabes... o esperando el mismo mensaje o lo que sea me distraigo con el mismo teléfono con otra cosa. P.3
Inseguridad			<ul style="list-style-type: none"> - “inseguridad, incertidumbre. De nuevo porque hay veces que puedo interpretar cosas que este que... o puedo pensar cosas que ni están.” P.3 - “Inseguridades. Insatisfacción por las redes sociales, lo que se presenta. Por ejemplo, los estándares de belleza, todo lo que se reproduce en las redes sociales.” P.3
No deja procesar emociones			<ul style="list-style-type: none"> - “Hay veces que yo digo ok déjame alejarme, déjame ver que yo estoy sintiendo, porque me estoy sintiendo así.” P.4 (conectar con sus emociones) - “Yeah por eso a veces necesito despegarme del teléfono. Para como que ver que realmente tu estas sintiendo y porque tu te estas sintiendo así.” P.4
Antromorfizacion			<ul style="list-style-type: none"> - “Es que ya se siente literalmente, la tecnología ha llegado a un nivel de que es como si tu tuvieses un mini “minion” se ríe. Porque el (refiriéndose al celular) ya te hace caso, te dice todo, hasta te sugiere la ruta para tu casa.” P.4 - “Esto también me friquea un monton. Que fue que llego al punto donde tu literalmente le puedes hablar al teléfono para que te haga cosas. Yo nunca lo uso... pero es como un mini minion, tienes la calculadora, tienes esto, tienes lo otro, tienes un timer. Es como que ah mira despiértame a tal hora” P.4 - “Pero si es como un perrito como que uno los quiere y whatever pero los domestica, les da cantazo porque no hacen las cosas como uno quiere y como que finalmente los quiere.” P.4 - “Pues por eso es que “it provoques a lot of feelings, its a Little human porque el ser humano también te provoca muchos sentimientos. Literalmente a esto le falta

			hablar y tener sentimientos propios y todo. Para ser un mini minion.” P.4
Vagancia			- “Vagancia no es un sentimiento pero... mucha vagancia. Como que si me dejo llevar por el teléfono es como que me quedo ahí... puedo estar horas.”P.4
Miedo/susto			- “(mensaje) Bueno depende porque si es de una clase y la profesora lo esta escribiendo pues ahí yo me asusto.” P.4
Paz			- “Sou te metes un ratito en el teléfono y estás como qué cómo lo digo , en momentos de ocio y durante esos momentos de ocio pues como que a uno le trae un poquito de paz estar en el teléfono después de un día tan ajetreado .” P.5
Molestia			- “tú estás en la red y ves Cómo que un estado o alguna foto o algún vídeo que te disgusta porque no va con lo que te gusta o que se yo. ves un vídeo como qué homofóbico y tú eres una persona pro LGBT pues obviamente si tú ves eso y la gente en los comentarios concordando con lo que dice el vídeo pues eso a mí por lo menos me molesta” P.5 - “. Pues llega un punto que es como que tu quieres ver eso para sentirte enojado con el mundo, sentirte frustrado y agitarte con el mundo. Pero eso no es saludable, eso de como que siempre estar molesto con el mundo y para eso usar las redes sociales no es algo bueno.” P.6
Expresiones de sensaciones			- Hay días que si tengo el teléfono cerca y simplemente estoy metido en twitter todo el día pues definitivamente mi estado de animo se va pal piso.” P.6 - “Si pero no es que la mayoría de las veces me cause que el estado de animo se vire mucho mas de lo que este antes de usar el teléfono. Y si mi estado de animo cambia no es porque use el teléfono si no porque vi algo en el teléfono que me cambio el estado de animo.” P.6 - “O sea como que sí es un día que estás pasando 1000 cosas malas en el mundo pues definitivamente mi estado de ánimo se va por el piso porque pierdo la esperanza de que algo pues ... mejore. cómo que veo a Estados Unidos no controla la pandemia y aquí el gobierno es una porquería y aparecen vagones en una esquina de yo no se que rincón o que municipio y que se supone que fuese para María y ahora quieren esconder

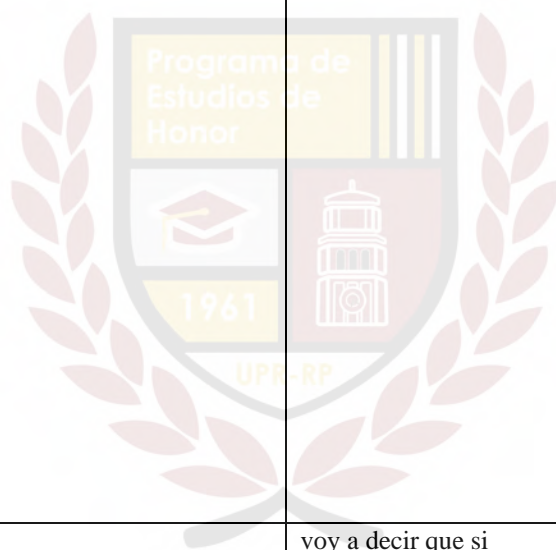
			<p>todas las cosas... pues tu empiezas a perder la Esperanza en el mundo ..y veo un montón de cosas a nivel internacional que reflejan lo mismo .” P.6</p> <p>- “La Cantidad de uso del teléfono refleja mi estado de ánimo. Como que si estoy pasándola bien y estoy bien distraído, o estoy haciendo algo y estoy bien enfocado en lo que tengo pues el teléfono no lo voy a usar . lo voy a dejar tirado y no lo voy a usar . pero sí es un día que estoy bien aburrido bien Down pues ahí sí definitivamente voy a buscar el teléfono y más ahora .” P.6</p>
Reflexión			<p>“El teléfono es algo indispensable para cada persona claro cada persona le da un valor distinto el teléfono pero yo pienso que algo que importante para cada persona porque permite tener esa conexión que no es posible sin sin el teléfono sin internet sin la red telefónica el teléfono no es simplemente un instrumento por capricho y ahora la mayoría smartphones es porque necesitan estar al día con la redes que hay que el teléfono tenga esa capacidad de procesar toda esa información Qué pues ser necesario para poder comunicarse con sus seres queridos poder pedir ayudas si es necesaria y está tranquilo pues porque tengo algo que hacer sí hay si estás en un ascensor un ascensor que no le entre tú no vas a sacar un libro bueno lo pueden hacer si eres un viejito pero este tú sacas el teléfono para jugar sudoku en el teléfono. el teléfono es parte de nuestras vidas ya lo queramos o no y nuestras generaciones futuras van a seguir aumentando.P.2</p> <p>“Invita a una a reflexionar a hacer una retrospección.” P.3</p> <p>Reflexión: No había pensado de un teléfono así desde high school. Estoy más apegado al teléfono de lo que pensaba y pues para la generación definitivamente siento que hay gente que está bien pegada al teléfono más que yo . P.6</p>

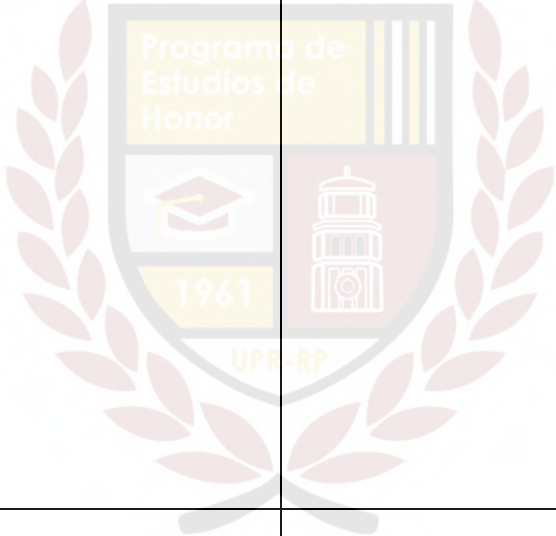
Emociones nombradas	P.1	P.2	P.3	P.4
Seguridad	- “si. Definitivamente. Pues por ejemplo cuando estaba en Budapest que nadie hablaba ingles y yo me quede sin teléfono pues como que si yo hubiese tenido teléfono “ive wouldve been a Little more	- si pues en la protección en la facilidad de llamar a alguien o buscar información. Pues de sentirme que	- Si. No se porque pero pensé en los emails por ejemplo para los resultados del covid, tengo seguridad de que vi el resultado y es verdad. Me lo mando el laboratorio, una	-

	<p>secure. Hubiese sido capaz de traducir”</p> <p>-</p>	<p>pues quiero reafirmar algo.</p>	<p>institución y me lo mando a mi por mi email y me siento segura de que no tengo coronavirus jajajaja porque lo dice ahí.</p>	
Inutilidad	<p>- “Pues si. No todo el tiempo pero si he tenido el teléfono en algún punto de mi vida me ha ocasionado ese sentimiento.”</p> <p>- Cuando estoy atrasada en la universidad y no puedo “put my phone down”. Ese es el ejemplo mas concreto. Cuando yo me he sentido súper mal por estar en el teléfono y no puedo soltarlo.”</p> <p>-</p>		<p>si! Hay veces que uno ve cosas que me siento inútil no tengo manera de ayudar, de poder “do something about it”</p>	no
Felicidad	<p>- Si</p>		<p>Puedo recibir algún tipo de reassurance ya sea cuando leí algo o cuando me mandaron algo. O sea que it reassures algo. Algo que me tenia tal vez angustiada o insegura. Ahora tranquilidad pues maybe literal pues hay aplicaciones que son para meditar y que son este relaxing sounds que se yo... las cascadas, las olas como que sonidos para uno sentirse tranquilo y o también una simple conversación</p>	N/a
Soledad	<p>- “no. Al contrario porque cuando estoy con el teléfono puedo estar conectada con otras personas... como que no necesariamente tengo que estar... sentirme sola. Todo lo contrario puedo llamar a alguien por facetime y no sentirme sola. Así que diría todo lo contrario.” P.1</p>		<p>Si. Comparación social. ...los estándares que uno ve en las redes sociales, estándares de belleza, lo que uno debe tener, todo lo que las amistades tienen, todo lo que las otras personas tienen y tú no pues uno se siente solo o cuando uno... no sé pero creo que esto soy mas yo... pero uno ve como otras personas usan su teléfono y de que se comunican más con sus amistades todo eso que tienen grupos más grandes de amistades pues más sociable o lo que sea y uno se compara y pues “</p>	No . al d porque n sea pero contesta que pon provoca estoy so

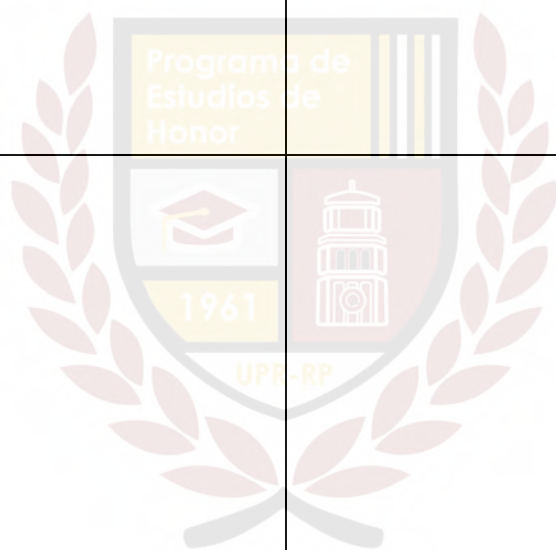
			I don't measure up" este yo no soy siempre de hablar tanto con muchas personas.	
Alivio	<ul style="list-style-type: none"> - Ese alivio que tu sientes cuando tu no encuentras tu teléfono que se te va el mundo que tu sientes que ¡ay bendito! Que se te cae el corazón al estomago" 			
Nerviosismo	<ul style="list-style-type: none"> - No. Fíjate no. - Digo puedo sentir nervios si recibo un email de mi nota. Por eso como que el teléfono como tal no me lo causa si no lo que hay dentro de el. 	No. Desanimado diría que si por ejemplo enterarme de noticias del covid o updates por ejemplo lo que paso con las papeletas y las primarias		no
Autoestima	<ul style="list-style-type: none"> - "Pues mira honestamente si. Hay veces que uno se tira una foto y "immediately regrets it" - "hay veces que si tu no tienes a lo mejor un teléfono o un modelo en la ultima venida pues te da a veces como que no bochorno pero te da..." 	Autoestima no. Ansiedad – las noticias o conversación tediosa.		

tranquilidad	N/a	<p>si porque lo mismo que seguridad como que me... con el teléfono tengo la posibilidad de enterarme de pues lo que sea cuando yo quiera pues puedo reafirmar eso. Tranquilidad que puedo comunicarme con cualquiera que necesite y pues si tranquilidad digo que si.</p>		<p>pero aja amistad intranqu Como n mía que mensaje yo le di que más</p>
angustia	n/a	<p>voy a decir que si solamente por ejemplo no quería enterarme de algo</p>		





<p>intimidad</p>			<p>Claro si. De nuevo pero eso es con las conexiones y con la comunicación con las personas que uno quiere pues verdad. No se como lo digo este... compartir un chiste un meme o inside jokes como que eso es algo intimo que tienes con esas otras personas que puedes tenerlo también a través del teléfono.</p>	
<p>ansiedad</p>			<p>Bueno... si claro. Mas bien por las redes sociales y pues este comunicación. No por el equipo como tal, si no por el porque lo estoy usando. Pues yo lo uso pa' hablar y para chequear las redes sociales. Dentro de... hay veces que lo que dije orita. Este inseguridad, tranquilidad.</p> <p>me ayuda a lidiar con la ansiedad pues cuando lo hablo con otra persona. Cuando no puedo tener a la persona de frente pues, la tengo ahí en el teléfono. Puedo pues... hablarlo. Es una herramienta que me ayuda a hablarlo en el momento.</p>	<p>no</p>
<p>Desanimo</p>				<p>- no . es que está</p> <p>no es qu hay veco digo déj teléfono un ratito y pegarr</p> <p>el desán provoca cómo q</p>
<p>satisfacción</p>				


Dependencia				
Estrés				





Sentimientos cuando alguien te llama		“-Excited. I love when people call me. Especialmente cuando es por facetime me gusta mucho como que my Friends or people that I like a lot me llaman por facetime. Como que
--------------------------------------	--	---


		<p>cuando es por teléfono pues it's nice pero cuando es por facetime es como que "I wanna see you" (rie)." P.1</p> <p>-“ Es depende la persona, si es alguien que me gustaría hablar pues me alegro si es alguien que no me gustaría hablar pues me da como ansiedad como que “porque me esta llamando?” y si es alguien desconocido es como que (pone cara de confundido) Me deja como este sentimiento de inesperado.” P.2</p> <p>-“ Si no quiero hablar contigo me siento ansioso porque se que esta llamada va a ser emocionalmente fuerte”P.2</p> <p>- “depende la persona. sí es un numero desconocido entiendo no contestarlo. en parte porque no conozco el número y Por otro lado pues me pongo ansiosa. “qué hace este número extraño llamándome?” igual cuando como dije dependiendo la persona, hay veces que yo no quiero coger el teléfono, ya sea porque estoy cansada por qué me trae ansiedad. pero Thats just me porque yo soy una persona ansiosa de por sí . pero hay veces que me llama gente que quiero mucho y yo (con una sonrisa) “hola”. hasta yo soy esa persona qué llama primero. que todo va a depender de la persona.” P.3</p> <p>- “Para llamar, yo soy una que prefiero si es pa’ hablar mucho rato o lo que sea prefiero verlo cara a cara o llamar. En verdad es mil veces mejor verlo presencial pero tu sabes... Coronavirus jajajaja.” P.4</p> <p>- “si es alguien que hace tiempo no me llamas pues es como “anda pal she’s back” (gesto de felicidad)” P.4</p> <p>- “pero no me da estrés que me llamen hay mucha gente que le da estrés. Más estrés me da cuando un número desconocido y no es que me da estrés tampoco. hay mucha mala fama con esas llamadas.” P.4</p> <p>- “pero cuando es un amigo Es como que “pero que querrá este o esta?”. A mi eso como que el corazón me empieza a latir un poquito mas. Como que pienso que es algo bien importante” P.5</p>
--	---	--

		<p>- “siempre que me llaman yo pienso que es una emergencia . yo se lo digo a la gente , yo le digo mira no me llames desprevenidamente para hablar por hablar o sea mándame un mensaje mira podemos hablar después” P.5</p> <p>- “pero eso de que me llamen así desprevenidamente acho eso no. así que básicamente así es mi madre y mi padre es normal lo cojo . y si es cualquier otra persona pues lo que siento es como una mezcla entre ansias y nervios un poco de los dos .” P.5</p> <p>- “Ehh.depnde de la persona si es una persona con la que hablo mucho y me cae bien pues me encanta que me llamen . obviamente si no estoy muy ocupado y si no estoy haciendo cuestiones que me impidan contestar la llamada . si no me frustro que no puedo coger la llamada” P.6</p> <p>- “pero si alguien que no conozco mucho o no hablo mucho con ella pues como que (cara de disgustado) “HELLO?” para que me llamas ¿?. también me salen muchos campos que no son scams llamadas ilegítimas” P.6</p>
<p>Sentimientos al recibir Mensaje de texto</p>		<p>-“cuando son mensajes de texto especialmente como que los de la universidad o de estos groupchats yo inmediatamente “I can’t deal”” P.1</p> <p>-“Y también o sea yo amo a mis amigos pero hay veces que se ponen a escribir demasiado y yo los pongo en do not disturb (demasiadas notificaciones” P.1</p> <p>- “depende. In a work space, I dont mind. Like umm.... Es que todo depende, por ejemplo si estoy en un lugar donde todo el mundo esta usando su teléfono y yo no tengo mi teléfono, me siento como... como desesperada” P.1</p> <p>-“ si porque si es alguien que me llevo bien, pues el contexto de la persona es que me llevo bien. Si es alguien que no me gustaría hablar pues... aja es como una ex.” P.2</p> <p>“En parte feliz, cuando me llegan mensajes es como que alegre “ah</p>

		<p>alguien se acordó de mi”. (rie) I feel good.” P.4</p> <p>“normal. sí un mensaje de texto de alguien que no estaba esperando pues me emociona un poco” P.4</p> <p>(refiriéndose a un proyecto) “me emociono cada vez que veo un mensaje nuevo es como qué anda pal “it’s happening”.” P.4</p> <p>“También depende. si tú estás empezando una relación pues te emocionas y todo por los mensajes” P.4</p> <p>“por eso depende de las circunstancias pero usualmente no me afecta así tanto “ P.4</p> <p>“depende la persona sí es una persona con la que nunca hablo o hablo de 1 en 1000 pues como que “ah mira esta persona” también depende de lo que diga mensaje” p.5</p> <p>“Sí es mi mai o mi pai pues yo pienso que es como me están llamando para informarme de algo . y si es una amistad pues es para hablar así cotidianamente .” p.5</p> <p>“Los group message los atiendo bastante rápido pero si una persona me escriba a mí no le voy a contestar o rara vez al momento. lo voy a pinchar como por dos horas o 3 horas y después de eso le contesto . no me gusta textear , me gusta textear en Group message pero siento que es como Estar sentado en una mesa . pero textear con una persona es como qué sí algo que necesitas saber llámame y ya” P.6</p> <p>“eso pero a mí no me gusta llamar pero me gusta que me llamen . entonces a mí no me gusta que me texteen pero me gusta textear a la gente . no es cónsono uno como otro pero .”P.6</p>
<p>Sentimientos cuando están sin el teléfono</p>		<p>- “girl cry. Right now I would 100% cry” P.1</p>

		<p>- “Acho ahí si que entra el desespero y me entra un ataque de ansiedad de tres pares mamita”.” P.1</p> <p>-“ Si lo tengo o no lo tengo estoy tranquilo.”p.2</p> <p>-“ Aunque si no tengo el teléfono yo creo que estaría un poco mas desesperao’ porque como ya yo estoy tan acostumbrado a tenerlo como que ya yo estoy acostumbrao’ a que pues si no tengo na’ que hacer pues vamos a ver memes o si no tengo nada que hacer pues vamos a chavar a alguien escribiéndole “mira que tu haces”. Y aja pues tranquilidad y como que hacer algo. Es mas como distracción.” P.2</p> <p>“en verdad yo siempre tengo que tener el teléfono cerca . vuelvo a repetir , yo soy una persona que le gusta estar ahí en el momento para las personas porque tengo que tener el teléfono cerca por si me llama no decir como que ay fue que lo deje en algún lado” P.4</p> <p>“soy una persona que contesta bastante rápido por qué me da estrés que me llamen para algo importante . que mi novio me llame y me diga mira tú puedes salir ahora porque me pasó tal cosa o lo que sea y yo rápido contestar y que no me tenga que llamar 50,000 veces . porque a mí me revienta que no me contesten. así que yo no hago lo que a mí no me gusta que me hagan. así que tengo el teléfono encima. así que si, un poquito de estrés.” P.4</p> <p>“Diache bueno pues dependerá verdad, porque si el teléfono se daño pues es como que me desespera un poquito. Porque es como que ah y si la gente me quiere contactar. Ellos no saben que estoy sin teléfono” p.5</p> <p>“A veces es molesto porque es como que ay quiero buscar esto rápido en el internet y no tienes el teléfono y es como que ahora no se” P.5</p>
--	---	---

		<p>“depende mucho de las circunstancias . depende también si estando fuera estoy entretenido . como que si estoy compartiendo con amigos estoy entretenido con ellos pues no me hace falta usar el teléfono. A veces no es ni cuestión de usar el teléfono sino de que ahora la gente me va a querer contactar y no voy a poder contestarles. eso molesta tú sabes .” P.5</p> <p>“a veces como que me da cosita pero es más que si estoy en el carro y no estoy guiando y pues no tengo nada más que hacer escuchar la radio ya pues o sea quiero tener el teléfono cerca . oh sí estoy solo pues definitivamente no me gusta no estar con el teléfono porque así me siento un poquito desprotegido” P.6</p>
<p>¿Qué tu harías si tienes 3% y no tienes como cargarlo?</p>		<p>-“Ehh... todo depende de donde yo este. Si estoy en mi casa pues que sea lo que Dios quiera pero si estoy en un lugar publico que no vas a poder usarlo o que no vas a poder acceder un cable pues en verdad yo me siento como un... si estoy sola me entra la malota. Pero si estoy con alguien pues ahí me siento mas tranquila. Depende si tengo acceso a cualquier otro celular para comunicarme. Aunque no sea ni mío.” P.1</p> <p>Malota- es que es como algo que no se puede definir. Es como... cuando something bums you out but really bumps you out to the point que it affects your physical and mental state.</p> <p>-“ si lo vemos como simbólico como que ese porciento mas es... pues 3% que me queda para la segunda realidad de vida que tengo. Las redes sociales y eso. Como que...el 3% se puede explicar de distintas maneras como que todo depende diría que ese 3% seria mas esa conexión de ese mundo que es conocido como las redes sociales.” P.2</p>

		<p>“pues obviamente miro serían alrededor mío tiene un cargador. si no pues no lo uso y aviso que tengo 3% por si se me agota la batería. si no te contesto es que se me agoto la batería. Pero “i dont make a big deal about it” chequea a ver si tengo una solución. al ver que no la tengo pues aviso tengo 3% no me vas a poder conseguir . “ P.3</p>
<p>Si se te pierde</p>		<p>“- Busco otro. Así de sencillo. Va a ser una lastima perder las fotos y todo eso porque no tengo nada en el cloud pero este buscaría otro porque como he dicho el teléfono es algo esencial, es algo necesario.” P.2</p> <p>-“ Así que necesito estar en constante comunicación porque tengo familiares pues mayores que si necesitan de mi ayuda tengo que ir a ayudarlos en cualquier momento.” P.2</p> <p>“es una mezcla de emociones lo digo por experiencia . primero es un pame cómo qué diantre donde está el teléfono no lo encuentro. después hablando por experiencia cuando único se me ha perdido es cuándo me lo robaron después de esa etapa inicial De desespero. de donde está el teléfono dónde está esa extensión de mí . es como se me cae el brazo. se me pierde la mano donde está mi mano? luego cuando me di cuenta que me lo robaron, me enfurecí me puse molesta. Entiendo que es un equipo bastante caro, también todo lo que tenía ahí toda la información todas mi foto, ahora lo perdí. ahora lo tiene otra persona. P.3”</p> <p>“Panickear. ¿Dónde esta? Tengo una necesidad de siempre tenerlo encima por cuestión de pues pero sí. “ P.4</p> <p>“Yo creo que me da vértigo. Me desesperaría bien feo. Porque viene la combinación de el dinero que acabe de perder verdad porque eso cuesta dinero. Lo que voy a tener que gastar pal nuevo. Eh... También como que las cosas que tenia ahí que voy a perder. Como te</p>

		<p>dije a mi me gustan mucho las fotos y pensar que voy a perder esas fotos, me duele como tu no te imaginas. So seria como desespero pero es por el gasto monetario y por las cosas que tenia en el teléfono que apreciaba.” P.5</p> <p>“me daría un ataque pero es más porque perdería todas las fotos que tengo en el teléfono . y porque cuesta un montón. O sea me molestaría perder algo que cueste tanto.” P.6</p>
--	--	---

