

## LOS SMARTPHONES EN LAS RELACIONES INTERPERSONALES DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

---

*Aldo Medina Gamero\**

*Universidad Católica Sedes Sapientiae*  
medrafa222@gmail.com

*Carlos Luy-Montejo\*\**

*Universidad Católica Sedes Sapientiae*  
cluy@ucss.edu.pe

*Rodolfo Tolentino Escarcena\*\*\**

*Universidad Católica Sedes Sapientiae*  
rodolfo.tolentino.1921@gmail.com

*Renzzo Gozar Vasquez\*\*\*\**

*Universidad Tecnológica del Perú*  
innovacionperu2226@gmail.com

---

---

\* **Aldo Medina Gamero** es doctorando en Humanidades, con segunda especialidad en Formación Magisterial. Actualmente es investigador Renacyt. ORCID: 0000-0003-3352-8779.

\*\* **Carlos Luy-Montejo** es doctor en Educación y Docencia Universitaria, magíster en Educación e Investigación; investigador Renacyt. ORCID ID: 0000-0003-0824-7959.

\*\*\* **Rodolfo Tolentino Escarcena** es doctorando en Ciencias de la Educación, magíster en Docencia e Investigación Superior. ORCID: 0000-0003-2480-5869.

\*\*\*\* **Renzzo Gozar Vasquez** es investigador en estudios multidisciplinares.

**Fecha de recepción:** agosto de 2020 **Fecha de aceptación:** diciembre de 2020

**Resumen:** La evolución de telefonía móvil trajo consigo mejoras en aspectos como la comunicación de las personas, sin embargo, estas funcionalidades también resultaron perjudiciales debido al mal uso que se le da día tras día, a tal punto que la interacción presencial fue reemplazada en la mayoría de las ocasiones por mensajes. El propósito de la investigación es analizar los estudios teóricos y empíricos respecto de la afectación por los *smartphones* en la salud psicológica, el desarrollo de la interacción y como es que la nomofobia deriva de estas malas prácticas, posicionándose como uno de los principales factores limitantes en los jóvenes universitarios. Se realizó una revisión documental de artículos en las bases de datos Scielo, Redalyc y Researchgate respecto del desarrollo psicológico producto del uso de los *smartphones*, el cambio de la interacción personal a virtual y la nomofobia como nueva tendencia mundial para brindar una idea de los riesgos que implican. En conclusión, los *smartphones* afectan a las relaciones interpersonales de los jóvenes debido a que las conductas, el pensamiento y las maneras de interactuar sufren muchas limitaciones y consecuencias negativas por las facilidades que suponen los cambios en la comunicación.

**Palabras clave:** Relaciones interpersonales, *smartphone*, desarrollo psicológico, comunicación.

## SMARTPHONES IN THE INTERPERSONAL RELATIONSHIPS OF COLLEGE STUDENTS

**Abstract:** The evolution of mobile telephony brought about improvements in aspects such as the communication of people, however, these functionalities were also detrimental due to the misuse that is given day after day, to the point that face-to-face interaction was replaced in most occasions by messages. The purpose of the research is to analyze the theoretical and empirical studies regarding the involvement of *smartphones* in psychological health, the development of interaction and how nomophobia derives from these bad practices, positioning itself as a main limiting factor in young university students. A documentary review of articles was carried out in the Scielo, Redalyc and Researchgate databases regarding psychological development resulting from the use of *smartphones*, the change from personal to virtual interaction and nomophobia as a new global trend to provide an idea of the risks involving. In conclusion, *smartphones* affect the interpersonal relationships of young people because the behaviors, thinking and ways of interacting suffer many limitations and negative consequences due to the facilities provided by the changes in communication.

**Keywords:** Interpersonal Relationships, Smartphone, Psychological Development, Communication.

## 1. Introducción

La evolución de los celulares ha sido cada vez más evidente a través de los años, esto trajo consigo grandes funcionalidades que han ayudado en el día a día. Las habilidades comunicativas han cambiado a tal punto que la tecnología se involucra en casi la totalidad de ocasiones en las que se quiere mantener conversaciones y relaciones interpersonales.

Los *smartphones* son los que más se han involucrado en la vida cotidiana y personal quitándoles la esencia de la comunicación cara a cara en las personas. Esto se muestra, especialmente, en los jóvenes universitarios quienes son la mayoría de los usuarios y los que evidencian más efectos negativos con su uso continuo. Por esta razón, el tiempo de las actividades que los jóvenes pueden realizar con sus contemporáneos resulta mermado debido a las horas que navegan en internet, chatean y centran su atención excesiva al *smartphone* (Obregon, 2017). Con el uso de los *smartphones* de manera excesiva se puede experimentar ansiedad, insomnio, falta de confianza y desconexión del entorno.

Las mejoras tecnológicas y funcionalidades atraen al público más joven en la mayoría de las ocasiones. Según la investigación de Quicios, Sevillano y Ortega (2013) como se citó en Figueroa (2016) señalan que el *smartphone* es “...un teléfono móvil que cuenta con un sistema de gestión de la información y características técnicas similares a una laptop” (p. 31). Por lo tanto, esto supone la facilidad de aprovechar estas características en las que destacan la red de internet, aplicaciones y mensajería instantánea, a fin de emplearlas en cualquier momento y en cualquier lugar.

Las relaciones interpersonales son la base de las habilidades comunicativas, estas se construyen y se fortalecen en cada momento de la vida. Según Pérez y Gardey (2014) citados en Arana y Lanao (2018), “son una relación recíproca entre dos o más personas. Se tratan de relaciones sociales que, como tales, se encuentran reguladas por las leyes e instituciones de la interacción social” (p. 3). Por consiguiente, es una comunicación que implica la interacción presencial de los participantes para desarrollar la sociabilidad y los lazos entre las personas.

En base a lo investigado, se plantea la siguiente interrogante: ¿cómo afectaron los *smartphones* a las relaciones interpersonales en jóvenes universitarios latinoamericanos entre los años 2014 y 2019? Debido a que resulta ser una problemática que se vincula en la mayoría de los casos con los jóvenes, así como su entorno social y familiar, el cual se ve sometido a una comunicación limitada y en varias ocasiones nula por el apego y preferencia al *smartphone*. El desarrollo personal de los jóvenes también sufre deterioro porque no interactúan con su medio ni con las personas que lo rodean, esto ocasiona un interés mayor al *smartphone* que la interacción a través de las conversaciones.

Debido a esto, se considera un acto que se deriva de la obsesión de estar “conectados” con el mundo por medio del internet, pero lo que en realidad se hace es desconectarse del mundo real y perderse de momentos valiosos los cuales se podrían atesorar. (Obregon, 2015, p. 4)

No basta con estar presente físicamente en un entorno de amigos o familia, también interactuar y entablar conversaciones con el resto es algo fundamental, usar el celular en estos espacios solo causa ausencia del mundo real.

El propósito de la investigación es analizar los estudios teóricos y empíricos respecto de la afectación de los *smartphones* en la salud psicológica, el desarrollo de la interacción y cómo es que la nomofobia deriva de estas malas prácticas posicionándose como un principal factor limitante en los jóvenes universitarios. Por consiguiente, en diversos países este mal uso de los *smartphones* ha sido un problema que cada vez se ha vuelto más común en el día a día. Asimismo, las formas de comunicación se ven modificadas

y cerradas a mensajes o llamadas las cuales no transmiten las mismas sensaciones de una comunicación presencial.

Los *smartphones* están presentes en casi todos los jóvenes, por lo que su utilización excesiva afectó el desarrollo psicológico e interpersonal por la poca interacción que ocasiona la nomofobia en jóvenes universitarios latinoamericanos entre los años 2014 y 2019. Se puede afirmar que los jóvenes universitarios son los más propensos a verse afectados de manera negativa por las circunstancias que marcan los estudios, tiempo y espacios de descanso reducidos.

La importancia de la investigación radica en conocer cómo han cambiado con el pasar de los años las relaciones interpersonales entre jóvenes universitarios, puesto que están más envueltos en la tecnología y dependen de ella en la vida diaria por las mismas obligaciones que sus estudios demandan. En el aspecto personal afecta a las amistades, los lazos que pueden formar con otras personas contemporáneas a ellos y también deterioran la comunicación que tienen con sus padres. En lo académico, se pueden evidenciar dos momentos: un estudiante durante el día puede estar ocupado y el *smartphone* lo ayuda a poder coordinar trabajos grupales e incluso estudiar en cualquier lugar. No obstante, conlleva a la pérdida de la comunicación personal con sus compañeros, lo que significa menos posibilidades de conocerse y aprender de ellos, limitando mucho su desarrollo.

La presente investigación está dividida en tres subtemas, de los cuales se delimitarán de la siguiente forma: el desarrollo psicológico producto del uso de los *smartphones*, el cambio de la interacción personal a virtual y la nomofobia como nueva tendencia mundial

## 2. El desarrollo psicológico producto del uso de los *smartphones*

La evolución de la comunicación incluye nuevas formas de escribir y compartir con los demás, no es relevante que el emisor y el receptor se conozcan debido a la facilidad de consultar los perfiles de cada persona en redes sociales como Facebook o Instagram. Además, la incorporación de funcionalidades como juegos de roles o grupos implican que ciertos jóvenes modifiquen su identidad, principalmente por no considerarse capaces de agradar a alguien que empiezan a conocer. Esto es causado por la existencia de aplicaciones en las cuales se puede interactuar con personas en tiempo real, siendo la mayoría de estas con personajes propios del sistema, lo cual genera una inadecuada comunicación debido a que muchos usan una imagen falsa de sí mismos, apeándose más a un personaje y no aceptando cómo son verdaderamente (Carbonell, Chamarro & Oberst, 2012).

Hay muchas etapas que se empiezan a experimentar en la juventud: la necesidad de estar presente en los demás y también saber de las personas que son del interés propio. Según Baron (2011), así como Hall y Baym (2012) citado en Capilla y Cubo (2017), “Las investigaciones señalan que los jóvenes muestran gran interés por saber de los demás y como algunos sienten que si dejan de enviar mensajes corren el riesgo de volverse invisibles frente a sus contactos” (p. 177). Por lo tanto, estas interacciones virtuales provocan sensaciones que, con el tiempo, puedan agravarse y afectar el desarrollo de la autoestima.

Los comportamientos manifestados por el uso desmedido de los *smartphones* son equivocados debido a una mala interpretación de la idea: “el *smartphone* nos ayuda a comunicarnos en cualquier momento y en cualquier lugar”, al emplearlos en situaciones de convivencia con familia y amigos

(Gonzales, 2008). Por ende, la necesidad de comunicarse con los demás mediante el uso de los celulares debe ser aplicada en el contexto correcto y no mientras se conversa, convive o se comparten experiencias del día con las personas más cercanas.

La modernidad es un factor importante para muchos jóvenes conforme pasan los años, esto incluye las prendas de vestir y accesorios más llamativos debido a que muchas veces buscan popularidad o destacar del resto. En este sentido, tal y como explican Flores et al. (2015): “El teléfono celular no es solo un dispositivo técnico, sino que también es un objeto personal y social sometido a la influencia de la moda” (p. 22). Por lo tanto, poseer un *smartphone* es una necesidad que va más allá de simplemente comunicarse, también es un factor determinante de la identidad al existir mejoras como la personalización de acuerdo con las necesidades o preferencias.

Una mayor dedicación y dependencia de los usuarios hacia su *smartphone* genera cambios muy significativos en su forma de ser, además de ser perjudiciales porque abarca más allá que solo su manera de pensar. Según Muñoz, Rivas y Agustín (2005) citados en Flores et al. (2015) “La adicción al celular abarca aislamiento de los demás y soledad, alteraciones de conducta y del estado de ánimo, comportamiento compulsivo, problemas de comunicación, problemas en el lenguaje y problemas emocionales” (p. 21). En consecuencia, estas afecciones son muy preocupantes debido a la posibilidad de limitar el desarrollo mental y psicológico a tal punto de requerir terapias.

### 3. El cambio de la interacción personal a virtual

Según Molina (2013) citado en Nobles et al. (2015), el *smartphone* es una tecnología que supone una facilidad en la investigación por la información que se puede encontrar, pero a su vez degrada la capacidad de redactar, de leer, también limita las ganas de aprender y la habilidad de interpretar. Por consiguiente, el desarrollo cognitivo sufre consecuencias negativas.

Una evolución importante es la del entretenimiento, porque se rige más a la tecnología que incluye variedad de pantallas donde la recepción y búsqueda de la información es más sencilla. En este sentido, el *smartphone* con su portabilidad y fácil manejo cumple con las facilidades de comunicar, saber y conocer más noticias gracias a ciertas aplicaciones como Facebook y Twitter (Barquero, 2016).

El mal uso de los *smartphones* no solo afecta el desarrollo mental del usuario, también se ven implicados otros miembros del círculo de conocidos, debido a nuevas formas de maltrato que surgen a partir de comentarios o fotos de alguien que son usados como objeto de burla. Según Gaspar y Cuesta (2015) “Los jóvenes hablaron de diversos casos de acoso o cyberbullyng [sic] a través de redes sociales y WhatsApp... una vez que alguno introduce la conversación, otros compañeros aportan otro caso o hacen comentarios” (p. 524). Por consiguiente, el bullying se ve implicado con los avances tecnológicos y no desaparece. En su lugar, cambia y puede ser muy peligroso para la autoestima y manera de pensar de los afectados.

Una de las mayores preocupaciones en los jóvenes es la primera impresión que pueden causar hacia una persona cuando recién van a conocerla, y es que muchas veces sienten temor por la reacción que pueden ocasionar. Esto genera solo pensamientos negativos por hacerse

ideas erróneas antes de entablar la primera conversación. Debido a esto, la comunicación a través de los *smartphones* se sobrepone a la idea de hablar directamente con alguien, lo cual facilita enviar mensajes de cualquier tipo. Hay evidencias de estos sucesos, según los estudios de Fernandez y Gutiérrez (2017), donde indican que hay una preferencia por el contacto virtual como primera interacción, debido a que el miedo al rechazo se muestra muy latente, además por estos medios se adopta una libertad para desarrollar lazos afectivo-sexuales.

Se hace mucho énfasis en las repercusiones por el uso excesivo que se da a los celulares, tales como alteraciones psicológicas y el bajo desarrollo interpersonal. Sin embargo, hay diversos casos en los cuales los jóvenes no consideran muy relevante este aparato en la vida diaria y, por el contrario, son ellos los afectados por el apego que sus compañeros tienen por estas tecnologías.

Se obtuvo en un estudio hecho a 8880 estudiantes de la universidad de Barranquilla que un 38.9% se sentía “desplazado”, y esto precisamente por la conexión que se tiene con el *smartphone*, se aleja a quien está cerca y se acerca a quien está lejos, por lo que el respeto es irrelevante y la interacción presencial, aburrida. (Peñuela et al., 2014, p. 340)

En entornos como la universidad donde abundan los estudiantes se debe aprovechar para interactuar y conocer a los demás. Comportamientos tales como usar el celular en todo momento solo causa que se genere rechazo y la otra persona se sienta ignorada.

#### 4. La nomofobia como nueva tendencia mundial

La tecnología y su gran evolución ha sido el pilar en la mejora de los *smartphones*, esto incluye cambios importantes en la comunicación y la sociabilidad. Sin embargo, como una novedad en el mundo, también implica ciertas desventajas por las facilidades que se presentan con el continuo uso. Debido a estas condiciones, García y Fabila (2014) afirman que “el teléfono se ha convertido un accesorio imprescindible en todo el orbe, a tal grado que la empresa británica SecurEnvoy en 2011... acuña el término nomofobia para definir el miedo irracional a salir de casa sin un teléfono móvil” (párr. 1). Por ende, las nuevas experiencias que viven los usuarios no son del todo positivas, principalmente por las nuevas sensaciones que experimentan a causa del continuo uso del celular.

Diversas situaciones que agravan la nomofobia son: el agotamiento de la batería del celular y también la falta de red móvil. Estas condiciones pueden ocasionar alteraciones como la ansiedad, debido a que la conexión con los demás se pierde sin importar la cantidad de tiempo que haya pasado (Caro, 2017).

Hay momentos que los jóvenes aprovechan para descansar y relajarse, después de una jornada de estudios o trabajos en la universidad, dichos espacios son principalmente para ocuparlos en la vida social. Sin embargo este tiempo no siempre se usa en el aspecto ya mencionado, porque normalmente se opta por enfocarse más en las interacciones a través de las redes sociales. Por ello, los *smartphones*, tal y como lo menciona Alverca (2017) citado en Sánchez (2019), “en cuanto a aspectos familiares ocasiona escasa comunicación, discusiones constantes y poca atención a los miembros dentro del hogar. En el aspecto social, déficit en las relaciones interpersonales, reclusión, alejamiento en la participación de reuniones

sociales” (p. 27). Por lo tanto, diversos momentos libres que muchas veces resultan ser pocos por las obligaciones no se enlazan al desarrollo social ni familiar por la preferencia a los celulares.

La vida social no es la única actividad afectada de manera negativa por el uso constante del *smartphone*, resulta que los grandes avances en los dispositivos también se involucran en la vida laboral.

Los quehaceres cotidianos en casa en distintas ocasiones se involucran con lo laboral porque la digitalización está presente en este mundo globalizado, lo que conlleva a un desgaste mental y estrés en la persona. Por ello, Palade (2016) afirma que “La frontera entre el mundo laboral y la vida personal resulta bastante estrecha..., no es necesario tener un teléfono para el trabajo y otro para el uso personal, un *smartphone* hoy en día puede ser usado para los dos” (p. 5). En consecuencia, un hogar puede verse afectado por problemas como falta de comunicación entre las parejas, contestar mensajes o llamadas inesperadas en una cena familiar. No prestar atención a los hijos también es otra terrible situación, debido a lo asfixiante que significa estar conectados a través del *smartphone* a un trabajo en todo momento sin separar los tiempos necesarios.

De acuerdo con Arab y Diaz (2015) citado en Sánchez (2019), estar involucrados mucho tiempo en la interacción con los *smartphones* no es solo responsabilidad de los jóvenes universitarios. Los padres también se ven implicados, en cierta forma por la falta de atención y comunicación con sus hijos, lo cual ocasiona que se refugien en conversaciones con otras personas a través de mensajes o por las redes sociales.

## 5. Conclusión

En síntesis, se afirma la hipótesis planteada en torno a que la utilización excesiva del *smartphone* afectó el desarrollo psicológico e interpersonal de los jóvenes universitarios latinoamericanos, debido principalmente a la preferencia por interactuar a través de las redes sociales por encima de una conversación cara a cara, mayormente por miedo al rechazo. Las facilidades para enviar mensajes de todo tipo a distintos contactos también es otro factor, porque la elocuencia y las distintas herramientas hacen posible entablar lazos de amistad o relaciones afectivas. Respecto de la nueva tendencia mundial denominada nomofobia, se comprueba que el miedo a salir de casa sin celular abarca tanto campos personales como laborales, debido a que la digitalización ha crecido exponencialmente en un mundo globalizado. Todos estos factores desenlazan en la necesidad de estar conectados en todo momento, lo que perjudica la vida social y la vida privada.

## REFERENCIAS

- Arana, M. & Lanao, R. (2018). *Análisis de las relaciones interpersonales aplicadas en las principales cadenas de salones de belleza de Lima Metropolitana y su impacto en la rotación laboral de sus colaboradores* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas]. *Scielo*. [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1019-94032016000200002](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1019-94032016000200002)

- Barquero, M. (2016). Las *apps* como nuevo soporte de interacción entre la entidad universitaria y sus *stakeholders*. *Opción*, 32(11), 15-33. *Redalyc*. <https://www.redalyc.org/pdf/310/31048902002.pdf>
- Capilla, E. & Cubo, S. (2017). Phubbing, Conectados a la red y desconectados de la realidad. Un análisis en relación al bienestar psicológico. *Pixel Bit*, (50), 173-185. <http://dx.doi.org/10.12795/pixelbit.2017.i50.12>
- Carbonell, X., Chamarro, A. & Oberst, U. (2012). Adicción a internet y móvil: una revisión de estudios empíricos españoles. *Papeles del Psicólogo*, 33(2), 82-89. <http://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/2096.pdf>
- Caro, M. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *Medisur*, 15(2), 251-260. *Scielo*. <http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v15n2/ms14215.pdf>
- Fernández, E. & Gutiérrez, J. (2017). La socialización de los jóvenes interconectados: experimentando la identidad en la sociedad aumentada. *Profesorado*, 21(2), 171-190. *Redalyc*. <https://www.redalyc.org/pdf/567/56752038010.pdf>
- Figueroa, C. (2016). El uso del smartphone como herramienta para la búsqueda de información en los estudiantes de pregrado de educación de una universidad de Lima Metropolitana. *Revistas PUCP*, 25(49), 29-44. <http://dx.doi.org/10.18800/educacion.201602.002>
- Flores, C., Gamero, K., Arias, W., Melgar, C., Sota, A. & Ceballos, K. (2015). Adicción al celular en universitarios de la UNSA y la UCSP. *ResearchGate*, 5(2), 13-25. <https://www.researchgate.net/publication/288663406>

- García, V. & Fabila, A. (2014). Nomofilia vs nomofobia, irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de vida de los jóvenes. Un tema pendiente para los estudios en comunicación. *Razón y Palabra*, (86), 1-20. *Redalyc*. <https://www.redalyc.org/pdf/1995/199530728048.pdf>
- Gaspar, S. & Cuesta, V. (2015). Adicción al smartphone. Análisis motivacional de uso entre nativos digitales. *Opción*, 31(4), 517-531. *Redalyc*. <https://www.redalyc.org/pdf/310/31045569063.pdf>
- Gonzales, C. (2008). *La dependencia de la telefonía celular y cambios que este produce en el entorno social y académico de los estudiantes universitarios de la escuela de ciencias de la comunicación de la universidad de San Carlos de Guatemala* [Tesis de licenciatura]. Universidad de San Carlos de Guatemala. [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/16/16\\_0615.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/16/16_0615.pdf)
- Nobles, D., Londoño, L., Martínez, S., Ramos, A., Santa, G. & Cotes, A. (2015). Tecnologías de la comunicación y relaciones interpersonales en jóvenes universitarios. *Revista Educación y Humanismo*, 18(30), 14-27. <https://doi.org/10.17081/eduhum.18.30.1311>
- Palade, I. (2016). Impacto de los *smartphones* en el ámbito laboral. *Repositori Universitat Jaume I*, pp. 1-31. [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/161801/TFG\\_2015\\_paladeI.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/161801/TFG_2015_paladeI.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Peñuela, M., Paternina, J., Moreno, D., Camacho, L., Acosta, L. & De León, L. (2014). El uso de los smartphones y las relaciones interpersonales de los jóvenes universitarios en la ciudad de Barranquilla (Colombia). *Salud Uninorte*, 30(3), 335-346. *Redalyc*. <https://www.redalyc.org/pdf/817/81737153008.pdf>

Sánchez, X. (2019). *Dependencia al móvil en estudiantes de psicología de una Universidad nacional de Lima* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio Institucional UNFV. [http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3491/UNFV\\_SANCHEZ\\_ARCE\\_XIOMI\\_JOCELYN\\_TITULO\\_PROFESIONAL\\_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/3491/UNFV_SANCHEZ_ARCE_XIOMI_JOCELYN_TITULO_PROFESIONAL_2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y)