UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

Facultad de Psicología y relaciones humanas

Proyecto de investigación: "Efectos de la Dependencia al Celular en las Habilidades Sociales en jóvenes en la Provincia de Buenos Aires"

Carrera: Psicología

Tutora: Milagros Justo

Sede: Centro

Comisión: A

Alumna: Banegas, Candela

Resumen

El dispositivo móvil representó una herramienta de gran impacto en la vida cotidiana de las personas debido a su funcionalidad y versatilidad. No obstante, su uso excesivo promovió niveles de dependencia. Estos dispositivos ocuparon un lugar central en las relaciones interpersonales, lo que derivó en una posible afectación de las habilidades sociales, esenciales para expresar necesidades, sentimientos, preferencias y opiniones de manera efectiva. Esta situación pudo obstaculizar el establecimiento de vínculos y comprometer la capacidad de interactuar adecuadamente en contextos sociales.

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de corte transversal y tipo descriptivo-correlacional. Se utilizaron instrumentos estandarizados: el Test de Dependencia al Teléfono Móvil Breve y la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein. Los resultados evidenciaron una correlación significativa entre el nivel de dependencia al celular y una disminución en ciertas habilidades sociales. En particular, dimensiones como la falta de control y la interferencia en actividades se relacionaron con dificultades en el manejo del estrés. Sin embargo, no se encontró una relación significativa entre la dependencia global al celular y las habilidades sociales en su conjunto, lo cual sugiere que el impacto de esta dependencia no fue uniforme.

Palabras clave: dependencia al celular, habilidades sociales, jóvenes.

Abstract

Mobile devices represented a tool with a significant impact on people's daily lives due to their functionality and versatility. However, their excessive use fostered levels of dependence. These devices occupied a central place in interpersonal relationships, potentially impairing social skills, essential for effectively expressing needs, feelings, preferences, and opinions. This situation could hinder the establishment of relationships and compromise the ability to interact appropriately in social contexts.

The research was conducted using a quantitative approach, with a non-experimental, cross-sectional, descriptive-correlational design. Standardized instruments were used: the Brief Mobile Phone Dependence Test and the Goldstein Social Skills Scale. The results showed a significant correlation between the level of cell phone dependence and a decline in certain social skills. In particular, dimensions such as lack of control and interference in activities were related to difficulties in stress management. However, no significant relationship was found between overall cell phone dependence and overall social skills, suggesting that the impact of this dependence was uneven.

Keywords: Cell phone dependence, Social Skills, Youths

Introducción

Fue fundamental determinar que, según Chóliz (2010), la dependencia al celular se caracterizó como un comportamiento reiterativo que llevó al sujeto a manifestar una sensación de malestar al no poder acceder al celular, siendo insuficiente el intento de inhibir dicho comportamiento, afectando su desarrollo interpersonal y evidenciando un problema de dependencia.

Manteniendo la misma postura, fue relevante hacer énfasis en los síntomas más observados de dependencia al teléfono móvil: el uso excesivo, con un alto costo para la economía personal en relación con la variedad de llamadas o la cantidad de mensajes enviados; los diversos problemas interpersonales por el uso desmedido, interfiriendo en las actividades académicas o laborales (Chóliz, 2010). Asimismo, la adicción a los dispositivos tecnológicos se caracterizó por una necesidad incrementada de uso para obtener el mismo nivel de bienestar que al principio (tolerancia), y por la aparición de reacciones emocionales negativas cuando no se pudo utilizar la tecnología o cuando pasó un largo tiempo sin su uso (síntomas de abstinencia). El uso excesivo de la tecnología interfirió con actividades importantes de la vida cotidiana —ya fueran laborales, vinculares, familiares o sociales—, y estuvo acompañado de serias dificultades al momento de dejar de usarla, aun sabiendo que ese patrón de conducta era inapropiado y traía consecuencias graves (Chóliz, 2010).

En la misma línea, se destacó que la adicción a los dispositivos tecnológicos se caracterizó por: a) una necesidad creciente de uso para alcanzar el mismo nivel de bienestar (tolerancia); b) la aparición de reacciones emocionales negativas ante la imposibilidad de utilizar la tecnología (síntomas de abstinencia); c) interferencias con actividades importantes de la vida

cotidiana; y d) dificultades para dejar de usar la tecnología a pesar de conocer sus consecuencias negativas (Chóliz et al., 2017).

Aunque existieron distintos criterios definitorios de la adicción al teléfono móvil, hubo una coincidencia importante en cuanto a la presencia de síntomas como la abstinencia, la tolerancia y la pérdida de control, los cuales condujeron a interferencias y abandono de actividades diarias (Villanueva et al., 2009).

A partir de ello, se definieron las habilidades sociales como un conjunto de comportamientos efectivos en las relaciones interpersonales, que se aprenden y promueven la interacción entre el sujeto y su entorno, permitiendo la defensa de los propios derechos sin negar los derechos de los demás, y facilitando la comunicación y resolución de problemas en situaciones complejas o novedosas (Goldstein, 1987).

Esto se evidenció en investigaciones previas. Castillo et al. (2022) demostraron un nivel moderado (59%) y alto (22%) de dependencia al dispositivo móvil. Asimismo, Hilt (2019) encontró una relación entre la dependencia al celular, los hábitos y actitudes hacia la lectura, y el rendimiento académico de los estudiantes, destacando la importancia de adquirir conocimientos sobre cómo actuar en contextos sociales.

En otra investigación, se halló que el 52% de los universitarios estaban en riesgo de presentar dependencia al celular, el 22% ya la presentaban y el 25% no la manifestaban. Según Del Prette et al. (2008), las habilidades sociales fueron conductas de tipo social disponibles en la vida de una persona que contribuyeron a su competencia social, favoreciendo la efectividad en sus interacciones. Estas conductas se destacaron por su naturaleza multidimensional, especificidad situacional y carácter aprendido. En cuanto a esta variable, Sandoval et al. (2019)

señalaron que el 56.1% de los universitarios presentaron un bajo nivel de habilidades sociales, el 29% se encontraba en proceso de mejora y sólo el 14% logró desplegarlas adecuadamente.

En varias ocasiones, los sujetos manifestaron consciencia sobre su uso del celular, reconociendo la dependencia que este generaba. Paredes et al. (2018) indicaron que el 86% de los estudiantes lo usaban sin fines académicos, el 77% reconocía la dependencia, y el 50% se distraía a veces por su sonido. Esto implicó una disminución en la comunicación. Gamero et al. (2020) advirtieron que el uso del smartphone afectó las relaciones interpersonales de los jóvenes, limitando sus conductas, pensamientos y formas de interactuar. Según Baltazar et al. (2020), el 100% de la muestra tenía teléfono móvil, usándolo mayormente en casa y más de 10 horas al día.

A mayor uso del celular, menor fue el nivel de habilidades sociales, ya que el tiempo invertido en su uso dificultó la percepción del entorno. Aroz et al. (2021) hallaron que los altos niveles de adicción a internet se asociaron con bajos niveles en el desarrollo de estas habilidades. En la investigación de Cueto et al. (2020), el 83,9% de los participantes hizo un uso controlado de internet; sin embargo, en cuanto al celular, las dimensiones de abuso y dificultad para controlar el impulso mostraron una media alta.

De la Cruz et al. (2019) demostraron que en países latinoamericanos como Colombia, Perú y Argentina, existió un alto porcentaje de jóvenes con abuso del celular. Según Chóliz et al. (2009), estos dispositivos resultaron especialmente atractivos para adolescentes, cumpliendo expectativas innovadoras que generaron dependencia.

En los últimos años, el uso del celular promovió el distanciamiento social y la escasa comunicación presencial. García et al. (2020) observaron dificultades para entablar conversación con desconocidos o expresar emociones. Concretas et al. (2019) destacaron que la dependencia a

internet derivó de procesos de sociabilidad, incluso con personas desconocidas. Las habilidades sociales jugaron un rol fundamental en la vida de los sujetos, ya que sin ellas no fue posible establecer vínculos sólidos. El uso del celular redujo esta posibilidad, ya que muchos jóvenes no midieron las consecuencias.

Morales et al. (2023) encontraron que los jóvenes no se vieron significativamente afectados emocionalmente al alejarse del celular. Sin embargo, Gascón et al. (2019) evidenciaron que el 67% de los encuestados miraban frecuentemente el icono de WhatsApp sin recibir notificaciones, el 50% experimentaba falsas vibraciones y el 75% mantenía el celular encendido permanentemente. Estos indicadores reflejaron una alta dependencia, imposibilitando el desarrollo adecuado de las habilidades sociales.

Tejeiro et al. (2009) señalaron que el uso excesivo del celular alejó a los jóvenes de sus amistades, reduciendo la sociabilidad. El INEI (2022) reportó que el celular fue el medio principal de acceso a internet, siendo utilizado diariamente por el 90,6% de la población.

Iglesias et al. (2023) constataron que los jóvenes usaron las tecnologías principalmente para acceder a redes sociales, con una frecuencia de conexión continua en el 68% de los casos, mientras que solo el 1% las usaba menos de una hora al día.

Roberts et al. (2014) revelaron que existieron actividades asociadas significativamente con la adicción al celular, y otras que, aunque se esperaría que lo estuvieran, no lo estuvieron.

A partir de lo expuesto, se comprendió que los jóvenes no midieron las consecuencias del uso del celular, el cual afectó tanto su salud como su capacidad para relacionarse y resolver conflictos. Por tal motivo, esta investigación tuvo gran relevancia, ya que propuso fomentar un

uso controlado del dispositivo móvil y promover actividades libres de tecnología que faciliten la conexión con la vida cotidiana. Los resultados pudieron ser útiles en intervenciones destinadas a mejorar la salud mental y física de las personas y prevenir futuras problemáticas. Asimismo, esta información resultó valiosa para otros profesionales del ámbito laboral y escolar, buscando generar conciencia sobre la importancia de desarrollar habilidades sociales.

En este sentido, el objetivo general del estudio fue determinar la relación entre la dependencia al celular y las habilidades sociales en jóvenes de la provincia de Buenos Aires, y comparar los niveles de dependencia y habilidades sociales entre hombres y mujeres. Los objetivos específicos fueron: a) asociar la dependencia al celular con las habilidades sociales, b) determinar la relación entre abstinencia al celular y habilidades sociales, c) examinar la relación entre abuso del celular y dificultad de control de impulsos con habilidades sociales, y d) evaluar la relación entre las interferencias en actividades por el uso excesivo del celular y las habilidades sociales.

Las hipótesis planteadas fueron: 1) a mayor dependencia al celular, menor nivel de habilidades sociales, y viceversa; 2) a mayor abstinencia, menor nivel de habilidades sociales; 3) a mayor abuso, menor control de impulsos y menores habilidades sociales; 4) a mayor interferencia en otras actividades, menor desarrollo de habilidades sociales; y 5) a mayor tolerancia, menor nivel de habilidades sociales.

Método

Diseño

Siguiendo los criterios de Hernández Sampieri et al. (2014), el presente proyecto de investigación adoptó un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, descriptivo y correlacional, de corte transversal.

Participantes

La muestra estuvo conformada por un total de 115 participantes, entre adolescentes y jóvenes, cuyas edades se encontraron en un rango etario de entre 18 y 35 años. Fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico, de tipo intencional.

En cuanto a los criterios de inclusión, se consideró a jóvenes que aceptaron participar mediante la firma del consentimiento informado, que tuvieran entre 18 y 35 años, con acceso constante a un dispositivo móvil, que se encontraran estables mentalmente al momento de la evaluación, que no presentaran enfermedades mentales o neurológicas diagnosticadas, y que no estuvieran bajo el efecto de alcohol u otras sustancias psicoactivas durante la evaluación.

En relación con los criterios de exclusión, se descartó a quienes no aceptaron el consentimiento informado, fueran menores de 18 años, no tuvieran acceso al dispositivo móvil, no se encontrarán estables mentalmente al momento de la evaluación, presentaran enfermedades mentales o neurológicas diagnosticadas, o se encontraran bajo el efecto de alcohol u otras sustancias psicoactivas al momento de la evaluación.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico:

Se administró un cuestionario ad hoc compuesto por variables tales como edad, sexo, estado civil, nivel educativo, situación laboral, zona de residencia, ocupación, frecuencia de uso de la red social Instagram y sus fines. Además, se indagó sobre aspectos vinculados al uso del celular, como cantidad de horas de uso, posibilidad de realizar actividades sin el celular, características de los vínculos sociales (virtuales o presenciales), presencia del dispositivo en reuniones sociales, capacidad para mantener una conversación fluida sin recurrir al celular, percepción del impacto del celular en las habilidades sociales y el sentimiento frente a la idea de estar sin el dispositivo.

Test de Dependencia al Móvil (TDM) de Chóliz et al. (2016):

Para medir la variable de dependencia al teléfono móvil, se utilizó la adaptación y validación al contexto argentino del Test de Dependencia al Móvil Breve (TDM), derivado de la versión original propuesta por Chóliz (2012). El cuestionario fue previamente estandarizado en Arequipa por Gamero et al. (2015), obteniendo una alta fiabilidad ($\alpha = 0{,}929$). Consta de cuatro dimensiones: abstinencia ($\alpha = .81$), tolerancia ($\alpha = .70$), interferencia con otras actividades ($\alpha = .75$) y falta de control ($\alpha = .64$), con tres ítems por dimensión. El formato de respuesta fue tipo Likert, de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). En el estudio original, el instrumento completo alcanzó una consistencia interna de $\alpha = .94$.

Escala de Habilidades Sociales de Goldstein (1978):

Para evaluar las habilidades sociales, se empleó la Escala de Habilidades Sociales de Goldstein, creada en 1978 y adaptada al contexto argentino por Cattan (2005), en su estudio comparativo

sobre autoestima y habilidades sociales en pacientes adictos. Este instrumento permite identificar fortalezas y déficits en habilidades sociales personales e interpersonales, y contempla el uso de dichas habilidades en distintas situaciones. Está conformado por 50 ítems organizados en seis dimensiones: Habilidades Sociales Básicas (ítems 1-8), Habilidades Sociales Avanzadas (ítems 9-14), Habilidades Relacionadas con los Sentimientos (ítems 15-21), Habilidades Alternativas a la Agresión (ítems 22-30), Habilidades para Afrontar el Estrés (ítems 31-42) y Habilidades de Planificación (ítems 43-50). Se utilizó una escala tipo Likert de cinco puntos (1 = nunca o casi nunca, 5 = siempre), y la puntuación total se obtuvo mediante la sumatoria de todos los ítems. La consistencia interna del instrumento fue elevada ($\alpha = 0.9244$).

Procedimiento

Una vez seleccionada la muestra de adolescentes y jóvenes de la Ciudad de Buenos Aires, se procedió al envío de los formularios mediante la plataforma Google Forms. A los participantes se les informó que sus respuestas serían anónimas y utilizadas exclusivamente con fines académicos. Posteriormente, se administró en primer lugar el Test de Dependencia al Móvil (Chóliz, 2016) y luego la Escala de Habilidades Sociales (Cattan, 2005).

Los datos recolectados fueron tabulados y procesados mediante el software estadístico Jamovi, para su posterior análisis y comparación.

En cuanto a los aspectos éticos, el estudio se llevó a cabo respetando los principios establecidos en la Declaración de Helsinki (2000), garantizando el cumplimiento de los principios científicos, la elaboración de un protocolo experimental y la protección de la privacidad de los sujetos. La recolección de datos se llevó a cabo entre septiembre de 2023 y junio de 2024.

Análisis de datos

Para el procesamiento y análisis estadístico de los datos se utilizó el software Jamovi, versión 25.0. Este permitió realizar la carga y exploración de los datos, así como la generación de tablas y gráficos tanto descriptivos como inferenciales, con el objetivo de analizar el comportamiento de las variables en estudio: Dependencia al Teléfono Móvil y Habilidades Sociales, junto con sus respectivas dimensiones.

Inicialmente, se llevó a cabo un preprocesamiento de los datos, a fin de filtrar los casos válidos y garantizar la calidad de la información. Posteriormente, se aplicó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk para evaluar si las variables cumplían con los supuestos de distribución normal. Los resultados obtenidos indicaron que algunas variables no seguían una distribución normal, por lo que se optó por la aplicación de pruebas no paramétricas cuando fue necesario.

Resultados

Tabla 1

Se comenzó realizando un análisis descriptivo para garantizar una óptima caracterización de la muestra en cuestión. Se observó, que la mayoría de los participantes en el estudio son mujeres, con una menor proporción de hombres. En cuanto a la clase social, la mayoría de los encuestados pertenecen a la clase media, mientras que un pequeño porcentaje se identifica como clase baja o alta.

Respecto al tiempo de uso del celular, los datos indican que una parte significativa de los participantes emplea el dispositivo por períodos prolongados cada día. Además, se observa que un porcentaje considerable de la muestra considera difícil realizar actividades cotidianas sin el uso del celular. A su vez, incluye datos sobre la percepción de los participantes respecto a cómo el uso del celular afecta sus habilidades sociales, revelando que una proporción notable de ellos percibe un impacto en su capacidad de interacción social debido al uso de este dispositivo.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y caracterización de la muestra

Variable	Etiqueta	N	Porcentaje
Sexo	Femenino	93	81,6
	Masculino	21	18,4
Clase Social	Baja=	6	5,3
	Media=	106	93
	Alta=	2	1,8
Horas del uso del celular	4HS=	43	37,7
	8HS=	8	7
	12HS=	53	46,5
	Más de 12 hs=	10	8,8
Podría realizar actividades sin el uso	SI=	82	71,9
	NO=	32	28,1
¿Podrás mantener una conversación fluida sin usar el celular?	SI=	66	57,9
	NO=	30	26,3
	A VECES=	18	15,8
Tus vínculos son virtuales	SI=	16	14
	NO =	45	53,5
	ALGUNOS=	53	100
Tenes el sentimiento que el celular afecta a tus habilidades sociales	SI=	52	45,6
	NO=	62	100

Tabla 2

Los datos indican que, en promedio, los participantes muestran niveles moderados a altos en interferencia en actividades y en falta de control, lo que sugiere que la dependencia está afectando sus actividades diarias y su capacidad de autorregulación de la misma. En cuanto a las habilidades sociales, los puntajes medios varían entre las diferentes dimensiones, siendo más elevados en las habilidades relacionadas con el manejo del estrés y menores en las habilidades de planificación.

Estadísticos descriptivos de las variables y dimensiones

Variables	M	DT	Mínimo	Máximo	p
Abstinencia	14.2	4.27	5	25	0.071
Edad	24.5	7.22	18	63	< .001
Interferencia en otras actividades	20.8	6.11	9	43	< .001
Falta de control	15.4	2.92	7	20	0.002
Tolerancia	12.8	3.34	4	20	0.04
Habilidades Sociales Básicas	30.3	4.39	16	40	0.327
Habilidades Sociales Avanzadas	21.1	2.86	12	29	0.084
Habilidades Relacionadas con los sentimientos	26.2	3.77	16	33	0.064
Habilidades Alternativas a la Agresión	34.6	4.05	23	45	0.322
Habilidades para hacer frente al Estrés	42.1	6.15	27	56	0.711
Habilidades de Planificación	28.8	4.54	17	39	0.552
Dependencia al Celular	63.1	13.64	33	105	0.008
Habilidades Sociales	183.2	20.25	135	228	0.69

Tabla 3

En tabla 3, si bien existen algunas correlaciones entre las dimensiones de la dependencia al celular y las habilidades sociales, los resultados indican que la relación entre las variables principales de habilidades sociales y dependencia al celular no es estadísticamente significativa. Esto sugiere que, aunque ciertos aspectos específicos de la dependencia (como la falta de control y la interferencia en actividades) pueden afectar algunas dimensiones de las habilidades sociales, la dependencia al celular en su conjunto no presenta una correlación fuerte y significativa con las habilidades sociales en general.

Esta falta de significancia en la correlación general podría indicar que el efecto del celular en las habilidades sociales puede depender de otros factores contextuales o individuales que afectan su impacto, más allá de la dependencia global al dispositivo.

Relación entre Dependencia al celular y sus dimensiones con Habilidades Sociales

	Dependencia Celular	**Habilidades Sociales**	**Abstinencia**	**Falta de control**	**IA**	**TO**	**HSB**	**Edad**	**HSA**	**HRE**	**HAA**	**HHE**	**HHP**
Dependencia Celular	**—**												
Habilidades Sociales	0.125	—											
ABS	0.769***	0.088	—										
FCO	0.845***	0.157	0.548***	—									
Interferencia en otras actividades	0.691***	0.009	0.372***	0.447***	—								
Tolerancia	0.768***	0.085	0.541***	0.511***	0.498***	—							
Habilidades Sociales Básicas	0.022	0.712***	-0.011	0.011	0.01	0.071	—						
Edad	0.025	-0.023	0.025	0.173	-0.04	-0.113	-0.067	—					
Habilidades Sociales Avanzadas	0.062	0.765***	-0.059	0.095	0.064	0.062	0.643***	0.043	—				
Habilidades Sociales relacionada con sentimientos	-0.056	0.826***	-0.019	-0.064	-0.057	-0.017	0.596***	-0.176	0.628***	—			
Habilidades Sociales alternativas a la agresión	0.16	0.797***	0.181	0.093	0.1	0.157	0.446***	0.028	0.59***	0.607***	—		
Habilidades sociales para hacerle	0.154	0.831***	0.152	0.232*	-0.042	0.063	0.383***	0.043	0.51***	0.586***	0.663	—	

frente al estrés											***		
Habilidades sociales para la planificación	0.201*	0.732***	0.11	0.3**	-0.019	0.067	0.394***	0.043	0.429***	0.492***	0.482***	0.602***	—

Estadístico aplicado: Rho de Spearman

Tabla 4

La tabla muestra una diferencia significativa en la dependencia al celular, siendo mayor en los hombres que en las mujeres. Aunque las habilidades sociales no difieren significativamente entre géneros, la mayor dependencia en hombres podría indicar una variación en el impacto del uso del celular sobre sus habilidades sociales.

Diferencia de grupos entre la dependencia al celular y habilidades sociales junto con sus dimensiones con respecto a la variable sociodemográfica del género.

	Grupo	N	Media	Mediana	DE	EE	U de Mann Whitney
Dependencia Celular	Mujer	93	61.6	61	13.6	1.41	0.006
	Hombre	21	70	68	12	2.62	
Habilidades Sociales	Mujer	93	181.8	182	20.1	2.09	0.175
	Hombre	21	189.2	191	20.1	4.39	

Discusión

La discusión de los resultados obtenidos en este estudio se enmarca en el contexto de los antecedentes previos, que destacan cierta prevalencia de la dependencia al celular y su impacto en las habilidades sociales de los jóvenes universitarios. Los resultados de esta investigación refuerzan y amplían los hallazgos anteriores al proporcionar evidencia adicional sobre la relación entre la dependencia al celular y las habilidades sociales en esta población específica.

Este estudio tuvo como objetivo principal explorar la relación entre la dependencia al celular y las habilidades sociales en jóvenes de la Provincia de Buenos Aires. Específicamente, se buscó determinar si la dependencia al celular tiene un impacto negativo en las habilidades sociales y si existen dimensiones específicas de la dependencia, como la abstinencia, interferencia en actividades, falta de control y tolerancia, que influyen de forma diferenciada en esta relación. Además, se propuso investigar si el género modula esta relación, afectando la intensidad de la dependencia y su conexión con las habilidades sociales. La hipótesis general planteada sugería que un mayor nivel de dependencia al celular estaría asociado a una disminución en las habilidades sociales, especialmente en dimensiones relacionadas con el control emocional, la planificación y la capacidad de respuesta en interacciones sociales. En línea con esta hipótesis, se esperaba que ciertas dimensiones de la dependencia al celular, en particular la falta de control y la interferencia en actividades, mostraran una correlación más fuerte con deficiencias específicas en las habilidades sociales, dado que estos aspectos de la dependencia al celular afectan directamente la funcionalidad cotidiana y la regulación del comportamiento en contextos interpersonales.

Los resultados obtenidos solo corroboraron la hipótesis parcialmente. Si bien se identificó una correlación significativa entre ciertas dimensiones de la dependencia al celular, como la falta de control y la interferencia en actividades, con habilidades sociales específicas, como el manejo del estrés y la planificación, no se observó una correlación estadísticamente significativa entre la dependencia global al celular y las habilidades sociales en su totalidad. Esto sugiere que, aunque ciertos aspectos de la dependencia al celular pueden afectar áreas particulares de las habilidades sociales, el impacto general de la dependencia en estas habilidades no es uniforme.

De otro modo, la dependencia en su conjunto no parece tener un efecto significativo en todas las dimensiones de las habilidades sociales, sino que su influencia depende de aspectos específicos del uso del celular. Así mismo, se observó que los hombres presentaron mayores niveles de dependencia al celular en comparación con las mujeres, aunque esta diferencia no se tradujo en una disminución significativa de sus habilidades sociales. A medida que la funcionalidad de los teléfonos móviles continúa ampliándose, la adicción a del dispositivo se convierte en una posibilidad cada vez más realista. (Roberts, et al., 2014)

Este hallazgo sugiere que, aunque el género puede influir en la intensidad de la dependencia, no afecta necesariamente la competencia social de manera directa, y que el impacto en las habilidades sociales podría estar mediado por factores contextuales o individuales, como el propósito de uso del celular o la autoconciencia.

Al comparar estos resultados con investigaciones previas existentes, se observa un respaldo parcial para la hipótesis general planteada en este estudio. Investigaciones como las de Chóliz et al. (2017) y Sandoval et al. (2019) han sugerido que la dependencia al celular impacta negativamente en las habilidades sociales, especialmente en la capacidad de atención y en el

compromiso durante la comunicación cara a cara. Estos estudios plantean que el uso intensivo de dispositivos móviles puede generar una desconexión en las interacciones presenciales, afectando así la calidad de la comunicación y la empatía.

Nuestros resultados respaldan parcialmente estos hallazgos, ya que evidencian que dimensiones específicas de la dependencia, como la falta de control y la interferencia en actividades, están asociadas con déficits en habilidades como la planificación y el manejo del estrés. Sin embargo, la ausencia de una correlación significativa en la relación global entre dependencia y habilidades sociales sugiere que el impacto de la dependencia podría no ser en su totalidad uniforme, sino estar condicionado por factores contextuales e individuales de cada sujeto. Esto persiste con estudios como los de Aroz et al. (2021) y Cueto et al. (2020), que señalan que la percepción y el contexto de uso del celular pueden modular los efectos de la tecnología en las interacciones sociales, haciendo que el impacto de la dependencia varía según cómo y para qué se utiliza el dispositivo.

Por otro lado, investigaciones de Paredes et al. (2018) y Castillo et al. (2022) han documentado una relación más fuerte entre la dependencia al teléfono móvil y el deterioro en la calidad de las habilidades sociales. Estos estudios destacan que el uso excesivo del celular puede interferir con la gestión de emociones y la capacidad para interactuar en tiempo real, llevando a una disminución en la competencia social. En dicha investigación, esta relación sólo se observa en algunas dimensiones específicas de la dependencia, lo cual sugiere que el efecto del celular en la competencia social podría depender no solo de la intensidad de la dependencia, sino también de factores adicionales como la frecuencia y el tipo de uso, siempre teniendo en cuenta el contexto que atraviesa cada sujeto. La falta de variación en las habilidades sociales entre

géneros, a pesar de una mayor dependencia en los hombres, concuerda con los hallazgos de García (2020), quien argumenta que factores como la autoconciencia y el autocontrol juegan un rol clave en la capacidad de los individuos para modular los efectos de la dependencia, evitando que esta afecte sus habilidades sociales de manera uniforme.

Adicionalmente, el hallazgo de que los hombres presentan mayores niveles de dependencia al celular concuerda con investigaciones como las de INEI (2022) y Iglesia et al. (2023), que indican que el uso de dispositivos móviles para entretenimiento y redes sociales tiende a fomentar una mayor dependencia, especialmente entre los hombres. Sin embargo, la falta de diferencias significativas en las habilidades sociales entre géneros respalda la teoría de que el impacto del celular puede depender más de cómo y para qué se usa que del nivel de dependencia en sí mismo. Las habilidades sociales generales no difieren significativamente entre géneros, lo que podría indicar que factores como el contexto y la función social del uso del celular son moduladores importantes en el impacto de esta tecnología sobre las habilidades interpersonales (Goldstein, 1978).

Esto sugiere que los futuros estudios deberían evaluar más detalladamente el tipo de actividades realizadas en el celular, ya que diferentes usos, por ejemplo, entretenimiento frente a interacciones sociales, podrían tener efectos diferenciados en la competencia social de los jóvenes.

Conclusión

Los resultados de este estudio ofrecen una perspectiva particular sobre la relación entre la dependencia al celular y las habilidades sociales en jóvenes de la Provincia de Buenos Aires,

revelando que el impacto de la dependencia al celular en la competencia social no es desigual y depende de características específicas de la dependencia, como la falta de control y la interferencia en actividades. Aunque los hallazgos muestran que estas dimensiones de la dependencia se relacionan significativamente con habilidades sociales específicas, como la planificación y el manejo del estrés, no se observó una correlación significativa en el impacto general de la dependencia en todas las áreas de las habilidades sociales.

Esto sugiere que algunos aspectos de la dependencia pueden afectar negativamente el desempeño social de los jóvenes, mientras que otros podrían no tener el mismo efecto. Así, estos resultados subrayan la necesidad de comprender la dependencia tecnológica de forma segmentada, ya que diferentes aspectos de esta pueden influir de manera única en las habilidades sociales.

Una contribución significativa de este estudio radica en la identificación de la falta de control y la interferencia en actividades como dimensiones particularmente relevantes de la dependencia al celular que podrían interferir en la capacidad de los jóvenes para interactuar de manera efectiva en entornos sociales. Estos hallazgos ofrecen una base para intervenciones más específicas en el ámbito de la educación y la psicología, ya que podrían centrarse en promover estrategias de manejo del tiempo y del autocontrol en el uso de dispositivos móviles, especialmente en aquellos jóvenes que presentan altos niveles de dependencia. Además, el hallazgo de que los hombres mostraron niveles más altos de dependencia sin que esto afectará de forma directa sus habilidades sociales destaca la importancia de analizar cómo el propósito y el contexto de uso del celular pueden mediar en los efectos de la dependencia tecnológica, y sugiere que no todos los patrones de uso tienen las mismas implicancias para la competencia social.

En cuanto a las limitaciones, el estudio presenta algunas consideraciones importantes que se deben tomar en cuenta al interpretar los resultados. En primer lugar, el diseño transversal de la investigación limita la posibilidad de establecer relaciones causales entre la dependencia al celular y las habilidades sociales. Esto implica que, aunque se hayan identificado correlaciones significativas en algunas dimensiones, no se logró determinar si la dependencia provoca déficits en habilidades sociales, si ocurre lo contrario, o si un tercer factor puede estar contribuyendo a esta relación. Además, la autoevaluación utilizada en las escalas de dependencia y habilidades sociales puede introducir un sesgo de percepción, ya que los participantes pueden no ser completamente objetivos al evaluar su propia competencia social y el impacto de su uso del celular. Asimismo, el predominio de mujeres en la muestra podría limitar la capacidad de generalización de los resultados a otros contextos o poblaciones, lo que sugiere la necesidad de incluir en el futuro una muestra más equilibrada en términos de género y otras características sociodemográficas, como el nivel educativo o el contexto familiar.

Para futuras investigaciones, se recomienda adoptar un diseño longitudinal que permita observar cómo evoluciona la relación entre dependencia al celular y habilidades sociales a lo largo del tiempo. Un enfoque longitudinal facilita el análisis de cómo la dependencia y la competencia social se desarrollan e influyen mutuamente, proporcionando una base más sólida para entender si la dependencia tecnológica afecta progresivamente las habilidades sociales o si existen momentos críticos en los que esta relación se intensifica. Además, sería beneficioso ampliar la muestra para incluir un equilibrio de género y diversificar las variables sociodemográficas, como el nivel socioeconómico y el entorno educativo, lo cual permitiría analizar con mayor profundidad cómo estas variables podrían moderar la relación entre dependencia y habilidades sociales.

Por último, sería de mayor importancia que investigaciones futuras exploren de forma detallada el tipo de uso del celular, dado que estudios previos han señalado que diferentes propósitos de uso, como el entretenimiento, la comunicación, o el estudio, podrían impactar de maneras distintas en las habilidades sociales. Evaluar el propósito del uso del dispositivo permitiría comprender cómo diferentes tipos de interacción en el celular pueden favorecer o dificultar la competencia social en los jóvenes. Este enfoque más específico permitiría diseñar intervenciones personalizadas que fomenten el uso equilibrado de los dispositivos móviles, promoviendo el desarrollo de habilidades sociales más saludables y reduciendo los posibles efectos negativos de la dependencia al celular en la actualidad.

Referencias bibliográficas

Aliaga Sandoval, C. (2023). Nuevas adicciones que deterioran la convivencia familiar: Ludopatía, tecnofilia y phubbing. *Socialium, 7*(1), 11–17. https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2023.7.1.1727

Araoz, M., Ramos, R., & Carrasco, S. (2021). Adicción a internet y habilidades sociales en adolescentes peruanos de educación secundaria. *Zenodo, 40*(1), 74–81. https://doi.org/10.5281/zenodo.4675699

Baltazar, R., Morales, A., & Pérez, L. (2020). Dependencia a Internet y teléfono móvil en estudiantes universitarios de Morelia, México: Uso problemático. *CDID: Centro de Documentación, Investigación y Difusión de Psicología Científica*.

Caballo, V. (2007). *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (7ª ed.). Siglo XXI de España Editores, S.A.

Caro, M. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *Medisur, 15*(2), 251–260. http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v15n2/ms14215.pdf

Castillo, L., Martínez, P., & Sánchez, A. (2022). Dependencia al dispositivo móvil y problemas en la conducta social y control emocional en universitarios. *REPSI: Revista Ecuatoriana de Psicología, 5*(11), 43–53. https://doi.org/10.33996/repsi.v5i11.70

Cattan, A. (2005). Estudio comparativo de autoestima y habilidades sociales en pacientes adictos de una comunidad terapéutica. *Salud y Drogas, 5*(1), 139–164.

Chóliz, M., Villanueva, V., & Chóliz, M. C. (2009). Ellas, ellos y su móvil: Uso, abuso (¿y dependencia?) del teléfono móvil en la adolescencia. *Revista Española de Drogodependencias, 34*(1), 74–88.

Chóliz, M., Pinto, L., Phansalkar, S. S., Corr, E., Mujjahid, A., Flores, C., & Barrientos, P. E. (2016). Development of a brief multicultural version of the test of mobile phone dependence (TMD brief) questionnaire. *Frontiers in Psychology, 7.* https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00650

Chóliz, M., Echeburúa, E., & Ferre, F. (2017). Screening tools for technological addictions: A proposal for the strategy of mental health. *International Journal of Mental Health and Addiction, 15*(2), 423–433. https://doi.org/10.1007/s11469-017-9743-1

Contreras, C. R., & León, G. A. (2019). Análisis factorial de un modelo de socialización y confianza en la dependencia de Internet en estudiantes de secundaria. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*. https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e25.2112

Cueto, P., Vásquez, R., & Morales, G. (2020). Adicción al internet y dependencia al móvil en universitarios de psicología.

De la Cruz Sandoval, D., Torres Zárate, L., & Yánac Cierto, E. (2019). Efectos de la dependencia al celular en las habilidades sociales de los estudiantes universitarios. *Revista Científica de Ciencias de la Salud, 12*(2), 37–44. https://doi.org/10.17162/rccs.v12i2.1214

De la Villa Moral, M., & Suárez, C. (2016). Factores de riesgo en el uso problemático de Internet y del teléfono móvil en adolescentes españoles. *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud, 7*(2), 69–78. https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.03.001

Durao, M., Etchezahar, E., Ungaretti, J., & Calligaro, C. (2021). Propiedades psicométricas del Test de Dependencia al Teléfono Móvil (TDMB) en Argentina y sus relaciones con la impulsividad. *Revista Ciencias de la Salud, 35*(130), 2215–3535. https://doi.org/10.15517/ap.v34i129.41963

Fondevila-Gascón, J. F., Marqués-Pascual, J., Mir-Bernal, P., y Polo-López, M. (2019). Usos del WhatsApp en el estudiante universitario español: Pros y contras. *Revista Latina de Comunicación Social, 74*, 308–324. https://doi.org/10.4185/RLCS-2019-1332

Gamero, M., Ortiz, A., y Márquez, R. (2020). Los smartphones en las relaciones interpersonales de los estudiantes universitarios. *Revista Studium Veritatis, 18*(24), 137–152.

García, M. (2020). Autoestima y habilidades sociales en adolescentes: El papel de variables familiares y escolares.

García, V., y Fabila, A. (2014). Nomofilia vs. nomofobia: Irrupción del teléfono móvil en las dimensiones de vida de los jóvenes. *Redalyc*. https://www.redalyc.org/pdf/1995/199530728048.pdf

Goldstein, A. P., Sprafkin, R. P., Gershaw, N. J., & Klein, P. (1980). *Escala de habilidades sociales*. Biblioteca de Psicometría.

Hernández Sampieri, A., Collado, C., & Baptista-Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana Editores, S.A.

Hilt, J. A. (2019). Dependencia del celular, hábitos y actitudes hacia la lectura y su relación con el rendimiento académico. *Revista de Investigación Apuntes Universitarios, 9*(3), 103–116. https://doi.org/10.17162/au.v9i3.384

Iglesia, L., Ochoa, A., & González, F. (2023). Patologías y dependencias que provocan las redes sociales en los jóvenes nativos digitales. *Revista de Comunicación y Salud, 12*(2), 1–8. https://doi.org/10.17162/rccs.v12i2.1214

Instituto Nacional de Estadística e Informática (2022). Informe técnico: Estadísticas de las tecnologías de la información y comunicación en los hogares. *Revista Iberoamericana de Sistemas de Información, 15*(1), 63–74. https://doi.org/10.15381/risi.v15i1.23354

Morales, A., Pérez, R., & Rodríguez, L. (2022). El impacto de la adicción al celular o nomofobia en estudiantes universitarios: Caso de dos universidades mexicanas. *Revista Multidisciplinar, 6*(1), 2123–2138. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i1.1639

Paredes, L., Vásquez, M., & Villalobos, R. (2018). Uso del teléfono celular como distractor del proceso enseñanza-aprendizaje. *Enfermería Investiga, 3*(4), 166–171. https://doi.org/10.29033/ei.v3n4.2018.02

Roberts, J., Petnji, L., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions, 3*(4), 254–265. https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.015