Grado de nomofobia en funcionarios de empresas privadas a sus celulares

Giovana Mauger¹, Clara Mareco¹, Hugo Moray¹, Gabriel Candia¹, Yanina Diaz¹, Luz Morales¹, Siris Villalba¹, Edith Villanueva¹, Rafael Aquino¹

RESUMEN

Introducción: La nomofobia identificó por primera vez en 2008, es el miedo que el individuo presenta al no disponer de su celular, adquiriendo el temor de no poder recibir o mandar mensajes, estar en sus redes sociales. El término es una abreviatura de la expresión inglesa “no-mobile-phone phobia”. Los celulares son dispositivos diseñados principalmente con el objetivo de facilitar la vida cotidiana de quienes llevasen un ritmo muy acelerado de vida con diversas aplicaciones a las que, anteriormente sólo se podía acceder a través de una computadora, con el inconveniente de quedarse en casa para poder usar. Los tratamientos que se realizan poseen características propias de 2 trastornos psicopatológicos diferenciados: las fobias y los trastornos adictivos. Privar del uso del teléfono sería muy abrupto ya que es para aminorar la adicción. A diferencia de otros trastornos adictivos, el objetivo no es la abstinencia total del objeto, sino que lo que se pretende conseguir es que el/la persona siga usando el objeto que causa la adicción, pero en este caso de una forma mas adaptativa y psicológicamente sana.

Objetivo: Conocer el grado de dependencia en funcionarios de empresas privadas a sus celulares.

Material y Método: Estudio descriptivo cuantitativo, Se realizó una encuesta online, en base a un cuestionario tipo escala de Likert para las respuestas. La escala de Likert es una de las herramientas más utilizadas por los investigadores de mercado cuando desean evaluar las opiniones y actitudes de una persona. La población de la cual se extrajo la información fue de 30 personas de dos empresas privadas.

Resultados: Una vez contabilizado y analizado los resultados arrojaron que hay mayor tendencia de dependencia a sus aparatos celulares en las mujeres que los hombres. Los índices más altos se ven reflejados en la sensación de

1. Universidad Iberoamericana, Paraguay.

E-mail: giovanamauger@gmail.com

DOI: 10.26885/rcei.foro.2019.255

incomodidad al no revisar constantemente, por falta de batería, de wi-fi; concuerdan tanto hombres y mujeres que es lo primero que revisan al empezar y terminar su día.

Conclusiones: Ahora mismo permitimos que los celulares o la tecnología misma nos consuman nuestro tiempo, evite que nos desarrollemos socialmente y disfrutemos de nuestras familias. Se desea que las personas tengan una vida sin esta fobia que puede llevar a muchas consecuencias o generar conductas que no nos identifican como personas y aislarlos de lo que los rodea. Dado que el síndrome de nomofobia día a día afecta a miles de personas tanto niños como adultos de diferentes edades es importante crear talleres de concientización que promuevan el buen uso del teléfono móvil como un medio de prevención ya que con esto podemos crear conciencia del buen uso ya que al menos en el ambiente laborales un detonador de síntomas en los cuales afecta a la persona física y mentalmente también baja el rendimiento en cualquier ámbito de su vida y se aísla de las personas que están a su alrededor creando así un burbuja que es muy difícil salir además afecta al ambiente laboral en si (compañeros de trabajo) o retrasa cosas que se pueden hacer en el momento.

Palabras clave: monofobia, dependencia a celulares, empresas privadas.

REFERENCIAS

- Aceituno, L. (2017). *¿Cuáles son los problemas neurológicos por el excesivo uso de las tecnologías?* <https://presencia.unah.edu.hn/salud/articulo/cuales-son-los-problemas-neurologicos-por-el-excesivo-uso-de-las-tecnologias>
- Diario La Prensa. (15 de Agosto de 2013). *Para compartir esta nota utiliza los íconos que aparecen en el sitio.* <http://www.laprensa.hn/vivir/espectaculos/373851-98/nomofobia-el-miedo-a-vivir-desconectado>
- Palacios, C. (2016). Nomofobia: Terror de dejar el celular. *Diario 5 Días*.