Descargado el: 8-11-2026 ISSN 1727-897X

PUNTO DE VISTA

# La tecnología celular: su impacto psicosocial en los jóvenes

# Cellular technology: its psychosocial impact on young people

Raúl Jesús Rosales González[1]

[1] Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos, Cuba

**Cómo citar este artículo:**
Rosales-González R. La tecnología celular: su impacto psicosocial en los jóvenes. **Medisur** [revista en Internet]. 2024 [citado 2026 Nov 8]; 22(2):[aprox. 4 p.]. Disponible en: https://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/45087

## Resumen

La tecnología celular, literalmente, ha revolucionado el mundo, ha cambiado la forma en la que nos comunicamos y ha facilitado la accesibilidad de intercambio de las personas. Los jóvenes, en la actualidad, son los que más utilizan este tipo de tecnologías y, a pesar de que son muchas las ventajas de su uso, también traen consigo efectos negativos como la dependencia excesiva del móvil, el aislamiento o la imposibilidad de encontrar recursos alternativos para la distracción. El presente trabajo tiene como propósito reflexionar acerca de los efectos psicosociales que trae consigo la hiperdependencia de la tecnología celular en los jóvenes.

**Palabras clave:** adicción a la tecnología, adolescentes, impacto psicosocial

## Abstract

Cellular technology has literally revolutionized the world, it has changed the way to communicate and has facilitated the accessibility of people's exchanges. Young people, currently, are the ones who use this type of technology the most and, although there are many advantages of their use, they also bring with them negative effects such as excessive dependence on mobile phones, isolation or the inability to find alternatives resources for entertainment. The aim of this work is to reflect on the psychosocial effects that hyperdependence on cellular technology brings with it in young people.

**Key words:** technology addiction, adolescent, psychosocial impact

**Aprobado: 2024-02-19 09:18:31**

**Correspondencia:** Raúl Jesús Rosales González. Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos. Cuba. jdinf-ucmcfg@infomed.sld.cu

## INTRODUCCION

En los últimos veinte años, la evolución de la tecnología ha dado un salto inesperado. El *boom* tecnológico de las nuevas generaciones se traduce en términos de telefonía celular, Internet y redes sociales, las cuales, más que ser realidades separadas, se complementan.

La implantación en la sociedad actual de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) ha provocado cambios insospechados respecto a los originados en su momento por otras tecnologías, como lo fueron la imprenta y la electrónica. Sin dudas, estas tecnologías crean nuevos entornos de comunicación, tanto humanos como artificiales, no conocidos hasta la actualidad, introduciendo así nuevos elementos y nuevas posibilidades en las relaciones interpersonales, tanto en contextos públicos como privados.[1]

Muchas de estas transformaciones afectan a los chicos, chicas y a los jóvenes, sin quedar exentos los mayores. La gente joven se encuentra entre los mercados más destacados de muchas de estas tecnologías y formas culturales; incluso los chicos/as más jóvenes forman parte de un grupo de consumo cada vez más importante. Este fenómeno tiene importantes implicaciones respecto al acceso de los jóvenes a los medios de comunicación: actualmente, los jóvenes tienen acceso a los diferentes medios de comunicación de una forma mucho más fácil que sus padres.[1]

En este nuevo contexto en el que los medios de comunicación social han pasado a constituir elementos con una fuerte influencia para perfilar la imagen social de muchos fenómenos psicosociales, nace el interés de muchos investigadores por conocer cómo éstos afectan al desarrollo psicosocial de los jóvenes y de la sociedad.[2]

La comunicación es un proceso vital para el desarrollo individual y de la sociedad. Actualmente, se han multiplicado en gran número las posibilidades de comunicación a distancia, y uno de los medios más populares y con más difusión en el mundo es la tecnología celular.[3]

El presente trabajo tiene como objetivo reflexionar acerca de los efectos psicosociales que trae consigo la hiperdependencia de la tecnología celular en los jóvenes.

## DESARROLLO

La tecnología celular es uno de los más grandes avances de los últimos tiempos, ha acortado las distancias, ha evolucionado la comunicación y facilitado el acceso al conocimiento, pero también ha provocado una hiperdependencia a ella en la población en general, especialmente en los jóvenes que son el mayor mercado de este tipo de tecnologías.

Muchos jóvenes, en la actualidad, son más introvertidos que en otras épocas, propensos a la comunicación digital más que a la física, se sienten mucho más cómodos con la primera ya que es la que más realizan. En el caso de los estudiantes universitarios, tienden a sustituir, con las búsquedas en internet a través del móvil, otros métodos como la observación, entrevista, entre otros, cuando debería ser una fusión de todos los métodos y no solo enfocarse en uno.

El uso excesivo de la telefonía celular crea situaciones problemáticas: dependencia, inseguridad, disminución de habilidades sociales, desconcentración, deudas económicas, entre otras. La dependencia al dispositivo móvil es una adicción conductual que produce un deterioro afectivo y social en la persona que lo padece.[4]

Los jóvenes son un grupo de población especialmente vulnerable en poder desarrollar conductas de riesgo relacionadas con internet y las nuevas tecnologías, al estar en una edad que se caracteriza por tener dificultades para medir los riesgos, la falsa sensación de invulnerabilidad, la necesidad de socializar y también la necesidad de intimidad.[5]

Los problemas asociados a las nuevas tecnologías que con más frecuencia afectan a los jóvenes están relacionados con el uso desmedido de éstas y con problemas de seguridad personal, ello eclipsa las múltiples ventajas de las nuevas tecnologías y las convierte en herramientas que pueden provocar graves daños en los adolescentes. Nombramos a continuación los problemas más frecuentes:[6]

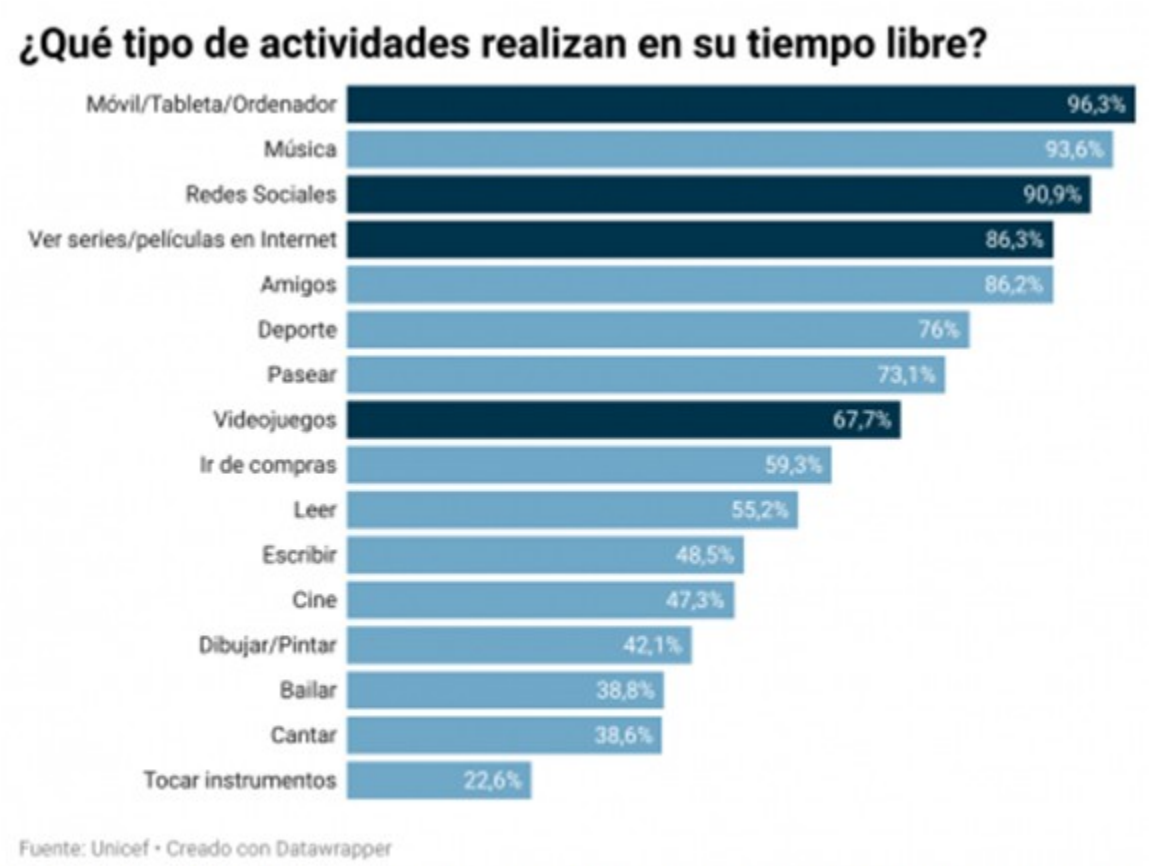
- Interferencia con otras actividades: estudio, ejercicio y deporte, ocio, sociabilidad… Un uso excesivo de las nuevas tecnologías genera múltiples distracciones que desplazan la atención de las actividades importantes del día a día hacia un uso desmedido de estas tecnologías, en detrimento de otras actividades

importantes como estudiar, hacer ejercicio, ocio cultural, incluso sociabilizar más de manera presencial con los amigos. Además, la ausencia de planificación de un horario que ayude a realizar todos los quehaceres necesarios, favorece que las nuevas tecnologías interfieran aún más.

- Falta de privacidad y uso indebido de datos personales. Los adolescentes suelen hacer uso de las nuevas tecnologías sin tomar las necesarias precauciones de seguridad, por lo que jóvenes y niños ponen en riesgo su intimidad, y pueden estar dejando totalmente desprotegida sensible información personal.
- Exceso de información disponible. La numerosa información expuesta a través de las nuevas tecnologías supone un riesgo en cuanto al tiempo invertido en encontrar información concreta, tanto en su localización como en su filtrado, restando tiempo a otras actividades diarias de mayor importancia.
- Información inapropiada. Ese mismo exceso de información facilita que los adolescentes encuentren a través de las nuevas tecnologías información inapropiada, no fiable, no verificada, que pueden influir en la percepción del mundo que les rodea y en su propia conducta. Internet cuenta con múltiples informaciones referentes a la violencia, el racismo, movimientos radicales, violencia de género, homofobia, prácticas sexuales, ligadas al uso de las TIC.
- Aislamiento social y retraso en el desarrollo de las habilidades sociales. El uso continuado de las nuevas tecnologías por los adolescentes puede generar aislamiento social al dejar de realizar actividades con los grupos sociales de pertenencia y con ello, pueden verse afectadas las habilidades sociales, imprescindibles para muchos ámbitos.
- Nuevas vías para el acoso. Uno de los mayores problemas que ha provocado internet es generar nuevas vías para el acoso, facilitando el anonimato y los perfiles falsos. En el ámbito *online* se denomina *ciberbullying* al acoso llevado a cabo utilizando las nuevas tecnologías, se trata de someter a la persona acosada a través de humillaciones y chantajes, así como amenazas, mediante el uso o difusión de información, fotografía o vídeos privados o personales a través de las redes sociales, aplicaciones como Whatsapp, etc. El *ciberbullying*, o acoso escolar online, es algo que está proliferando entre los jóvenes de manera alarmante. Otra nueva vía muy preocupante de acoso online es el *grooming*, una serie de conductas y acciones deliberadas llevadas a cabo por un adulto con la finalidad de ganarse la amistad de un menor de edad conectando con él emocionalmente e intentando disminuir sus inhibiciones para poder abusar sexualmente de él.
- Favorece el sedentarismo y sobrepeso. En muchas ocasiones las nuevas tecnologías restringen el espacio del juego y las actividades de ocio al uso de los dispositivos electrónicos, sin apenas movilidad, lo que está favoreciendo el sedentarismo, y con ello el sobrepeso en los adolescentes.
- Dificultades para conciliar el sueño. Existe una relación directa entre la calidad e higiene del sueño y el mal uso de las nuevas tecnologías. Se ha establecido recientemente el término *vamping* para definir el uso de las nuevas tecnologías hasta altas horas de la madrugada antes de dormir, algo también en aumento en la población más joven. La explicación científica que subyace a este fenómeno es que en la retina de nuestros ojos existen células que reciben luz brillante durante el día y envían mensajes al cerebro indicando que es momento de estar despierto. El cerebro frena así la liberación de la hormona del sueño hasta que llega la noche, cuando vuelve a generarla nuevamente. Pero si los ojos reciben luz directa durante la noche, como la que emiten los aparatos electrónicos, el cerebro no logrará percibir la diferencia entre día y noche, pudiendo causar esto trastornos del sueño como insomnio o pesadillas.
- Adicción a las nuevas tecnologías. Algunos adolescentes usan las nuevas tecnologías durante un largo período de tiempo ya no sólo por la búsqueda de gratificación, al considerar el uso de las nuevas tecnologías una actividad placentera, sino también para reducir el nivel de ansiedad que les produce el hecho de no utilizarlas. Es decir, han llegado al punto en el

que se han vuelto adictos a las nuevas tecnologías, y si no las usan, padecen gran ansiedad.[6]

Para los más jóvenes, el uso de las nuevas tecnologías tiene una gran influencia a nivel social y emocional: conectarse a internet se ha convertido en una forma de divertirse y pasar el tiempo, pero también les ayuda a hacer amigos y no sentirse solos. De hecho, las actividades relacionadas con internet son las más habituales en su tiempo libre: estar con el móvil, la tablet o el ordenador; utilizar redes sociales; ver series y películas *online* o jugar a videojuegos. A continuación se muestra una encuesta realizada a jóvenes, sobre el empleo del tiempo libre.[7]




Tomado de: Cuesta L. El impacto de la tecnología en los jóvenes. La Vanguardia [Internet]. 2021[citado 9/7/2023].Disponible en: https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20211130/7897657/impacto-tecnologia-jovenes.html

Las actividades relacionadas con internet y las nuevas tecnologías ocupan cada vez más tiempo para los adolescentes. Por otro lado, el uso del teléfono móvil se ha extendido tanto que más de la mitad de los alumnos (59 %) suele llevarlo al instituto todos los días. Sin embargo, los móviles como herramienta educativa todavía son poco comunes y sólo una minoría lo utiliza en clase con fines didácticos.[7]

## CONCLUSIONES

Se dice que vivimos en una era tecnológica. Se imputa a la tecnología el crecimiento económico sin precedentes de los países industrializados y el aumento consiguiente de la riqueza material. La tecnología no es un hecho aislado en la civilización actual, sino que está presente en la sociedad.

Muchos consideran que de continuar los avances tecnológicos con el ritmo que llevan, podrían llevar a la destrucción de lo que conocemos como el planeta tierra. Al entender de los autores, la tecnología tiene poder suficiente para crear un gran caos, pero todo depende de la forma en que se utilice.

También es una realidad que, al tener tantas opciones de comunicación y entretenimiento en un solo instrumento, que además es portátil, hace que bajen los niveles de atención de las personas que lo usan, al punto de desconectarse del entorno al momento de disfrutar de él. Una sensación común de los usuarios de la telefonía móvil, es que cuando olvidan el celular, o por cualquier otra circunstancia no lo llevan consigo, se sienten incomunicados, e inclusive " desnudos", causando gran expectativa y ansiedad, por no saber quién los llama o envía mensajes.

### Contribuciones de los autores

Conceptualización de ideas: Raúl Jesús Rosales González; Anay Carrillo Ramos.

Visualización: Raúl Jesús Rosales González; Anay Carrillo Ramos; Osmel Domingo Medina Martínez.

Redacción: Raúl Jesús Rosales González; Anay Carrillo Ramos; Osmel Domingo Medina Martínez.

Redacción: Leidiana Águila González; Cosme Evelio Valladares Rouco.

Redacción, revisión y edición: Cristhian Emilio Tereñes Castellón.

### Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

### Financiación:

Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos.

### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Navarrete R de la CB. El impacto negativo de las tecnologías en los adolescentes y jóvenes. Medimay [Internet]. 2016 [ cited 20 Oct 2022 ] ; 22 (3): 158-72. Available from: https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=71757.

2. Moreira Sánchez P. Las TIC en el aprendizaje significativo y su rol en el desarrollo cognitivo de los adolescentes. ReHuSo: Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales. 2019 ; 4 (2): 1-14.

3. Piqueras Rodríguez JA, Carrasco Ortiz MÁ. Evaluación de problemas emocionales y nuevas tecnologías en los jóvenes. Rev Estud Juv. 2018 (121): 91-115.

4. Domínguez GC, Espinola Espinola RB, Soto Meza MA, Ortíz Cuquejo LM, Samudio Genes CR, Domínguez GCS, et al. Prevalencia de conductas indicativas de uso excesivo de internet en tres poblaciones adolescentes. Rev Nac Itauguá. 2020 ; 12 (2): 83-92.

5. Cobo C. Acepto las Condiciones: Usos y abusos de las tecnologías digitales. Fundacion Santillana [Internet]. 2019 [aprox. 170p]. Available from: https://www.fundacionsantillana.com/publicacao/acepto-las-condiciones/.

6. Psicólogos Madrid Aesthesis. ¿Cómo influyen las Nuevas Tecnologías en los Adolescentes?. Madrid AP [Internet]. 2020 [ cited 9 Jul 2023 ] Available from: https://www.psicologosmadridcapital.com/blog/como-influyen-nuevas-tecnologias-adolescencia/.

7. El impacto de la tecnología en los jóvenes. La Vanguardia [Internet]. 2021 [ cited 9 Jul 2023 ] Available from: https://www.lavanguardia.com/vida/junior-report/20211130/7897657/impacto-tecnologia-jovenes.html.