

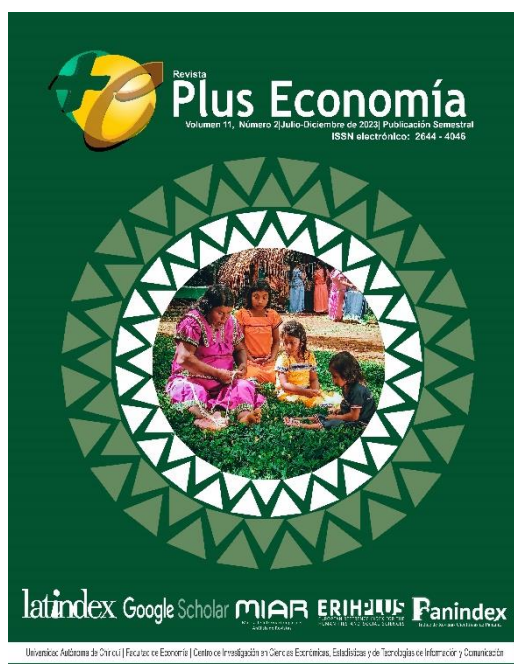


REVISTA PLUS ECONOMÍA

ISSN: 2411-0353 | ISSN electrónico: 2644-4046

pluseconomia@unachi.ac.pa

Centro de Investigación en Ciencias Económicas, Estadísticas y de
Tecnologías de Información y Comunicación, CICEETIC
Universidad Autónoma de Chiriquí (UNACHI)
República de Panamá



Belisario Centeno, Alexander Moreno y David Tello

FACTORES QUE INDUCEN NOMOFOBIA A LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN LA PROVINCIA DE CHIRIQUÍ

Vol. 11, Núm. 2, Julio -Diciembre de 2023

pp. 5-16

Universidad Tecnológica de Panamá (UTP), Panamá



FACTORES QUE INDUCEN NOMOFOBIA A LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN LA PROVINCIA DE CHIRIQUÍ

Fecha de recepción: 13/07/2022

Fecha de aprobación: 4/04/2023

Autores

Belisario Centeno S.

 0000-0003-0587-2687

Universidad Tecnológica de Panamá
minsi@yahoo.com

Alexander M. Moreno T.

Universidad Tecnológica de Panamá
alexandermoreno18@outlook.com

David D. Tello S.

Universidad Tecnológica de Panamá
daviddts990@gmail.com

Resumen

En el presente trabajo se muestra un análisis actitudinal de los estudiantes universitarios de la Provincia de Chiriquí, República de Panamá, en busca de los factores o situaciones individuales que los condicionan a desarrollar y padecer nomofobia, siendo esta adicción una de las más recientes debido al exponencial desarrollo tecnológico en los últimos años. Para llevar a cabo esta investigación se empleó la adaptación al español del “Nomophobia Questionnaire” ó NMP-Q de manera digital mediante la plataforma Microsoft Forms y distribuida a estudiantes universitarios en Chiriquí a través de diversos canales. Los resultados obtenidos fueron sintetizados en cuatro factores principales: 1) no poder acceder a la información, 2) renunciar a la comodidad, 3) no poder comunicarse y 4) pérdida de conexión; para determinar cuál de estos influye directamente en el desarrollo de nomofobia en los estudiantes universitarios.

Palabras clave

Adicción, comportamiento, comunicación, problema social, teléfono móvil

Factors that induce nomophobia in university students in the Province of Chiriquí

Abstract: In the present work an attitudinal analysis of university students in the province of Chiriquí, Republic of Panama is shown in search of the factors or individual situations that condition them to develop and suffer nomophobia, this addiction being one of the most recent due to the exponential technological development in the last years. To carry out this research, the adaptation to Spanish of the Nomophobia Questionnaire or NMP-Q was used digitally through the Microsoft Forms platform and distributed to university



students in Chiriquí through various channels. The results obtained were synthesized in four main factors: 1) not being able to access information, 2) giving up comfort, 3) not being able to communicate and 4) loss of connection; to determine which of these directly influences the development of nomophobia in the university students.

Keywords: Addiction, behavior, communication, social problem, mobile phone

Introducción

La comunicación existe desde que apareció el hombre. Es un proceso innato, complejo, necesario y fundamental para el cual el humano está determinado de forma biológica (Maestre, 2018). Sin embargo, la comunicación evoluciona con el hombre y se torna cada vez más compleja valiéndose de diversas herramientas; entre ellas las herramientas tecnológicas (Francisco Javier Ruiz del Olmo, 2016).

El celular o teléfono móvil es una de esas herramientas. Ha sufrido un desarrollo exponencial en los últimos años y cada vez más personas lo utilizan. Pero existe un grupo en el cual su uso ha incrementado de manera significativa: adolescentes y jóvenes adultos (Mariano Chóliz Montañés, 2011).

No se puede negar los beneficios que brindan los teléfonos móviles; actualmente su uso no está limitado exclusivamente al intercambio de llamadas

o mensajes (Aldo van Weezel, 2016). Con la aparición del internet, los celulares avanzaron tecnológicamente en lo que ahora se conoce como “teléfonos inteligentes”, los cuales ofrecen acceso a la red informática de nivel mundial y a todos los servicios y herramientas existentes en ella (González-Cabrera, León-Mejía, Pérez-Sancho, & Calvete., 2017).

No obstante, el uso de la telefonía móvil y su consumo como bien o servicio ha transformado los medios o mecanismos de interacción social tradicionales, que a su vez han provocado un cambio en la cultura juvenil con nuevas formas de expresión tecnológicas (Milena, Patricia, & Laura, 2017). De acuerdo con lo anteriormente mencionado, surge la curiosidad en los científicos quienes deciden investigar el fenómeno de los teléfonos móviles y sus posibles efectos en las personas (Dayara Alejandra Barrios-Borjas, 2017).



Dichos estudios indican que, con la aparición de estos nuevos avances en los teléfonos celulares, también se registraron nuevas fobias y problemas mentales (Delgado RAC, 2019). Una fobia específica constituye un trastorno de ansiedad frecuente que preceden trastornos psiquiátricos como la depresión o el abuso de sustancias tóxicas (Grillo, 2019).

Como resultado de las investigaciones, científicos pueden decir desde el 2008 que este fenómeno ahora llamado nomofobia, acrónimo del inglés “no mobile phone phobia”, es un trastorno de tipo adictivo que se relaciona al miedo patológico a estar sin el celular o teléfono móvil (Lerici, 2019). Afecta a las personas de forma distinta, dependiendo del grado de adicción y con relación a su entorno (Caglar Yildirima, 2015). Además, quien la padece sufre de ansiedad, miedo y problemas en sus relaciones interpersonales (Neryelith Díaz Miranda, 2020).

El tiempo de uso excesivo de estos dispositivos inteligentes por parte de jóvenes adultos es perjudicial, según estudios realizados a estudiantes universitarios. El universitario promedio utiliza el teléfono móvil por más de cinco

horas diarias, lo cual trae problemas al momento de cumplir con sus responsabilidades u otros ámbitos en su vida (Garrote-Rojas & Jiménez-Fernández, 2018).

Actualmente la situación de la Pandemia por coronavirus SARS-CoV-2 o COVID-19, ha acrecentado esta dependencia a los celulares o teléfonos móviles, manteniendo a las personas con una constante ansiedad e incertidumbre; debido al confinamiento casi a nivel mundial para disminuir la tasa de contagios (Anjali Ravi Kumar, 2020). En Panamá el escenario no es distinto, y el sistema educativo en todos los niveles ha tenido que adaptarse a las exigencias de un mundo digitalizado, donde las asignaciones y clases se dan de manera virtual, volviendo al celular o teléfono móvil una herramienta imprescindible (Nanette Archer Svenson, 2020).

Problema de investigación:

¿Por qué los estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí tienden a desarrollar nomofobia?

Materiales y Métodos:

Esta investigación es de tipo cuantitativa, explicativa y no experimental, con un



enfoque de análisis objetivo de la propensión actitudinal de los estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí a padecer nomofobia. Para llevar a cabo esta investigación se utilizó la adaptación al español del “Nomophobia Questionnaire” ó NMP-Q (González-Cabrera, León-Mejía, Pérez-Sancho, & Calvete., 2017).

Se aplicó el cuestionario adaptado en la plataforma Microsoft Forms para su distribución a través de canales virtuales de WhatsApp y correo electrónico Outlook durante el mes de mayo de 2021. Se encuestó a una muestra de 386 estudiantes de distintas universidades oficiales y privadas en la Provincia de Chiriquí, República de Panamá. El margen de error es de 5% contra un nivel de confiabilidad del 95%, esto se debe a que el tamaño de la población estudiada fue de 20,006 estudiantes universitarios aproximadamente.

Esta cifra se obtuvo realizando una inferencia crítica, utilizando datos proporcionados por el INEC (Instituto Nacional de Estadística y Censo) y el BID (Banco Interamericano de Desarrollo); para el año 2018. Se indica que la población universitaria de la República de Panamá fue de 181,881 estudiantes. Se estimó que

el 11% de este total sería el tamaño aproximado de la población universitaria en la Provincia de Chiriquí, tomando en cuenta que el número de habitantes en Chiriquí es proporcional al 11% de la población total de Panamá.

Finalmente, el tamaño de la muestra fue calculado utilizando la siguiente ecuación:

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{e^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

La participación en la encuesta fue voluntaria y anónima. No se proporcionó ningún incentivo por la colaboración de los sujetos de estudio en la investigación. Se obtuvo las siguientes cifras porcentuales: el 59% fueron sujetos femeninos y el 41% sujetos masculinos.

Para validar el cuestionario en español los autores González-Cabrera, León-Mejía, Pérez-Sancho, Calvete, utilizaron un método de traducción llamado “retrotraducción” con la participación de dos traductores bilingües y expertos; el cuestionario resultante fue revisado por tres expertos con conocimientos de la lengua original. A su vez, el resultado final fue revisado de nuevo por un equipo de investigadores con el fin de respetar la equivalencia conceptual en todas las fases



del proceso y se contó con un traductor adicional. Algunas dudas fueron consultadas con los autores originales del cuestionario para garantizar la validez del contenido respecto al original en esta versión española.

Todo ello se materializó en una tabla de especificaciones de los ítems. Una vez conseguida la versión final, se llevaron a cabo entrevistas cognitivas con dos adolescentes para verificar la interpretación y adecuación de los ítems. Luego, tras este proceso, se introdujo cambios en la tabla de especificaciones. Finalmente, se realizó un pilotaje con 60 adolescentes para conocer su funcionamiento psicométrico. Estos datos no se utilizaron para la adaptación final y no arrojaron problemas psicométricos ni de comprensión.

El NMP-Q evalúa cuatro dimensiones: 1) No poder comunicarse (6 ítems): sentimientos provocados debido a la pérdida de la capacidad de intercambiar información de forma inmediata y no gozar de los servicios o herramientas destinadas para tal fin. 2) La pérdida de conexión (5 ítems): emociones relacionadas con la pérdida de ubicuidad por no estar conectado a la Internet o redes sociales. 3) No ser capaz de acceder a la información

(4 ítems): el malestar que causa el no tener acceso inmediato a la información y todas facilidades investigativas que ofrece el teléfono móvil. 4) Renunciar a la comodidad (5 ítems): sentimientos vinculados a la pérdida de control, sensación de seguridad y la zona de confort que brinda el Smartphone.

Una escala de Likert es un instrumento que utilizan científicos e investigadores para determinar y medir la opinión o actitudes en investigaciones relacionadas a las ciencias sociales que emplean cuestionarios. El formato de respuesta utilizado en la encuesta implementa una escala Likert de siete puntos, donde “1” es totalmente en desacuerdo y “7” totalmente de acuerdo (Ver tabla 1). El rango de puntuaciones varía entre 20 y 140 puntos. Siendo 20 la puntuación más baja y 140 la puntuación más alta.

Tabla 1. Escala de Likert Utilizada

<i>Puntaje</i>	<i>Respuesta de elemento</i>
1	Muy en desacuerdo
2	En desacuerdo
3	De alguna forma en desacuerdo
4	Neutral
5	De alguna forma de acuerdo
6	De acuerdo
7	Muy de acuerdo

Elaborado por: Alexander Moreno, David Tello.
Fuente: Encuesta digital realizada en mayo de 2021.



Cabe destacar que una escala de actitud, o escala actitudinal, es un instrumento que ayudará a medir que tanta inclinación o atracción tienen los sujetos hacia un factor en específico, en este caso es la nomofobia. Los resultados de la encuesta fueron tabulados utilizando hojas de cálculo de Microsoft Office Excel, para comprender mejor los datos y analizarlos correctamente, por medio de gráficas, escalas y tablas. Las mismas darán soporte a toda la investigación.

Resultados

La encuesta arroja datos que reflejan la propensión actitudinal hacia la nomofobia de los estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí. Mostrando así las circunstancias o situaciones que llevan a los sujetos de estudio a tener la necesidad de estar en contacto con sus "Smartphones". De igual manera, en la imagen 1 se puede observar las preguntas del cuestionario aplicado donde se obtuvo un mayor porcentaje de respuestas positivas por parte de los sujetos de estudio, reflejando así las causales de la nomofobia en la población universitaria de la Provincia de Chiriquí

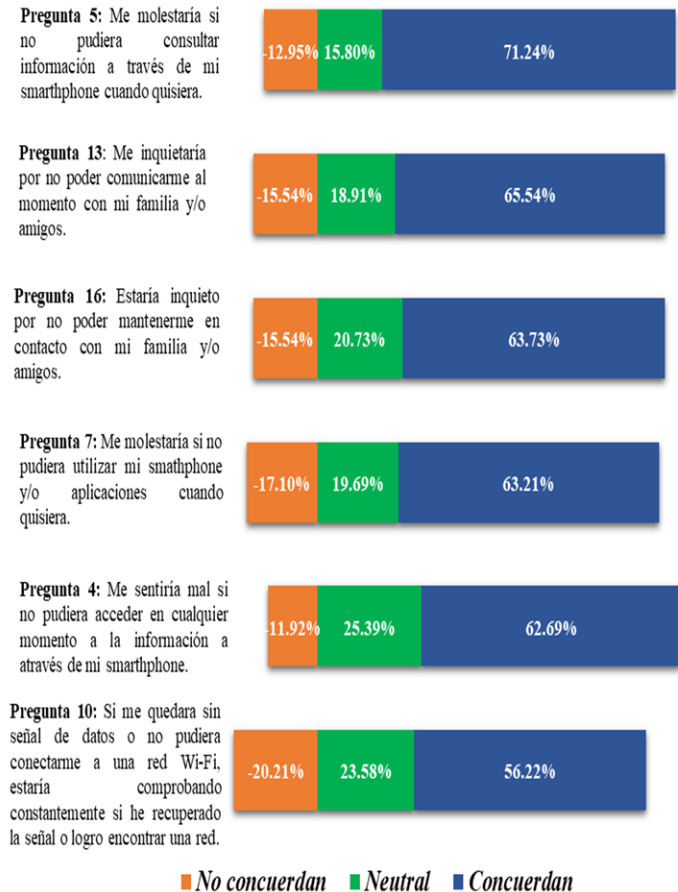
Como se explicó anteriormente, el NMP-Q evalúa 4 dimensiones, los 4 primeros ítems, pregunta de la 4 hasta la 7 en el cuestionario, estudian el no poder acceder a la información como un factor que motiva al estudiante a necesitar el celular. Las preguntas 4, 5 y 7 del cuestionario mostraron los resultados más relacionados a este factor, en cuanto a situaciones en las que la población estudiantil siente necesidad de usar su celular. La cuarta interrogante (Tabla 2) planteaba la siguiente afirmación: "Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi smartphone"; a la cual 242 estudiantes equivalentes al 62.69% de los 386 encuestados, respondieron estar de acuerdo con esta aseveración.

Los resultados en la quinta y séptima pregunta son similares (Ver imagen 1), donde más de la mitad de los encuestados estuvo de acuerdo con las afirmaciones planteadas para determinar si el no poder acceder a la información es un factor que ocasiona desarrollo de nomofobia. En consecuencia, una puntuación tan elevada entre los encuestados indica que una de las razones por las que los estudiantes tienden a desarrollar nomofobia es la necesidad de



tener siempre la información que ellos desean a su alcance, en el lugar y momento que precisen.

Imagen 1: Respuesta de la escala de Likert en los encuestados



Elaborado por: Alexander Moreno, David Tello. Fuente: Encuesta digital realizada en mayo de 2021

Otro factor con el que los estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí aseguran estar de acuerdo es el “no poder comunicarse”. Para estudiar este factor se emplearon 6 ítems del cuestionario (interrogantes de la pregunta 13 a la pregunta 18 en la encuesta aplicada), y en 4 de estas preguntas la mayoría de los

universitarios estuvo de acuerdo con las afirmaciones planteadas. (Ver imagen 2).

Por ejemplo, en la pregunta 14: “Me preocuparía porque mi familia y/o amigos no podrían contactar conmigo.”, el 68.91% de los encuestados estuvo de acuerdo con la afirmación. A su vez, en la pregunta 16 se planteó el enunciado “Estaría inquieto por no poder mantenerme en contacto con mi familia y/o amigos” y el 63.73% de la muestra lo respaldó al confirmar el estar de acuerdo.

Tabla 2: ¿Me sentiría mal si no pudiera acceder en cualquier momento a la información a través de mi smartphone?

Respuestas	Cantidad de Respuestas
No concuerdan	46
Neutral	98
Concuerdan	242
Total general	386

Elaborado por: Alexander Moreno, David Tello. Fuente: Encuesta digital realizada en mayo de 2021.

Elaborado por: Alexander Moreno, David Tello. Fuente: Encuesta digital, mayo de 2021

Luego de analizar los resultados de las preguntas relacionadas a este factor se puede observar una inclinación de los sujetos de estudio hacia el uso excesivo del teléfono debido a la necesidad de mantenerse comunicados con sus seres queridos amistades y su entorno en general. Por otra parte, en dos de los factores estudiados (pérdida de conexión y



renunciar a la comodidad); se observa una inclinación actitudinal leve hacia la nomofobia, aunque la mayoría no estuvo de acuerdo con las aseveraciones relacionadas a los factores en cuestión.

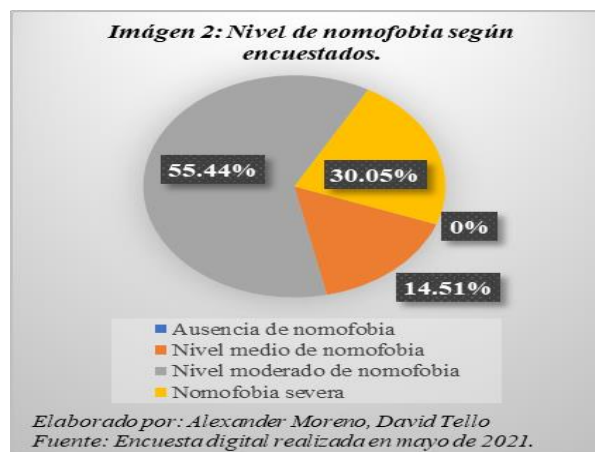
Tabla 3: Niveles de nomofobia hallados en la muestra

Rangos	Nivel	Cantidad participantes	Resultados porcentuales
0 - 20	Ausencia nomofobia	0	0.00%
21 - 59	Nivel medio de nomofobia	56	14.51%
60 - 99	Nivel moderado de nomofobia	214	55.44%
100 - 140	Nomofobia severa	116	30.05%
Total de encuestados		386	100.00%

La función principal del NMP-Q es determinar el nivel de nomofobia de las personas basado en las respuestas obtenidas. Anteriormente se mencionó el valor numérico de cada respuesta en la escala de Likert (Tabla 1). Se obtuvo un 14.51% de nomofobia a nivel medio de los sujetos de estudio. Además, se evidenció un 55.44% de la muestra estudiada fue catalogada con un nivel de nomofobia moderada, la cual es la más frecuente en la muestra. Además, un 30.05% de la muestra presenta un nivel de nomofobia severa. Cabe destacar que no hubo ningún

encuestado que presentara ausencia de nomofobia (ver imagen 2 y tabla 3).

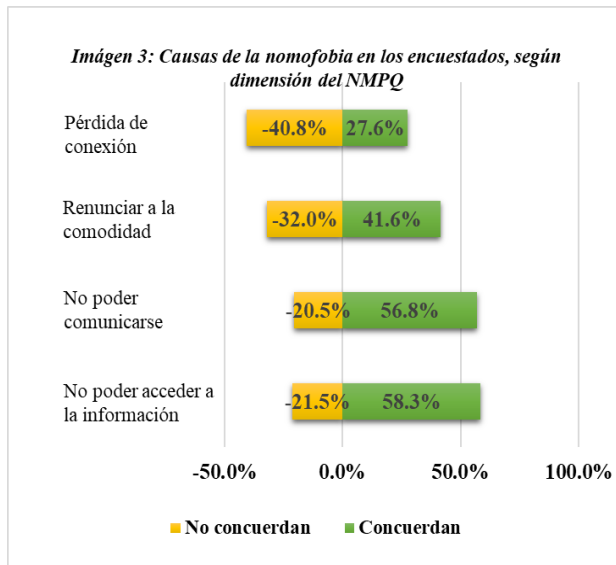
Vale la pena recalcar que ningún resultado individual fue divulgado o compartido con alguno de los participantes de esta encuesta; en consecuencia, se podría deducir que ninguno de ellos conoce con certeza su nivel actual de nomofobia o si quiera, son conscientes de padecer este trastorno adictivo.



Finalmente, en la imagen 3 se puede observar las causas específicas o más notorias que inducen nomofobia en estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí. Se distinguen los siguientes resultados donde el 58.3% de los encuestados estuvo de acuerdo con preguntas o afirmaciones del cuestionario relacionadas a la dimensión de no poder acceder a la información. Por su parte la dimensión no poder comunicarse obtuvo un



56.8% de concordancia entre los encuestados. Las dimensiones renunciar a la comodidad y pérdida de conexión obtuvieron un 41.6% y 27.6% de aceptación entre los encuestados de forma respectiva.



Elaborado por: Alexander Moreno, David Tello. Fuente: Encuesta digital realizada en mayo de 2021.

Discusión

De acuerdo con estudios científicos los medios sociales como herramientas de acceso a la información, son claves en el ámbito universitario para que los estudiantes puedan comparar, compartir y ampliar sus conocimientos y métodos de aprendizaje en distintos campos (Patricia, 2017).

Dos de los medios sociales más utilizados por los estudiantes universitarios son el WhatsApp y el correo electrónico; se puede acceder a ambas opciones por medio de un teléfono móvil lo cual respalda los resultados obtenidos en la encuesta de esta investigación y sugiere que los sujetos padecen nomofobia por la necesidad de estar siempre conectados a las redes sociales (Serra Folch Carolina, 2017).

Como una fobia moderna, la nomofobia no es conocida ampliamente por la población en general. Esto retrasa el diagnóstico temprano y a su vez los posibles tratamientos o métodos paliativos que busquen mejorar la condición y calidad de vida de quien padece esta enfermedad (Nurcan Akbaş Güneş, 2021). Si bien, en esta investigación no se demuestra que el padecer nomofobia severa influya en la calidad de vida de las personas, existen otros estudios que, ciertamente, prueban y especifican ampliamente esta relación causa-efecto (Gezgin, 2017).

La evidencia sugiere que, el “no poder acceder a la información” y “no poder comunicarse” son los factores que presentan una mayor influencia para que los estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí desarrollen



nomofobia. Por ello, se acepta la hipótesis de investigación de que los estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí tienden a desarrollar nomofobia porque necesitan acceder a la información cuando lo deseen y dónde lo deseen.

Los otros dos factores que inciden en un menor grado de influencia en la nomofobia que padecen los estudiantes universitarios en la Provincia de Chiriquí son: “renunciar a la comodidad” y “pérdida de conexión”, presentando una inclinación actitudinal hacia la nomofobia en situaciones relacionadas con estos factores.

A la luz de que la Organización Mundial de la Salud reconoció la adicción a los videojuegos como una enfermedad mental, se debe tener mayor exposición pública a debatir el tema de la incidencia en la salud de la juventud proveniente de tecnologías adictivas (Zhao & Hao, 2019). Tomando en consideración que una amplia mayoría de niños y adolescentes, además de muchos adultos, juega videojuegos en sus celulares, es frecuente encontrar juego excesivo que acarrea problemas psicológicos y médicos en proporciones casi epidémicas (Petry, Rehbein, Ko, & O'Brien, 2015).

Se recomienda la realización de futuras ediciones de la presente investigación para ampliar el tamaño y la variedad de la muestra. Los resultados están limitados a la provincia de Chiriquí. A su vez, se debe incluir una diversificación del rango de edades en los sujetos de investigación para que los adolescentes desde los 13-14 años sean parte de un estudio similar. En este sentido, se encontró una gran variedad de material e investigaciones previas relacionadas a la prevención, detección y tratamiento de la nomofobia a edades tempranas.

Así, la situación de salud mental de las próximas generaciones está en riesgo de no hacerse nada para enfrentar esta realidad. También se recomienda incluir preguntas que delimiten qué actividades realizan los individuos cuando utilizan sus celulares, tales como mirar redes sociales, estudiar, trabajar, entretenerse, etc.

Agradecimientos

A la Universidad Tecnológica de Panamá, que organiza cada año la Jornada de Iniciación Científica, marco en el cual se desarrolló la presente investigación. Esta permite que los estudiantes incursionen en



este tipo de actividades, brindando las herramientas necesarias para crecer como estudiante y profesional. También a todo el personal docente de la Universidad Tecnológica de Panamá que participó en la divulgación de la encuesta digital e hizo posible la culminación de este estudio.

Referencias

- Archer Svenson, N.; De Gracia, G. (2020). Educación superior y COVID-19 en la República de Panamá. *Revista de Educación Superior en América Latina*(8), 19. Disponible en: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/esal/article/view/13403/214421444831>
- Avilés Calle, Laura P. (2017). Análisis de la nomofobia como elemento comunicacional y sus consecuencias en la interacción social en los estudiantes del segundo semestre de la carrera de Ingeniería Comercial de la Facultad de Ciencias Administrativas de la Universidad de Guayaquil. Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redu>
- Castro, J. M. (2018). El papel de la verdad en política, Buenos Aires. Universidad Austral. Disponible en: <https://www.teseopress.com/verdadypolitica>
- Barrios-Borjas, Dayara Alejandra; Bejar-Ramos, Valeria Andrea y Cauchos-Mora, Vania Soledad. Uso excesivo de Smartphones/teléfonos celulares: Phubbing y Nomofobia. *Rev. chil. neuro-psiquiatr.* [online]. 2017, vol.55, n.3, pp.205-206. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-92272017000300205>.
- Benavides, C., & Van Weezel, A. (2016). Uso de teléfonos móviles por los jóvenes. *Cuadernos.Info*(25), 5-14. doi:<https://doi.org/10.7764/cdi.25.42>
- Cairos Grillo, A. (2019). Fobia Especifica: Diagnóstico, Evaluación y Tratamiento. Facultad de Psicología y Logopeda. Universidad de la Laguna, 28. Disponible en: <http://riull.ull.es/xmlui/handle/915/14599>
- Chóliz Montañés, M.; Villanueva Silvestre, V. (2011) Evaluación de la adicción al móvil en la adolescencia. Departamento de Psicología Básica. Universidad de Valencia. *Revista Española de Drogodependencias*. Disponible en: https://www.aesed.com/descargas/revistas/v36n2_3.pdf
- Delgado RAC, Sánchez LJV. Miedo, fobias y sus tratamientos. *Rev Elec Psic Izt.* 2019;22(2):798-833. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/cgibin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=88126amp>
- Deniz Mertkan Gezgin. (2017). Exploring the influence of the patterns of mobile Internet use on university student's nomophobia levels.. *European Journal of Education Studies*, 3(6). <https://doi.org/10.5281/zenodo.572344>
- Díaz Miranda, N., & Extremera Pacheco, N. (2020). Inteligencia emocional, adicción al smartphone y malestar psicológico como predictores de la nomofobia en adolescentes. *Know and share psychology*, 1(2). <https://doi.org/10.25115/kasp.v1i2.3195>
- Garrote-Rojas, Daniel, Jiménez-Fernández, Sara, & Gómez-Barreto, Isabel M^a. (2018). Problemas Derivados del Uso de Internet y el Teléfono Móvil en Estudiantes Universitarios. *Formación universitaria*, 11(2), 99-108. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062018000200099>



- González-Cabrera, Joaquín & Leon, Ana & Pérez Sancho, Carlota & Calvete, Esther. (2017). Original Adaptation of the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) to Spanish in a sample of adolescents. *Actas Espanolas de Psiquiatria*. 45. 137-181. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/318852218_Original_Adaptation_of_the_Nomophobia_Questionnaire_NMP-Q_to_Spanish_in_a_sample_of_adolescents
- Güneş, N. A.; Özdemir, C. (2021). The Relationship Between Nomophobia and Anxiety Levels in Healthy Young Individuals. *Journal of Psychosocial nursing and mental health services*. <https://doi.org/10.3928/02793695-20210324-02>
- Herrera Mendoza, Ketty; Acuña Rodríguez, Mónica; Gil Vega, Laura (2017) Motivación de jóvenes universitarios hacia el uso de teléfonos celulares. *Revista Encuentros, Universidad Autónoma del Caribe*, vol. 15-01. pp. 91-105. DOI:<http://dx.doi.org/10.15665/re.v15i1.631>
- Kumar, Anjali & Thomas, Sannet. (2020). Study on Nomophobia and Anger among Undergraduates During COVID-19 Pandemic. *The International Journal of Indian Psychology*. 8. 1397-1403.. 10.25215/0803.145.
- Petry, N.M., Rehbein, F., Ko, CH. et al. Internet Gaming Disorder in the DSM-5. *Curr Psychiatry Rep* 17, 72 (2015). <https://doi.org/10.1007/s11920-015-0610-0>
- Ruiz del Olmo, F. J., & Bustos Díaz, J. (2016). Del tweet a la fotografía, la evolución de la comunicación política en Twitter hacia la imagen. *El caso del debate del estado de la nación en España (2015)*. *Revista Latina De Comunicación Social*, (71), 108-123. <https://doi.org/10.4185/RLCS-2016-1086>
- Serra Folch, C. & Martorell Castellano, C. (2017). Los medios sociales como herramientas de acceso a la información en la enseñanza universitaria. *Digital Education Review* (32), 118-129. doi:<https://doi.org/10.1344/der.2017.32.118-129>
- Solís Lerici, A. (2019). *Economía Digital*. Disponible en: https://www.economiadigital.es/tecnologia/nomofobia-el-miedo-a-estar-sin-movil-es-la-palabra-del-ano_597569_102.html
- Yildirim, Caglar, "Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research" (2014). *Graduate Theses and Dissertations*. 14005. <https://lib.dr.iastate.edu/etd/14005>
- Zhao, M., & Hao, W. (2019). Challenges of gaming disorder: suggestions from a public health perspective. *General Psychiatry*, 32(3). Doi:10.1136/gpsych-2019-100086